



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI

NIZOMIY NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

“PROFESSOR VASILA KARIMOVA O'QISHLARI”
«ЧТЕНИЕ ПРОФЕССОРА ВАСИЛЫ КАРИМОВОЙ»

mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjumani tezislar
TO'PLAMI

20.9.2025

TOSHKENT-2025

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI**

**NIZOMIY NOMIDAGI
O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI**

**“PROFESSOR VASILA KARIMOVA O‘QISHLARI”
«ЧТЕНИЕ ПРОФЕССОРА ВАСИЛЫ КАРИМОВОЙ»**

mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjumani tezislar
TO‘PLAMI

(V.M.Karimovaning 70 yillik yubileyiga bag‘ishlanadi)
20-sentyabr 2025-yil



Toshkent-2025

“Professor Vasila Karimova o‘qishlari” mavzusida respublika ilmiy-amaliy konferensiya materialllari. – Toshkent:

Ma’sul muharrir:

Psixologiya fanlari doktori, professor N.SH. Umarova

Tahrir hay’ati:

Psixologiya fanlari doktori, professor N.G.Kamilova

Psixologiya fanlari doktori, professor Z.T.Nishanova

Psixologiya fanlari doktori, professor D.U.Abdullayeva

Psixologiya fanlari doktori, professor N.B.Atabayeva

Amaliy psixologiya kafedrasi dotsenti G.K.Alimova

Sahifalovchilar: o‘qituvchi M.M.Abdukarimov

o‘qituvchi N.F.To‘rayev

To‘plamda keltirilgan maqolalarning mazmuni va keltirilgan statistik ma’lumotlarga mualliflar mas’ul.

ZAHMATKASH VA FIDOYI OLIMA!

*Umarov B.M., Alfraganus universiteti "Psixologiya" kafedrası
Professori, psixologiya fanlari doktori*

Ahmad Farg'oniylar yurti bo'lmish Farg'ona azal-azaldan ilm-fan, ma'rifat maskani bo'lib kelgan. Bu zaminda tug'ilib, voyaga yetgan insonlar bilimga chanqoqligi, intiluvchanligi bilan ajralib turadilar. Ma'naviyati va madaniyati bilan lol qoldirib kelayotgan mo'tabar zaminda hayoti va faoliyatini jo'shqin ilmiy ijodiy yuksalishga bag'ishlagan aziz insonlar xizmat qiladilar. Ular ilmu ziyoga, ma'rifat va taraqqiyotga yetaklovchi fidokorona mehnatlari tufayli o'zining ilm-fani bilan butun dunyoga tanilib bormoqda. Ana shunday olimalardan biri - o'z hayotini ilmga bag'ishlagan, yurt va millat istiqbolini o'z baxti deb bilgan va bu yo'lda o'z aql-u idroki, kuch-quvvatini safarbar etib kelayotgan, Toshkent davlat milliy pedagogika universiteti professori, Xalqaro psixologiya fanlar akademiyasi akademigi, psixologiya fanlari doktori, Vasila Mamanosirovna Karimova Respublikamizning psixologiya yo'nalishida yoshlar o'rtasida ilmiy salohiyatni yuqori pog'onalarga ko'tarib, ta'lim-tarbiyaning sifat va samaradorligini oshirishda ibratli ishlarni bajarib kelmoqdalar.

Respublikamizda psixologiya fanining jadal rivojlanib borishida zahmatkash, izlanuvchan, tashabbuskor, tashkilotchi, taniqli olima, kamtarin va beg'ubor inson, V.M.Karimovanning xizmatlari beqiyos. Shuningdek, Vasila Mamanosirovnaning ilmiy va rahbarlik faoliyati keng qamrovli bo'lib, ko'p yillik samarali mehnati tufayli, ta'limni rivojlantirish, fan va ishlab chiqarishni mustahkamlash, malakali kadrlar tayyorlash borasida mustaqil mamlakatimiz ilm-fan xazinasini boyitishdagi xizmatlari benihoya kattadir. V.M.Karimova uzoq yillar davomida psixologiya fanining dolzarb muammolari bo'yicha tadqiqot ishlarini olib borish bilan birga pedagog kadrlarni tayyorlashda ham munosib hissa qo'shib kelmoqda. U mehnatsevar, qat'iyatli, jonkuyar, ijobiy ma'nodagi kuyunchak, ilm-fanni hurmat qiladigan va ardoqlaydigan hamda tashkilotchiligi bilan hamisha kasbdoshlari orasida hurmat qozonib keldi.

Ma'lumki, olimning salohiyati, yurt va jamiyat uchun foydaliligi uning mazmunli kitoblari, maqolalari, zukko shogirdlari va sodiq izdoshlari bilan belgilanadi. Bu jihatdan murakkab va qiziqarli psixologiya fanining keng qamrovli olimasi va psixologiya ilmining dunyoviy xarakterdagi dolzarb masalalarini o'rganib kelayotgan Vasila Karimovanning ezgulik va bag'rikenglik fazilatlarini bilan bezangan intellektual faoliyati o'ziga xos ibratlarga boydir.

Ijtimoiy psixologiya, oila psixologiyasining ijtimoiy hayotda naqadar zarurligini, inson ruhiyatini o'rganish ishining muhimligini hamisha chuqur his qiladigan professor V.Karimova ilmiy izlanishlarining xulosalari va natijalarini jamiyatga ko'proq tatbiq etish maqsadida ommabop va maroqli uslubdagi ilmiy-amaliy qo'llanmalar, monografiyalar, darsliklar nashr ettirishga ko'p e'tibor beradilar.

Professor Vasila Karimova ilmiy-pedagogik faoliyatini jamoatchi-tashkilotchilik bilan uyg‘unlashtirilgan: 1994 yilda “FarDU xabarlarini”, 2004 yilda “Oila” ilmiy-ma’rifiy, ijtimoiy-psixologik, rangli-bezakli jurnalning asoschilaridan, “Oila” jurnalining bosh muharriri bo‘lib ishlagan. V. Karimova o‘tgan yillar mobaynida Respublikamizning ko‘zga ko‘ringan jamoatchi faol ayoli sifatida 30 dan ortiq jamoat tashkilotlari va jamg‘armalarning a‘zosi sifatida yoshlar, xotin-qizlar, mahalla faollari o‘rtasida katta faollik ko‘rsatgan; milliy mafkura, oila psixologiyasi, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etuvchi 100 dan ziyod maqola va ko‘rsatuvlar muallifi, ishtirokchisidir.

1991 yilda Farg‘ona davlat universitetida ochilgan birinchi psixologiya va amaliy sotsiologiya fakultetining asoschisi va professori vazifasini bajarib keldilar. 1998 yilda Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti qoshida ilk marotaba ochilgan “Ijtimoiy psixologiya” kafedrasini va aspiranturaning asoschisi va professori bo‘lib faoliyat yuritgan. V.M. Karimova 1994 yildan buyon psixologiya bo‘yicha Ixtisoslashgan ilmiy kengashlarning a‘zosi, rais o‘rinbosari, raisi sifatida mamlakatimizda yuqori malakali psixolog kadrlar tayyorlashga katta hissa qo‘shib kelmoqda. Xususan, turli yillarda O‘zbekiston Milliy universiteti, Toshkent davlat pedagogika universiteti hamda Qozog‘iston Milliy universiteti qoshidagi Ixtisoslashgan Kengashlarda rais o‘rinbosari va a‘zosi sifatida faoliyat yuritgan. Ayni paytda Nizomiy nomidagi Toshkent davlat milliy pedagogika universitetidagi psixologiya fanlari bo‘yicha Ixtisoslashgan ilmiy kengash a‘zosi sifatida samarali faoliyat olib bormoqdalar.

Mubolag‘asiz aytish mumkinki, V.Karimova O‘zbekistondagi psixolog olimlar va tadqiqotchi mutaxassislar orasida eng peshqadamlaridan biridir. Olima qaerda, qaysi vazifada ishlashidan qat’iy nazar o‘zining mehnatsevarligi, qat’iyatligi, talabchanligi, tashkilotchiligi va insonparvarligi bilan iz qoldirib keladi.

Aminmanki, Vasila Karimova mustaqil vatanimizning namunali ziyolisi, yetuk olimasi va mohir pedagogi sifatida ona Vatan ravnaqi, uning ilm-fani salohiyatini yanada rivojlantirishda hormay-tolmay hali uzoq yillar fidoiylik namunalarini ko‘rsatadi. Bir inson umrida erishishi mumkin bo‘lgan baxt va omad Vasila opaning hayotida mujassam. Biz ustozni muborak yoshi bilan samimiy qutlaymiz. Hamisha yaqinlari va shogirdlari baxtiga omon bo‘lsin!

USTOZLARNING USTOZI KARIMOVA VASILA MAMANOSIROVNA HAYOTI VA IJODIGA BIR NAZAR

*Toshkent Davlat tibbiyot universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasini mudiri
psixologiya fanlari doktori, professor Melbaeva Ruzaxon Nasirovna.*

Yangi O‘zbekiston davlatini barpo etish, uni yanada taraqqiy ettirishga qaratilgan og‘ir va mashaqatli, shu bilan birga, go‘yat sharaqli mehnatingizni munosib taqdirlash uchun biz davlatimiz va jamiyatimizning bor kuch va imkoniyatlarini

safarbar etishga tayyormiz...

Shavkat Mirziyoyev.
O'zbekiston Respublikasi Prezidenti

Yurtboshimizning ushbu satrlarini o'qir ekanman, turli sohalarda faoliyat yuritayotgan, o'z kasbini umrining mazmuniga aylantirgan, hayotini ilmga va shu sohaning rivojiga butunlay bag'ishlagan insonlar ko'z o'ngimda birma-bir jonlanadi. O'ylab ko'rsam, bunday insonlar atrofimizda kamchilikni tashkil etmas ekan. Ular har doim o'z sohasini rivojlantirishga, yosh mutaxassislarni tayyorlashga, ularning tarbiyasiga, kelajak istiqboliga, mamlakatning kelgusi taraqqiyotiga alohida e'tibor qaratadilar. Ular yuksak daxldorlik tuyg'usiga ega bo'lib, tinimsiz mehnat qilishadi. Ularni bir so'z bilan "USTOZLAR" deb atash mumkin bo'lsa-da, ularning haqiqatdagi ta'rifini to'liq aks ettira olish juda mushkul.

*Deydilar, dunyoda asli kim Aziz,
Aytдилar ustozdir, ustoz begumon,
Tag'in aytdilarki, Aziz shubxasiz,
Ustozlar qadriga yetolgan inson!*

Sub'ektni shaxs sifatida kamol topish jarayonida, uning o'zini-o'zi anglash va tushunish bosqichida, unga bilim va odamiylik, mehr-oqibat, ezgu orzu-niyatlar bilan yashash tuyg'ularini singdirishda, jamiyatning munosib va faol fuqarosi sifatida hayotda o'z o'rnini topishi va mustahkam o'rin egallashi yo'lida fidoyi ustozlarning hissasi beqiyosdir. Ustozlik – bu oliy rutba, yuksak mas'uliyat, va ulkan maqom sanaladi. Bu maqomga erishish uchun esa doimiy ravishda o'z ustida ishlash, tinimsiz mehnat qilish va izlanish jarayonlarini davom ettirish zarur. Buyuk mutafakkirlar va olimlar ustozlikni har doim yuksak qadrlaganlar. Masalan, hazrat Navoiy ustozlikni mukammallikning ramzi sifatida ta'riflab, ustozlariga katta hurmat va ehtirom bilan munosabatda bo'lgan. O'zbek davlatchiligining asoschisi Amir Temur vafotidan so'ng, jasadini ustozining qabriga qo'yishni vasiyat qilgan, bu esa ustozga nisbatan chuqur ehtirom va hurmatning yorqin namunasi hisoblanadi.

Islomiy manbalarda ham ustozlikning ahamiyati alohida ta'kidlanadi. Alloh Taolo Qur'oni Karimda, Mo'ziyning (Muso a.s.) Kahlf surasining 66-oyatida ustozga murojaat qilgan holda, ilm olishning eng to'g'ri yo'li – ustozdan ilm o'rganish ekanligini ko'rsatadi. Mo'ziyning o'zidan ilmliroq bo'lgan kishidan ilm olishni so'rashi, ustozga nisbatan hurmat va samimiylikni ifodalaydi. Bu voqea bizga ilm olishda ustozning o'rnini beqiyos ekanligini yanada yaqqol ravishda ko'rsatib beradi. Ustoz nafaqat ilm o'rgatadi, balki insonning ma'naviy kamoloti yo'lida yo'l-yo'riq ko'rsatuvchi, haqiqiy hayotdagi to'g'ri yo'nalishni belgilovchi muhim bir shaxsdir.

Ilm – bu nurdir. Ustoz qalbidan shogird qalbiga o'tgan bu nur, insonni tarbiyalash va uni yaxshilik sari yo'naltirishda muhim ahamiyatga ega. Ilm olish jarayonida yaxshi

ustozni tanlash, unga hurmat va ehtirom ko'rsatish juda muhimdir, chunki ustoz shogirdning nafaqat ilmiy, balki ma'naviy rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Har bir shogird ustoziga qarzдор hisoblanadi va bu qarz ustozdan olingan ilm va tarbiya uchun chuqur minnatdorlikni ifodalaydi. Ustoz o'z bilimini va tarbiyasini shogirdning qalbiga singdirar ekan, unga hayot yo'lini ko'rsatadi va uning kamolotiga hissa qo'shadi.

O'zbekiston qadimdan ilm-fan beshigi sifatida tanilgan yurtlardan biridir.

Bu muqaddas zamin bag'ridan buyuk qomusiy olimlar, muhaddislar, mufaqqihlar, mufasssirlar, mutasavviflar, mutafakkirlar, adiblar va fan arboblari yetishib chiqqan. Ularning ilmiy meroslari va nomlari bugungi kunda nafaqat O'zbekiston, balki butun jahon ilm-fan taraqqiyotida chuqur iz qoldirgan. Ushbu buyuk shaxslarning faoliyati va ilmiy yutuqlari yurtimizni jahondagi ilm-fan markazlaridan biriga aylantirgan va ularning merosini o'rganish, zamonamizga to'liq yetkazish, bugungi avlod uchun katta ahamiyatga ega.

Shu kabi buyuk va ilm-fan sohasida katta nufuzga ega bo'lgan, o'zgacha yuksak o'rin egallagan, o'zbek olimi ayoli timsoli sifatida e'tirof etiladiganlarimizdan biri — psixologiya fanining rivojiga beqiyos hissa qo'shgan, o'zining sarmahsul ilmiy-pedagogik faoliyati bilan tanilgan professor Karimova Vasila Mamanosirovnadir.

Ilmiy maktab va shogirdlar tarbiyasi. Professor V.M. Karimova o'zining butun umrini psixologiya fanining turli sohalarini milliy muhitda rivojlantirish, ayniqsa ijtimoiy psixologiya va etnopsixologiya yo'nalishlarida ilmiy maktab yaratishga bag'ishlab, psixologik ta'lim va tadqiqotlar sohasida respublikamizda yetakchi olimi sifatida tanilgan. Uning rahbarligida 5 nafar fan doktori, 28 nafar fan nomzodi, shuningdek, falsafa fanlari doktorlari (PhD) tayyorlandi. Bu esa olimaning nafaqat ilmda, balki ta'lim sohasida ham yuksak salohiyatga ega ekanini, uning ilmiy maktabining naqadar kuchli va samarali ekanini ko'rsatadi.

Ilmiy meros va asosiy yo'nalishlar. Professor Karimova hozirgi kunga qadar 306 dan ortiq ilmiy ishlarning muallifi bo'lib, ularning umumiy hajmi 244 bosma to'plamni tashkil etadi. Shulardan 11 ta darslik va o'quv qo'llanma, 13 ta monografiya va risola mavjud bo'lib, ular ijtimoiy psixologiya, o'zbekistonda oilalarni mustahkamlash, yoshlarni buzg'unchi g'oyalardan himoya qilish, boshqaruv psixologiyasi, oilaviy hayot psixologiyasi va boshqa dolzarb masalalarga bag'ishlangan. Ustozning ilmiy ishlari nafaqat o'zbekiston, balki xalqaro miqyosda ham keng e'tirof etilib, nufuzli ilmiy jurnallarda chop etilgan. Ayniqsa, professor Karimovanning "Milliy istiqlol g'oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar" nomli kitobi mamlakatimiz mafkuraviy asoslarini shakllantirishda muhim rol o'ynagan.

Ta'lim sohasidagi xizmatlari. Professor Karimovanning yaratgan darsliklari va o'quv qo'llanmalari "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" asosida zamonaviy milliy kadrlar tayyorlashga xizmat qilmoqda. Ustoz tomonidan yozilgan 49 ta o'quv qo'llanma, 5 ta monografiya, 2 ta darslik va 42 ta ilmiy maqola ilmiy-amaliy anjumanlarda keng e'tirof etilgan. Uning pedagogik faoliyati o'zbek ta'lim

tizimining zamonaviylashtirilishiga katta hissa qo'shib kelmoqda.

Shuningdek, professor Karimova 20 dan ortiq xalqaro va milliy ilmiy loyiha-grantlarning rahbari va faol ishtirokchisi bo'lib, respublika ilmiy tadqiqotlariga o'zining amaliy hissasini qo'shib kelmoqda. Uning ilmiy yutuqlari jamiyatimiz ilmiy rivojiga, yosh avlodlarning bilim olishi va tafakkurini shakllantirishga katta ta'sir ko'rsatmoqda.

*Darsliklaringiz — hayotga kalit,
Fikrlaringizda ma'nolar yashar.
Ko'p avlod yetilar siz tikib bergan,
Ijod durdonalari, nurli liboslar.
Kitoblar, maqolalar, har bir tadqiqot,
O'zi guvohdir mehnat zebosiga.
Faqat kitoblar emas, balki qalblar,
Sizning muhabbatingizga oshno, ishqiboz.*

Tashkiliy va jamoatchilik faoliyati. Professor Karimova ilmiy-pedagogik faoliyatini jamoatchilik bilan uyg'un olib borish bo'yicha katta tajribaga ega. U 1994 yilda "FarDU xabarlari" va 2004 yilda "Oila" jurnali asoschisi sifatida ilmiy va madaniy hayotda faol ishtirok etgan. Shu bilan birga, "Oila" jurnalining bosh muharriri sifatida jurnalistika sohasida ham katta yutuqlarga erishgan. U 30 dan ortiq jamoat tashkilotlari va jamg'armalarida faol ishtirok etib, milliy mafkura, oila psixologiyasi va sog'lom turmush tarzini targ'ib etuvchi 50 dan ortiq maqola va ko'rsatuvlarning muallifi sifatida keng tanilgan.

Olima, shuningdek, psixologiya bo'yicha Ixtisoslashgan kengashlarda rais, rais o'rinbosari va a'zo sifatida ham samarali faoliyat yuritgan. 1991 yilda Farg'ona davlat universitetida psixologiya va amaliy sotsiologiya fakultetini ochish tashabbusini ilgari surgan hamda 1998 yilda Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti qoshidagi Ijtimoiy psixologiya kafedrasini tashkil etgan asoschilardan biri sifatida alohida e'tirof etilgan.

Rahbarlik va akademik faoliyat. 2000-2011 yillar davomida professor Karimova O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi qarori bilan tashkil etilgan Respublika "Oila" ilmiy-amaliy markazi direktori sifatida faoliyat yuritgan. U ilmiy-uslubiy kengash raisi sifatida oilashunos kadrlar tayyorlash va oilaviy psixologiya sohasida targ'ibot-tashviqot ishlarini yangi bosqichga olib chiqqan. Uning rahbarligida markazda o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar va amaliy ishlar jamiyat uchun katta ahamiyatga ega bo'lib, oilaviy qadriyatlarni mustahkamlashga xizmat qilgan.

Hozirgi kunda professor Vasila Mamanosirovna Karimova Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti va Farg'ona davlat universitetida ilmiy va pedagogik faoliyat olib bormoqda. U Xalqaro Psixologiya fanlari akademiyasining haqiqiy a'zosi, "Oliy ta'lim a'lochisi" unvoni sohibasi bo'lib, ko'plab nufuzli ko'krak nishonlari bilan taqdirlangan. Professor Karimova o'z sohasi bo'yicha yuqori salohiyatga ega ilmiy arbob sifatida, shuningdek, samimiy ustoz, ilm-fan fidoyisi va jamiyat taraqqiyotiga beqiyos hissa qo'shayotgan fidoyi mutaxassisdir. Uning mehnati

va fidoyiligi ilmiy jamoatchilikda keng e'tirof etilgan va ko'plab yosh avlodlarning ilmiy, pedagogik kamolotiga katta ta'sir ko'rsatmoqda.

Ustoz kasbiy va ilmiy faoliyatida ham, pedagog – ustoz maqomiga yetishishida ham, rahbar sifatidagi tashkilotchilik faoliyatida ham erishgan yutuqlari zahirida o'zining tinib tinchimasligi, ma'lum bir ishga hamisha ma'suliyat bilan yondashishi, o'ziga va atrofidagi hamkasblariga va shogirdlariga talabchanligi, mehnatsevarligi va ayniqsa kasbiy faoliyatida o'zini takomillashtirish yo'lida aniq maqsadlar qo'yib shu maqsad yo'lida tinimsiz harakatda bo'lishi uni o'z sohasining yetuk mutaxassisi va chin ma'noda “ustozlar — USTOZI” sifatida shakllanishiga katta ta'sir ko'rsatgan.

Ilm va uni talab qilishning fazilati naqadar ulug' bo'lsa, ilm o'rgatish, ya'ni ustozlik qilishining fazilati undan buyukdir. Karimova Vasila Mamanosirovnaning faoliyati davomida tahsil bergan talabalari va shogirdlari hozirda ustozlari bilan bir safda faoliyat ko'rsatib, dotsent, professor darajasiga yetgan olimlar bo'lib yetishishgan. Menimcha ustozga bundan ortiq e'tirof, baxt bo'lmasa kerak!

Chin ma'nodagi ustozlar — USTOZI Karimova Vasila Mamanosirovna, ilohim, umringiz ziyoda, doimo sog'-salomat bo'ling, sizning ilm chirog'ingiz hamisha porlab, biz shogirdlarning yo'lini yoritsin. Sizdan bir umr minnatdormiz, aziz va muqaddas USTOZ!!!

ҚАЛБИМГА ИЛМ ЧАРОҒИНИ ЁҚҚАН УСТОЗИМ...

Тураева Дилафруз Рустамбоевна

Тошкент КИМЁ халқаро университети Педагогика ва психология кафедраси ўқитувчиси, Психология фанлари бўйича фалсафа доктори, доцент

Инсон ҳаётида ҳақиқий йўлбошчига айлана оладиган, фикр ва руҳиятга таъсир ўтказадиган буюк инсонлар учрайди. Мен учун ана шундай улуғ шахс — устоз, педагог ва олим Васи́ла Каримовадир.

У киши менга илмни фақат назарий билим сифатида эмас, балки қалбдан англаш, ҳаёт билан боғлаш, шахсий тараққиётнинг асоси сифатида қабул қилишни ўргатдилар. Устознинг ҳар бир маслаҳати, ҳар бир мулоҳазаси менинг илмий фаолиятимда йўл кўрсатувчи маяк бўлди.

Диссертация ёзиш, тадқиқот олиб бориш жараёнида устоз менга маълумот йиғишдан аввал савол қўя билиш, кузатиш, таҳлил қилиш ва энг муҳими, ўзини англашни ўргатди. У киши илмни инсон қалби билан уйғун ҳолда олиб бориш кераклигини таъкидлар эдилар: “Ҳақиқий тадқиқотчи — қалби билан изланади”, деган сўзлари менинг илмий дунёқарашимга айланди.

Васила Каримова менга ишонч билдирди, ва айнан шу ишонч менинг илк илмий қадамларимда таянч бўлди. Устознинг таъсири остида мен фақат маълумот

эмас, балки инсон руҳиятига бўлган ҳурмат, ижтимоий масъулият ва изланиш руҳини ўргандим.

Устоз Васи́ла Каримованинг илмий фаолияти ва яратган мероси бугунги кунда ҳам ўзининг назарий ва амалий аҳамияти билан ажралиб туради. У кишининг "Ижтимоий психология ва ижтимоий амалиёт" номли илмий-услубий қўлланмаси нафақат таълим жараёнидаги муҳим манба, балки замонавий жамиятда инсоннинг психологик ҳолати, ўзаро муносабатлари ва ижтимоий муҳит таъсирини чуқур таҳлил қилувчи илмий тадқиқот сифатида юқори баҳоланади.

Асарнинг дифференциал хусусияти шундаки, у ижтимоий фикр, ижтимоий идрок, гуруҳ иерархияси ва шахснинг жамиятдаги мавқеи каби тушунчаларни миллий маданият, анъана ва руҳий омиллар билан уйғунлаштирган ҳолда таҳлил этади. Каримова ижтимоий психологияни мустақил фан сифатида кенг ёритиб, унинг фалсафий, психологиявий ва социологиявий асосларини миллий заминга мос равишда шакллантириш зарурлигини илгари суради.

Қўлланмада ижтимоий психологиянинг предмети, вазифалари, тадқиқот методлари ҳамда бошқа фанлар билан боғлиқлиги тизимли ва изчил равишда ёритилган. Асарнинг марказий илмий ғояларидан бири — шахс ва жамият ўртасидаги ўзаро таъсирчан муносабатларни фақат назарий эмас, балки ҳаётий мисоллар асосида таҳлил этишдир. Жумладан, шахснинг ижтимоийлашуви, гуруҳдаги адаптация жараёнлари, ижтимоий идентификация ва маргинализация каби мураккаб жараёнлар замонавий илмий ёндашувлар асосида талқин этилади.

Устоз Каримова ижтимоий ва амалий психологиянинг янги методологик парадигмаларини шакллантириш, миллий психологик мактабни ривожлантириш йўлида фаол илмий изланишлар олиб бормоқда. У киши педагогика ва психология соҳаларидаги чуқур билим, таҳлил қобилияти ва методологик маданиятни ёш тадқиқотчиларга самарали ўргатиб келмоқда.

Васила Каримованинг илмий фаолияти нафақат назарий билимлар билан бойитилган, балки инсон шахсияти, руҳияти ва ижтимоий муҳит ўртасидаги мураккаб боғлиқликларни англашга йўналтирилган. У кишининг иши ва ижоди кўплаб ёш мутахассислар учун илҳом манбаи бўлиб хизмат қилмоқда.

Ҳурматли Васи́ла Мамансировна Сизни таваллуд айёми муносабати билан самимий муборакбод этар эканман, бутун умрингизни эзгулик, маърифат ва илм тараққиётига бағишлаган инсон сифатида чин қалбимдан чуқур эҳтиром ва миннатдорлик изҳор этаман.

Сизнинг Ўзбекистонда ижтимоий психология фанининг шаклланиши ва ривожига тутган ўрнингиз беқиёсдир. Сизнинг илмий меросингиз, мутахассис кадрлар тайёрлашдаги хизматларингиз ва ўзига хос педагогик мактабингиз — бугунги ва келажак авлод учун барчага ибрат манбаи бўлиб хизмат қилмоқда.

Сиздан таълим олган шогирдларингиз нафақат билимли мутахассис, балки

инсонпарвар, ватанпарвар ва ҳаётда ўз ўрнини топган шахслар сифатида камол топомқда. Сизнинг меҳнатсеварлик, фидойилик ва юксак инсонпарварлик фазилатларингиз барчамиз учун муносиб намунадир.

Таваллуд кунингизда Сизга илм йўлида янада катта зафарлар, бардавом соғлиқ, тинч ва файзли ҳаёт, оилавий осойишталик ва илмий илҳом тилайман!

УСТОЗНИНГ ҲАР БИР САБОҒИ КЕЛАЖАККА ҚЎЙИЛГАН ПОЙДЕВОР

*ҚДУ, Психология кафедраси профессори,
психология фанлари номзоди
Жўраев Нурбек Саъдуллаевич*

*Дейдилар, дунёда асли ким Азиз,
Айтдилар устоздир, устоз бегумон,
Тагин айтдиларки, Азиз шубҳасиз,
Устозлар қадрига етолган инсон.*

Илм бебаҳо бойлик, уни эгаллаш осон иш эмас. Уламолар илм олишни игна билан қудуқ қазिशга ўхшатишган. Инсон шундай бебаҳо хазинанинг соҳиби бўлишида устознинг ўрни беқиёс.

Устоз ҳаёт тушунчаси пайдо бўлганидан буён яшаб келаётган сиймо. Шу боис, азал-азалдан устоз-мураббийларга бўлган ишонч, ҳурмат-иззат ўзгача. Устоз деганда, ҳар бир инсон қалбида чуқур ҳурмат-эҳтиром ва чексиз миннатдорлик туйғулари, шу билан бирга, ҳеч қандай бойлик билан ўлчаб ва адо қилиб бўлмайдиган қарздорлик ҳисси пайдо бўлади. Инсон, аввало, унга билим ва маърифат дунёси сари йўл очиб берган, унинг қалбига юксак инсоний фазилатлар ҳиссини сингдириш йўлида заҳмат чеккан устоз ва мураббийларига нисбатан кўнглида ҳамиша миннатдорлик туйғуси билан яшайди.

Дарҳақиқат ҳар қандай шогирд учун устоз унинг ҳаёт йўлини ёритгучи чироқ, маъшала ҳисобланади. Таъбир жоизки, инсон камолоти ота-она билан бирга устознинг таълим-тарбиясида сайқаллашиб боради. Айниқса, шарафли илм йўлига бор куч ва сабот билан кириб келишимизда устозларнинг ўрни беқиёсдир. Ўз навбатида мени ҳам психология фани соҳасига илк қадамларимни қўйишимга сабабчи инсон, психология фанлари доктори, профессор Васида Маманасириновна Каримованинг ҳиссалари хусусида тўхталмасликнинг иложиси йўқ. Илк университет остонасига кириб фан асосларини ўзлаштиришимда ва илм йўлига ютуқларга эришишимда менинг устозим Васида Каримованинг ўрни муҳим деб биламан ва шундай инсондан таҳсил олганлигим менга қувонч ва бахт бағишлайди.

Ўқишнинг дастлабки пайтлари психология мени учун жуда қийин ва мураккаб фандек туюлди. Шундай бўлса, менга Ижтимоий психологиядан илк сабоқни берган устозим, Фарғона давлат университети “Психология” кафедраси муdiri Васи́ла Каримова эдилар. Устоз ижтимоий психологиядан шундай қизиқарли, мазмунли маъруза машғулотларини ҳаёт билан боғлаган ҳолда тушунтирар эканлар ич-ичимдан психология соҳасини тўғри ташлаганимга амин бўлдим. Устоздан ижтимоий психологияга доир билимларни олиш билан чегараланмасдан психологиянинг бошқа соҳа ва тармоқлари хусусида ҳам назарий ва амалий билимларни олишга интилишим ва иштиёқим ортди. Айниқса, психология соҳаси бўйича турли танлов, олимпиада ва республика фан олимпиадаларида қатнашишимда, танлаган касбимга нисбатан муносабатларимни ўзгаришида устозимнинг ўрни муҳим деб биламан.

Сиз бизга нафақат билим, балки ҳаёт сабоқларини ҳам ўргатдингиз. Сизнинг сабр-тоқатингиз, меҳрибонлигингиз ва қўллаб-қувватлашингиз биз учун қадрли. Сиз ҳар бир дарс орқали нафақат билим бергансиз, балки бизни мустақил фикрлашга, келажакка ишонч билан қарашга ўргатдингиз.

Устоз-инсон ҳаётида энг муҳим йўлбошчисиз. Биз бугун эришаётган ҳар бир ютуқ ва эртанги орзуларимизнинг амалга ошиши ортида сизнинг меҳнатингиз чексиздир. Ҳар қандай шогирд ўзи меҳр қўйган устозга ўхшашга ва ундаги ижобий сифатларини ўзида таркиб топтиришига ҳаракат қилади. Мен ҳам устозим билан ишлаган даврларимда улардаги олийжаноблик, қатъиятлилиқ, дадиллик, мардлик, билимга чанқоқлик каби сифатларини ўзимда шакллантиришга ҳаракат қилдим.

**Жаҳонда бўлмаса муаллим агар,
Ҳаёт ҳам бўлмасди гўзал бу қадар.**

Устоз ҳақида гапирганда кўз ўнгимизда юксак фазилатлар эгаси, зиёли, билими ва меҳри оқар чашмадек тўлиб-тошган инсон гавдаланади. Устоздаги илмга садоқат, ижодий шижоат, изчилликнинг сусаймагани, ёш авлодни тарбиялаш, ҳам назарий, ҳам амалий жиҳатдан ўргатишлари, ҳар қандай кишининг шахсий ҳаётида, меҳнат фаолиятида, илм йўлида берган насиҳатлари ва қўллаб-қувватлашлари биз шогирдлар фаолиятида доимо дастурул-амал бўлиб хизмат қилади.

OILADA SOG‘LOM PSIXOLOGIK MUHIT YARATISH – DOLZARB MUAMMO SIFATIDA

*Akramova Feruza Akmalovna – Nizomiy nomidagi O‘zbekiston Milliy Pedagogika
Universiteti, Psixologiya kafedrası, psixologiya fanlari doktori, professor*

Oila - insonning ijtimoiy hayotidagi asosiy bo‘g‘inlardan biri, jamiyatning eng

muhim institutidir. Oila har bir insonning ilk ijtimoiy makoni hisoblanadi, unda insonning ma'naviy qadriyatlari, madaniy an'analari va axloqiy qoidalari shakllanadi. Oila jamiyatda shaxsni tarbiyalash, uning rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyatli bo'lib, oiladagi sog'lom muhit jamiyat uchun mustahkam poydevor, kelajakda mustahkam va barqaror jamiyat yaratishga yordam beradi.

Oiladagi sog'lom psixologik muhit nima? Sog'lom psixologik muhit – bu oila a'zolari o'rtasidagi ijobiy aloqalar, o'zaro qo'llab-quvvatlash va ishonch asosida qurilgan muhitdir. Bunday muhit oila a'zolarining o'zaro munosabatlarini, ruhiy barqarorliklarini va umumiy hayot sifatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik muhit faqatgina munosabatlarga emas, balki bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini shakllantirishga, o'smirlar tarbiyasiga va oilaviy qadriyatlarni mustahkamlashga ham ta'sir ko'rsatadi.

Oiladagi sog'lom muhit bolalarning psixologik rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Sog'lom muhitda o'sgan farzandlar ijtimoiy, ma'naviy jihatdan mustahkam bo'lib, hayotda o'ziga ishonchli va mas'uliyatli shaxs sifatida shakllanadilar. Oiladagi muhabbat va ishonch bolalarning kelajakda o'z oilalarida ham yaxshi muhit yaratishiga yordam beradi.

Oilada sog'lom psixologik muhit yaratishning ahamiyati esa oila a'zolari o'rtasidagi emotsional qo'llab-quvvatlash, ulashish va turli holatlarni tushunish jamiyatda barqaror, emotsional barkamol shaxslarni tarbiyalashga yordam beradi. Oilada sog'lom psixologik muhit yaratish – bu oila a'zolari o'rtasida ishonch, mehr-oqibat, o'zaro qo'llab-quvvatlash va tushunish muhitini shakllantirishdir. Bunday muhitni yaratish har bir a'zoning ma'naviy, ruhiy va ijtimoiy barkamolligiga xizmat qiladi va salbiy vaziyatlardan himoya qiladi.

Sog'lom muhitda tarbiyalangan bolalar emotsional va psixologik jihatdan barqarorroq bo'lib, tashqi ta'sirlarga nisbatan chidamli bo'ladilar. Ularda ijtimoiy-ma'naviy mezonlarga mos xulq-atvor shakllanadi va muammoli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmasi o'sadi.

Shu bois O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoev: “Bola ota-ona qo'lida bir omonatdir”, “Agar farzandimizga to'g'ri tarbiya bermasak, har kuni, har daqiqada uning yurish-turishi, kayfiyatidan ogoh bo'lib turmasak, ularni ilmu hunarga o'rgatmasak, munosib ish topib bermasak, bu omonatni boy berib qo'yishimiz hech gap emas”, - deb ta'kidlashi oila muhitini risoladagidek tashkil etish orqali jamiyat farovonligiga erishish, ya'ni “Farovon oila – jamiyat ravnaqining asosi” kontseptual g'oyani hayotga tatbiq etishga qaratilganligi bejiz emas.

Darxaqiqat, oila – har bir shaxsda bolaligidan boshlab shakllanadigan insoniy fazilatlar, ezgu istaklar, qadriyatlar kamol topadigan, ming yillar davomida shakllangan o'zbek xalqining qadriyatlari va ma'naviy merosi ravnaqini ta'minlovchi tarbiya maskanidir.

Farzandlar o'z uylarida kuzatgan ma'naviy muhitdan nusxa oladilar. “Oiladagi

ma'naviy muhit va tarbiya tufayli bola yo mehribon va rahmdil, yoki xudbin va bag'ritosh" bo'lib o'sadi.

Ilmiy-amaliy tadqiqot doirasida "Kelajakda qurilajak oilangiz o'z oilangizga o'xshashini istarmidingiz?" mazmundagi so'rovnoma o'tkazildi. Undagi ishtirokchilarning qariyb 35 foizi o'z oilasidagi muhitdan qoniqmasligini bayon qilishgan. Xo'sh, bu nimadan dalolat? O'sha oilalarning notinchligidan, farzandlarning o'z ota-onalari xulq-atvoridan qoniqmasligidan dalolat emasmi?! Axir ota-onalar bolani dunyoga keltirganliklari uchun emas, uni odobli ahloqli qilib voyaga yetkazganliklari uchungina olqishga sazovor bo'ladilar.

Oila muhiti bola tarbiyasi va kelgusi kamolotining asosidir.

Oilalarda ma'naviy – ijtimoiy muhitni o'rganilganda "Farzand tarbiyasi uchun kim ko'proq mas'ul?" savoliga bildirilgan fikrlarni tahlil etsak, ota, ona, ota va ona mas'ulligi eng asosiy ekanligi e'tirof etildi: 31,0 foiz – "ota", 35,0 foiz – "ona", 22,0 foiz "ota-ona" ko'rsatkichlari eng yuqori darajada ko'rindi. Bu holat oilalardagi ota, onalarni farzandlar tarbiyasida namuna va ibrat bo'lishi zarur ekanligini, ularni maslahat va fikrlari bilan to'g'ri yo'lga boshlashlarida, har tomonlama andoza bo'lish sifatlariga ega bo'lishini taqozo etadi.

Oilalarning nosog'lomligi, noqobil va nizoli oilalar, ajrashishlar sonining ortishi jamiyatga turli iqtisodiy, ijtimoiy ziyon yetkazishi bilan birga, bunday nosog'lom psixologik muhitli, nizo-janjalli, o'zaro mehr-oqibatsiz muhitda dunyoga kelib, shakllangan bolada ham keyinchalik nafaqat o'z ota-onasi, aka-ukalariga nisbatan mehr-oqibatsiz, balki atrofdagilarga, qolaversa o'zi yashagan jamiyatga nisbatan ham shafqatsiz, zolim, xudbin, har xil jamiyat manfaatlari, yurt manfaatlari zid bo'lgan har xil salbiy tashqi kuchlar ta'siriga oson beriluvchan shaxsning shakllanishiga, shu asosda esa o'z oilasi, o'z xalqi, o'z yurti uchun xavfli insonlarning yetishib chiqishiga ham asos bo'lishi mumkin.

Farzandlar tarbiyasi ota-onani eng katta va mas'uliyatli vazifalaridan biri sanaladi. Bu vazifaga e'tiborsizlik kelajakda jamiyat taraqqiyotiga xavfli ta'sirni keltirib chiqaradi.

Tarbiya qisqa muddatda va birdaniga singdiriladigan jarayon emas, uni yillar davomida o'z vaqti va yoshida berib borish talab etiladi. Bugungi farzand tarbiyasida "o'zini qay darajada ko'ra olayotgan" ota-onalarni o'rganish uchun "Farzandlaringiz tarbiyasiga yetarli e'tibor berayapsizmi?" savol bo'yicha natijalarga e'tiboringizni qaratamiz. Savolimizga 86,0 foiz ota-onalar "ha" degan ta'kidni bildirishdi. Bu ota-onalarni farzandlari tarbiyasiga bo'lgan mas'ulligini his eta olishini, o'zlarini farzandlari kamolotidagi ishtirokidan ko'ngli to'layotganligini bildiradi. "Yo'q" javobini belgilash 7,0 foizda va "javobi yo'q" tanlanishi 7,0 foizda ko'rinadi.

Demak, ota-onalar orasida farzandlari tarbiyasini o'z tasavvurlari va imkoniyatlari doirasida olib bora olmayotganligini tan olayotgan, o'zlarini balki bu masalada tajribasiz, no'noq his etayotganliklarini va bu holat ularda norozilik

tuyg'ularini keltirib chiqarayotganligini ko'rsatadi. Ota-onalar aniq va ko'ngli to'ladigan javobni bera olishmagani, farzandlari hayotida o'zlari ibrat bo'la olmayotganidan, ularni tarbiyasidagi ishtirokidan ko'ngillari to'lmayotganidan ham darak beradi. Bu borada ota-onalarni ota-onalikka munosib o'rgatish, tarbiya borasidagi ilmlarini kengaytirish va zarur tavsiyalarni berish masalasiga jiddiy e'tibor qaratishimiz kerakligi ko'rindi. Buning uchun ota-onalarning bilimlarini oshirish, ularda sog'lom tafakkur va ilmiy dunyoqarashni shakllantirishdir.

Bu esa ota-onalardan farzand oldidagi, el-yurt oldidagi ma'naviy burchini to'g'ri anglashni, oilaviy munosabatlar doirasida milliy urf-odat va an'analarimizning eng nodirligini turmushga singdirish orqali bolalarda insoniy munosabatlarni shakllantirishni, ularni mustaqil fikrlaydigan kishilar qilib tarbiyalashni taqoza etadi.

Zero Hadisda, "Hech bir ota o'z farzandiga xulq odobdan buyukroq meros bera olmaydi", - deb qayd etilishi ham bejiz emas. Shuni unutmasligimiz lozimki, farzandimizning dunyoqarashi shakllanishida, unda ijobiy va salbiy xislatlarning paydo bo'lishida, eng avvalo, oila "xamirturush" vazifasini bajaradi.

Oila muhitini sog'lomlashtirishga qaratilgan mazkur omillar mujassamlashgan oila, bizning nazarimizda, doim farovon va barqaror bo'ladi. Bunday sog'lom muhitda voyaga yetgan farzandlar esa jamiyat rivojiga o'zining salmoqli ulushini qo'sha oladi. Bu borada ushbu jihatlarga e'tibor qaratish lozim:

- birinchidan, oilada ota o'rnining ahamiyatli ekanligi. Turmushda erkakning yetakchiligi mentalitetimizda yetakchi o'rin tutadi. Erkak kishi o'z xulq-atvori bilan oilada to'kis muhit yaratishi, farzandlarida axloqiy sifatlarni tarbiyalashi lozim.

Ota farzandning ko'z o'ngida namunali shaxsga aylanmas ekan, bunday oila hech qachon mukammal bo'lmaydi.

Xalqimizda azal-azaldan "Ota bo'lish oson, lekin otalik qilish qiyin" degan naql bor. Farzandlarimiz otasi bilan faxrlanishi, undan o'rnak olishi zarur;

- ikkinchidan, oilada milliy qadriyatlar ustuvor bo'lishi zarurligi. Buyuk ajdodlarning tarbiyaga, oila va undagi axloqiy muhitga doir odob-axloq mavzusidagi "Qobusnoma", "Hikmatnoma", "Qutadg'u bilig", "Hayrat ul-abror", Hadisi Sharifda berilgan hikmatlarni farzandlar bilan birgalikda mutolaa natijasida farzandlarda ijobiy xislatlar shakllana borishini bilish kerak.

- uchinchidan, onalarning farzandlar tarbiyasiga ko'proq vaqt ajratishi lozimligi. Oiladagi tarbiyada farzand o'z xususiyatlari, salohiyatining 60% ni onadan olishi, onaning fazilatlarini, ma'naviy yetukligi va zakovat belgilari bolaga o'tishi isbotlangan xaqiqatligini nazarda tutish muhimdir.

Jamiyatimizda olib borilayotgan barcha o'zgarish va ma'naviy islohotlar jamiyatda komil-barkamol shaxsni tarbiyalashga qaratilgandir, bu esa o'z navbatida yaxshi fuqaro, jamiyatning barkamol a'zosini tarbiyalash hamdir.

Oilada sog'lom psixologik muhit yaratish oila a'zolari o'rtasidagi aloqalarni mustahkamlash va jamiyatga barkamol shaxslarni tayyorlash uchun zarurdir. Bu na

faqat shaxsiy, balki jamiyat uchun ham muhim bo‘lgan sog‘lom, barkamol shaxslarni tarbiyalashga hissa qo‘shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo‘limizni qat’iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko‘taramiz. 1-jild. – T.: «O‘zbekiston», 2018. – 592 b.
2. Akramova F.A. Oilada sog‘lom psixologik muhitni tarkib toptirishning ijtimoiy-psixologik asoslari. - T.: «Shams ASA», 2014 - 185-b.
3. Akramova F.A. Oilada sog‘lom psixologik muhitni tarkib toptirish – jamiyat barqarorligining asosi sifatida // Zamonaviy ta’lim. 2017 № 12, B. 4-15.
4. Akramova F.A. Oilada ma’naviy muhitni shakllantirishda xotin-qizlarning roli. - T.: «Nixol Print», 2016. - 42-b.
5. Андреева Т.В. Семейная психология: Учеб. пособие. - СПб.: Речь, 2004. - 243 с.

O‘ZBEKISTONDA KLINIK PSIXOLOGIYANI O‘QITISH VA SHU SOHA MUTAXASSISLARINI TAYYORLASHGA OID

*Ibodullayev Z.R.
Toshkent davlat Tibbiyot universiteti*

Dolzarbliqi. O‘zbekiston aholisining ruhiy salomatligini saqlashga oid bir qator qaror va farmonlar qabul qilingan. Ushbu yo‘nalishdagi ishlarni malakali amalga oshirish maqsadida kadrlar siyosatiga ham alohida e’tibor qaratilmoqda. Tibbiyot OTM da magistratura, klinik ordinatura va internatura orqali «Tibbiy psixolog» kadrlar tayyorlab kelinmoqda. Biroq ularning soni etarli emas. Bugungi kunda sog‘liqni saqlash tizimi uchun 3000 nafar tibbiy psixolog kadrlar zarur. Ularning asosiy vazifalari aholi orasida psixogen va psixosomatik buzilishlar tarqalishini o‘rganish, psixogigiena va psixoprofilaktika faoliyatini yo‘lga qo‘yish, barcha davolash-profilaktika muassasalariga murojaat qilgan bemorlarga psixodiagnostik va psixoterapevtik yordam ko‘rsatishdan iborat. Shuningdek, yana bir dolzarb muammolardan biri neyropsixoreabilitasiya va psixomotor reabilitasiya bo‘lib, bu sohada ham tizimli ishlarni yo‘lga qo‘yish zarur.

O‘zbekistonda yana bir ta’lim yo‘nalishi, ya’ni klinik psixologiyani o‘qitish va shu soha mutaxassislarini umumiy psixologlar tarkibidan tayyorlashdir. Ushbu fanga oid o‘quv adabiyotlarini tayyorlash, o‘quv dasturlarini ishlab chiqish va klinik psixologlarni tayyorlash va qayta tayyorlash mexanizmini yo‘lga qo‘yish zarur. Demak, bugungi kun talablaridan kelib chiqib klinik psixologlarni tayyorlash konsepsiyasini ishlab chiqish kerak bo‘ladi.

Maqsad. O'zbekiston tibbiyot OTM da klinik psixologiya mutaxassisligi bo'yicha ikki yillik magistratura yo'nalishlarini ochish va shu soha kadrlarini tayyorlash.

Vazifalar: 1.2016/2017-o'quv yilidan boshlab tibbiyot OTM da «Klinik psixologiya» mutaxassisligi bo'yicha 2 yillik magistratura yo'nalishlarini ochish;
2.Klinik psixologiya fani bo'yicha o'quv adabiyotlari, o'quv dasturlari hamda kvalifikasion tavsifnomani ishlab chiqish;
3.Davolash-profilaktika muassasalari va boshqa tashkilotlar uchun klinik psixolog kadrlarga ehtiyojni o'rganib chiqish va ishchi o'rinlarini yaratish.

Amalga oshirish yo'llari. Tibbiyot OTM da «Klinik psixologiya» mutaxassisligi bo'yicha 2 yillik magistratura yo'nalishi ochiladi. Bunga umumiy psixologiya yo'nalishida 4 yillik bakalavriaturani tugatgan talabalar maxsus imtihonlar qabul qilinadi. Ta'lim yo'nalishiga umumiy psixologiya va tibbiy psixologiya sohasida faoliyat olib borayotgan malakalari pedagoglar jalb qilinadi. O'qish davrida magistrlar etuk klinik shifoxonalarda malaka oshirib borishadi, ya'ni nazariy ilm va amaliy mashg'ulotlar uyg'unligi ta'minlanadi, amaliy ko'nikmalar o'zlashtirib boriladi. Klinik psixologiyaning asosiy bo'limlari bo'lmish – neyropsixologiya, anomal rivojlanish psixologiyasi, psixosomatik tibbiyot va psixoterapiyaga ta'lim jarayonida asosiy urg'u beriladi. Psixogen va psixosomatik buzilishlar profilaktikasini ta'minlash maqsadida psixogigiena va psixoprofilaktika yo'nalishlari ham chuqur o'rgatiladi.

Yosh kadrlar etuk xorijiy davlatlarda o'qitiladi va malaka oshirishadi. Klinik psixologiya ixtisosligi bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borish va dissertasiya himoya qilish tizimi ham yo'lga qo'yiladi. Klinik psixologiya mutaxassisligi bo'yicha etarli pedagogik kadrlar bazasi yaratilgach tibbiyot oliy ta'lim muassasalarida klinik psixologiya fakultetlari ochiladi va bu sohada ta'lim 4+2 dasturi asosida olib boriladi, ya'ni 4 yillik bakalavriatura va 2 yillik magistratura yo'nalishlari faoliyat ko'rsatib boshlaydi.

Natija. Yaqin 5 yillikda davolash-profilaktika muassasalari 3000 nafar klinik psixolog bilan ta'minlanadi, aholining ruhiy salomatligi mustahkamlanadi, psixogen va psixosomatik buzilishlar, shu jumladan suisid holatlari kamayadi, bu borada ilmiy-tadqiqot ishlari jadallashtiriladi va malakali ilmiy-pedagogik kadrlar bazasi shakllantiriladi.

SHAXSDA O'Z-O'ZINI ANGLASHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

*Safaev N.S., O'zbekiston Milliy universiteti
Psixologiya kafedrası professori, psixologiya fanlari doktori*

Kirish.Psixologik bilimlar bugungi kunda inson hayotining turli sohalarida ta'lim,

tibbiyot, siyosat, iqtisod, marketing, reklama, madaniyat, san’at, murakkab texnologiyalarni loyihalash va millatlararo nizolarni hal qilishda tobora ko‘proq talab qilinmoqda. Shuning uchun shaxs psixologiyasining markaziy masalalaridan biri bu – **o‘z-o‘zini anglash**dir. Psixologiyada bu jarayon shaxsning o‘z “Men”ini, ichki resurslarini, shaxsiy sifatleri va imkoniyatlarini tushunish va baholash sifatida izohlanadi. O‘z-o‘zini anglash jarayoni nafaqat individual rivojlanish, balki shaxsning ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli moslashuvi va o‘z o‘rnini topishi uchun ham muhim hisoblanadi.

Assosiy qism. Ijtimoiy psixologiyaning yetuk vakillaridan biri amerikalik psixolog va sotsiolog Ch. Kulining fikricha, “Men” konsepsiyasini ishlab chiqish uzoq jarayon davomida amalga oshiriladi va boshqa shaxslarning ishtirokisiz, ya’ni ijtimoiy muhitsiz, guruh tajribasisiz amalga oshirilmaydi.

Ch. Kulining taxminiga ko‘ra, inson "Men"ni o‘zi tomonidan qabul qilingan boshqa odamlarning reaksiyalariga asoslangan holda shakllantiradi. Boshqalar bilan munosabatlar orqali, ularning baholari orqali inson aqlli yoki ahmoq, jozibali yoki yomon, munosib yoki qadrsiz ekanligini aniqlaydi, shuningdek, qaysi sohada iste’dodli ekanini o‘rganadi. O‘z "Men"ining bu yondashuvi “Men ko‘zgu” deb ataldi [9]. Ch.Kulining “Men ko‘zgu”si uch bosqichdan iborat tuzilmaga ega:

- boshqalarni idrok etishimiz;
- boshqalarning fikrlarini idrok etishimiz;
- bu fikrimiz haqidagi hissiyotlarimiz.

"Ijtimoiy ko‘zgu" doimo oldimizda va doimo o‘zgarib turadi. Turli shaxslar inson haqida o‘z fikrlarini bildiradilar, ularning reaksiyalarini kashf etadilar. Vaqt o‘tishi bilan, natijada, bu uning qobiliyatini his qilishining o‘zgarishiga olib keladi. Rivojlanayotgan shaxs, "ijtimoiy oyna" rolini bajaradigan shaxslar guruhini tanlashda yanada talabchan bo‘ladi, uning fikri qadrlanadi. Shu bilan birga, agar shaxs bir yoki bir nechta fikrni noto‘g‘ri talqin qilsa, "ko‘zgu" buziladi [7].

Ch.Kulining nazariyasini rivojlantirgan holda J.Mid “muhim kishi” konetsepsiyasini ishlab chiqdi. “Muhim kishi” konsepsiyasiga ko‘ra atrofdagilar tomonidan boshqa bir shaxsning idrok etish mohiyatini tushuntiradi. "Umumlashgan boshqa" - bu mazkur guruh a’zolari o‘rtasida shaxs "men" ining shakllanishiga yordam beruvchi muayyan guruh xulq-atvorining umuminsoniy qadriyatlari va me’yorlarini ifodalaydi. Shunday qilib, inson o‘z xulq-atvorini boshqalarga nisbatan ko‘rishni va ularning reaksiyalarini his qilishni o‘rganadi.

L.D.Gorbova ijtimoiylashuvning besh bosqichini belgilaydi, jumladan:

- tug‘ilishdan to o‘smirlik davrigacha davom etadigan birlamchi ijtimoiylashuv bosqichi yoki moslashish bosqichi;
- o‘smirda boshqalardan ajralib turish istagi paydo bo‘lgan individuallashtirish bosqichi;
- jamiyatda o‘z o‘rnini izlash bilan bog‘liq bo‘lgan integratsiya bosqichi;

- shaxs mehnat faoliyatining butun davrini qamrab oluvchi ijtimoiylashuvning mehnat bosqichi;

- mehnatdan keyingi bosqich - ijtimoiy tajribani yangi avlodlarga o'tkazish bilan bog'liq keksalik bosqichi [7].

G.M.Andreeva ijtimoiylashuvning uch bosqichini aniqlaydi: mehnatdan oldingi, mehnat va mehnatdan keyingi. Ushbu yondashuv ijtimoiylashuv ijtimoiy tajribani, birinchi navbatda, ish jarayonida o'zlashtirishni nazarda tutishini hisobga oladi.

Mehnatdan oldingi bosqich inson hayotining mehnat faoliyati boshlanishigacha bo'lgan davrini qamrab oladi va o'z navbatida ikki davrga bo'linadi:

- erta ijtimoiylashuv davri: bolaning tug'ilishidan maktabga qabul qilinishigacha;
- o'qish davri: maktab, universitet yoki boshqa ta'lim muassasasida o'qishning barcha vaqti.

1. Ijtimoiylashuvning mehnat bosqichi insonning kamolot davrini, mehnat faoliyatining butun davrini qamrab oladi. Mehnat faoliyati ijtimoiy tajribani o'zlashtirish va takror ishlab chiqarish jarayonini to'xtatmaydi [1].

Shaxs o'z-o'zini anglash bilan birgalikda ijtimoiy kamolotga erishsa, ijtimoiylashuv jarayoni ma'lum darajadagina tugallanadi. Ko'pgina psixologlarning ta'kidlashicha, ijtimoiylashuv jarayoni insonning butun hayoti davomida davom etadi, lekin kattalarning ijtimoiylashuvi bolalarning ijtimoiylashuvidan farq qiladi. Kattalar ijtimoiylashuvi tashqi xatti-harakatni o'zgartiradi va insonga ma'lum ko'nikmalarni egallashga yordam berish uchun mo'ljallangan. Shaxsning ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli moslashuvi quyidagi mexanizmlarga bog'liq:

1.O'z-o'zini anglash tushunchasi va mohiyati

O'z-o'zini anglash – bu insonning:

- o'z shaxsiy imkoniyatlari, qobiliyatlari va cheklovlarini anglash;
- jamiyatdagi o'rnini tushunish;
- shaxsiy qadriyatlari va hayotiy maqsadlarini belgilash jarayonidir.

Shaxs o'zini anglagan sari uning “**Men-kontseptsiyasi**” shakllanadi, bu esa o'z navbatida shaxsning ijtimoiy rollarini to'g'ri bajarishiga yordam beradi [James, 1890; Rubinshteyn, 2003].

2. O'z-o'zini anglashning psixologik mexanizmlari

Psixologlar (Z. Freyd, K. Jung, G. Allport, K. Rogers) o'z-o'zini anglashning bir nechta mexanizmlarini ajratib ko'rsatishgan:

1. **Introspeksiya** – insonning o'z ichki dunyosini, his-tuyg'ularini, motivlarini kuzatishi.

2. **Refleksiya** – shaxsning o'z faoliyatiga va munosabatlariga ongli ravishda qaytib qarashi va baholashi.

3. **Ijtimoiy taqqoslash** – shaxsning o'zini boshqa insonlar bilan qiyoslash orqali baholashi (Festinger, 1954).

4. **Identifikatsiya** – shaxsning o'zini muayyan shaxs, guruh yoki ijtimoiy model bilan bog'lashi.
5. **Interiorizatsiya** – tashqi ijtimoiy qadriyatlar va normalarning ichki psixik tizimga aylanishi.
6. **Motivatsiya** – o'zini anglash darajasi shaxsning ichki ehtiyojlari va tashqi rag'batlantirish bilan chambarchas bog'liq (Deci & Ryan, 2000).

3.O'z-o'zini anglashning rivojlanish bosqichlari

- **Bolalik davrida** – bola o'zini “Men” sifatida ajrata boshlaydi.
- **O'smirlik davrida** – shaxs o'zining qadriyatlari va jamiyatdagi o'rnini izlaydi.
- **Yoshligida** – kasbiy va shaxsiy identifikatsiya shakllanadi.
- **Katta yoshda** – o'z hayotiy tajribasiga tayangan holda o'zini baholaydi va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

4. O'z-o'zini anglashning ijtimoiy-psixologik ahamiyati

- Shaxsning o'zini qadrlashi va o'ziga ishonchini oshiradi.
- Ijtimoiy munosabatlarda samaradorlikni ta'minlaydi.
- Stress va inqirozli vaziyatlarda ichki barqarorlikni saqlashga yordam beradi.
- Shaxsiy o'sish va kasbiy rivojlanish uchun asos bo'ladi.

Xulosa. Shaxsda o'z-o'zini anglash – psixologik rivojlanishning asosiy jarayonlaridan biri bo'lib, uning samarali kechishi uchun introspeksiya, refleksiya, identifikatsiya, ijtimoiy taqqoslash va interiorizatsiya mexanizmlari faoliyat ko'rsatadi. Inson o'zini anglash orqali o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqaradi, jamiyatdagi o'rnini topadi va hayotiy maqsadlariga erishadi

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ананев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. – М. : Издательство «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «МОДЕК», 1996. – 384 с.
2. Каракозов С.Д. Психология самосознания личности. – М., 2011.
3. Rubinshteyn S.L. Основы общей психологии. – SPb., 2003.
4. Timothy Bancroft-Hinchey. Psychological portrait of the Russian President.//https://english.pravda.ru/russia/4021psychological_portrait_of_the_russian_president
5. <https://www.b17.ru/article/305867/>

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ХРОНИЧЕСКИХ СОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ КАК ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

*Илхамова Дилфуза Илясовна
Профессор кафедры Психология НУУз*

В нашей стране, особенно в условиях построения нового Узбекистана, внимание к здоровью детей поднялось на уровень государственной политики.

В Стратегии действий развития Республики Узбекистан по пяти приоритетным направлениям в 2017-2021 гг. определены актуальные задачи «воспитания физически, психологически и умственно развитой, свободномыслящей, верной Родине, имеющей свою твердую жизненную позицию молодежи, формирования здорового образа жизни детей» [1]. Для осуществления данных задач целесообразно дифференциальная оценка психосоциальных детерминант реабилитации детей, больных хроническими соматическими заболеваниями, совершенствование методов психологической помощи с применением нетрадиционных подходов, выявление уровня удовлетворенности своим психосоциальным статусом с учетом межличностных взаимоотношений и условий психологического климата, расширение объема научных исследований по повышению эффективности социально-психологической реабилитации больных детей в условиях психологической интервенции и психологической поддержки.

Как известно, в последние десятилетия на первое место в структуре заболеваемости вышли хронические неинфекционные болезни [2], статистика показывает увеличение данной категории болезней среди детей. В связи с этим исследования не только в педиатрии, но в клинической психологии направлены на изучение психологических и социально-психологических детерминант болезней. Исследования, проведенные в этой области специалисты разделяют на следующие части:

1. Исследования, направленные на попытку объяснить этиопатогенез различных заболеваний у детей, выявления факторов, приводящих к возникновению и хронизации болезней у детей;

2. Научные работы, осуществленные в рамках выявления внутренней картины болезни и особенностей личности детей, её воздействие на податливость и эффективность терапии;

3. Исследования, в которых особое внимание обращается к социуму детей, в окружении которых они развиваются, в первую очередь психологическому климату в семье и характеру детско-родительских взаимоотношений;

4. Исследования, направленные на не только выявление факторов болезни, актуальное психологическое состояние больного ребенка и его личностных особенностей, но и проблемам разработки программ социально-психологической реабилитации и успешной адаптации к условиям болезни.

Что касается первого направления исследования, то в этом плане многие авторы сошлись мнением относительно мультифакторного подхода, где

достаточно внимания уделяется психологическим и социально-психологическим факторам возникновения болезни [4]. Роль этих факторов на сегодняшний день несомненна, доказана исследованиями и признана как медицинскими работниками, так и клиническими психологами во всем мире. По мнению некоторых авторов, этот фактор играет роль своего рода пускового механизма в развитии любой хронической болезни у детей. По мнению ряда авторов, [3] социально-психологические факторы в развитии заболеваний выполняют: во-первых, роль пускового механизма, то есть функцию в виде «толчка»; во-вторых, определяющую успешность или не успешность лечения и адаптации к условиям болезни. На психоэмоциональные явления, приводящие к развитию хронических соматических заболеваний у детей, указывают исследования Д.Н.Исаева, L.Rees, V. Weizsacker, M. Fuchs.

Эти авторы выделяют внутренние и внешние условия психологических факторов. Во внутренние условия они включают такие особенности личности ребенка, как инфантильность, высокий уровень тревожности, заниженная самооценка, эмоциональная неустойчивость, агрессивность. Внешние факторы подразумевают неправильное воспитание, неблагоприятные семейные ситуации, адаптивные возможности ребенка [5].

С.Н.Воронина среди психологических факторов в возникновении бронхиальной астмы у детей указывает на слабую эмоциональную связь с матерью, завышенные требования со стороны родителей, эмоциональное отвержение матерью ребенка, высокий уровень строгости матери, низкий уровень взаимопонимания в семье, высокий уровень притязаний семьи.

В своих исследованиях автор выявила, что одним из факторов, способствующих развитию бронхиальной астмы у детей является противоречие между эмоциональной и поведенческой стороной отношения матери к ребенку, способствующее формированию условной желательности болезни для семьи. В качестве внешних факторов развития болезни автором отмечаются также проблемы во взаимоотношениях в семье.

Ещё одной важной проблемой детей, больных хроническими соматическими заболеваниями является проблема синдрома госпитализма. При поступлении в больницу у ребенка меняется ситуация, которая отличается от привычной, ребенок вынужден постоянно принимать лечебные процедуры, изолироваться от семьи, друзей, одноклассников.

У больного ребенка меньше ресурсов, чем у здоровых детей. Финансовые возможности родителей, их отношение к факту госпитализации эмоциональное состояние еще больше усугубляют состояние ребенка. Дети в свою очередь тоже по-разному реагируют на нахождение в стационарных условиях. По мнению Е.Ж.Варовского, реакция ребенка на поступление в больницу зависит от возраста, характера семейных взаимоотношений, продолжительности времени нахождения

в стационаре, от числа госпитализаций по поводу болезни, природы болезни, проводимых лечебных процедур.

Н.И.Бурмистрова утверждает, что у некоторых детей наблюдаются негативные реакции на госпитализацию, которые выражаются раздражительностью, ребенок часто плачет, отмечаются нарушение сна, вялость, заторможенность, ребенка не возможно ничем успокоить. А часть детей вполне спокойно принимают факт госпитализации, отличаются уравновешенностью и адаптивностью.

А.Н.Schwartz отмечает, что «для ребенка больница — как чужая страна, к обычаям, языку и законам которой он должен привыкнуть» [6]. Основная проблема для детей дошкольного возраста это различные болевые ощущения и связанные с ними тревожность и снижение настроения.

А у детей более старшего возраста (после 7 лет) на первый план выступают такие проблемы, как пропуски школы в связи с болезнью, сужение круга социального контакта со сверстниками.

D.M.Fergusson отмечает, что негативные переживания родителей по поводу болезни ребенка и необходимостью ложиться в стационар часто оказывает отрицательное влияние на психоэмоциональное состояние ребенка, причем родители более тревожны, многие испытывают чувства вины, а это часто переводится на детей.

Условия, которые создаются в ситуации длительной хронической болезни в окружении детей (например, гиперопека или гипоопека со стороны родителей, нарушения семейных отношений) в итоге приводят к нарушению личностного развития, снижению качества жизни ребенка. В частности, дети младшего школьного возраста, больные с хроническим гастродуоденитом отличаются высоким тревожным состоянием, низкой самооценкой, неспособностью выразить свои эмоции, высокой фрустрированностью и склонностью к эмоциональным сбоям. Ученые отмечают, что данные психологические особенности больного ребенка одновременно препятствуют развитию его социальной состоятельности и снижают эффективность проводимого лечения. Ухудшение после длительной хронической болезни социальной ситуации развития приводила к усугублению проблем в психоэмоциональной сфере больных детей, оказывало негативное влияние на развитие самосознания личности.

Влияние семьи на процессы восстановления и адаптации детей, ее значение в борьбе с различными нарушениями организма и психики знаменуются исследованиями Э.Эйдемиллер, *E.I.Barowsky*, *H.S.Kaufman*, *S.Minuchin*, *P.A. Mrazek* [3].

Ряд исследователей указывают, что неправильное отношение к ребенку, отрицательный микроклимат в семье, неправильное поведение родителей очень часто провоцируют развитие у ребенка невротических расстройств. Увеличение

невротических расстройств приводит к росту числа больных детей, у которых под влиянием упомянутых и других психогенных факторов возникают соматические заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной систем, желудочно-кишечного тракта, кожи.

Рядом авторов, которые изучали влияние семьи на возникновение у детей хронических заболеваний отмечается, что индивидуально-типологические особенности как матери, так и ребенка, значение болезни ребенка для семьи, микроклимат в социальном окружении ребенка, условия и методы воспитания часто выступают как ведущий фактор в возникновении, течении и лечении хронической болезни.

Нужно отметить, что к сегодняшнему дню накоплено немало данных о том, что семья является незаменимым условием формирования ребенка, как личности.

Д.Н.Исаев отмечает, что любая семейная дезорганизация может препятствовать развитию индивидуальности ребенка, приводит к торможению открытых проявлений эмоций. Семья является главным обществом социализации ребенка, где он формируется как личность. Поэтому без анализа семейной ситуации ребенка, взаимоотношений невозможно целостное понимание развития личности. До сих пор изучение семьи ребенка, особенности детско-родительских взаимоотношений остаются малоизученными аспектами.

На конкретных результатах показано, что жизнь детей, особенно тех, кто вынужден постоянно лечиться замыкается внутри семьи. Такие дети часто страдают от дефицита общения со сверстниками или с другими взрослыми. Как утверждают ряд авторов, из-за своей болезни они вынуждены длительное время находиться дома и их общение организовано только в системе «ребенок – родитель».

Существуют отдельные исследования, доказывающие, что привязанность, возникающая между детьми и их родителями после рождения, является одним из самых важных определяющих факторов, механизмом, обеспечивающим чувство безопасности и доверия к миру. Если в детстве не удовлетворялись потребности в эмоциональной близости с значимыми людьми, имела депривация в отношениях с родителями, то у таких детей в будущем выявлялись проблемы с формированием социальных качеств. Кроме этого, они приводили к формированию у детей тревожных расстройств и изменениям на нейроэндокринном уровне. Именно такие состояния являются основным риском возникновения хронических патологий [3].

По данным Ю.Ф.Антропова, Ю.С.Шевченко в семьях, воспитывающих детей с психосоматическими заболеваниями, дисгармоничный тип воспитания отмечаются в 58% случаев, а нарушения в системе мать-дитя – у 63% больных детей. Авторы отмечают, что психосоматические заболевания детей обусловлены

и поддерживаются неадекватным воспитательным подходом и неблагоприятной семейной ситуацией [4].

Таким образом, нужно отметить, что исследований, посвященных изучению психологических расстройств при хронических соматических заболеваниях у детей достаточно, осуществлены они преимущественно представителями медицинского направления, где психодиагностика характеризуется фрагментарностью и превосходство даётся больше медикаментозному лечению. В то же время представители психологического направления ограничиваются психодиагностикой существующих расстройств и реже затрагивают тему психокоррекции и психопрофилактики вторичных осложнений болезни, связанных с нарушением психоэмоционального состояния больных.

Список литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан «О стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан» № УП-4947 от 7.02.2017 г.
2. Кукуруза А.В., Кириллова Е.А., Беляева Е.Э. Характеристика внутренней картины здоровья подростков с соматической патологией// Медицинская психология в России. 2011. № 2 (7). URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2011_2_7/nomer/nomer18.php
3. Антропов Ю. Ф., Шевченко Ю. С. Психосоматические расстройства и патологические привычные действия у детей и подростков. – М.: Изд-во ин-та психотерапии, Изд-во НГМА, 2000. – 320 с.
4. Ананьев В. А. Психологическая характеристика тревоги у больных с пред язвенными состояниями и язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки: Автореф. дис. канд. психол. наук. – Л., 1988. – 26 с.
5. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. –СПб.: Речь, 2005. –400 с.
6. Schwartz A.H. Children's Concept sof Research Hospitalization// New England. J.ofMedicine 287 (12):589.

УСТОЗГА ЭҲТИРОМ!

Ҳурмат ва эҳтиром билан шогирди Рузиев Ахрор Эватович!

Устоз – инсон ҳаётида энг улуғ ва қадрли шахсдир! У нафақат билим, кўникма беради, балки катта ҳаёт учун энг тўғри йўлни кўрсатувчи, қалбларга нур улашувчи ҳисобланади. Устозларга эҳтиром кўрсатиш – бу нафақат одоб-ахлоқ кўрсатиш, балки маънавий қадриятларимизга содиқлик ҳамдир.

Инсон болалигидан бошлаб устозлардан битлм олади, ҳаётни ўрганади. Халқимизда “Устоз – отангдек улуғ!” деган ҳикматли сўз бор. Бу ҳикмат бежизга

айтилмайди, чунки устоз нафақат билим беради, балки шогирдларини маънавий-руҳий камолликка ҳам ундайди. Уларнинг биргина тўғри маслаҳати ёки берган насиҳатлари билан шогирдлари умри давомида бахт маконига эга бўлади.

Шарқ алломалари ва ўзбек адабиётида устоз — илм, маърифат, камолот ва инсонийлик рамзи сифатида улуғланади. Уларнинг асарларида устозга эҳтиром — фақат одоб эмас, балки руҳий тарбиянинг асоси сифатида талкин этилади.

Абу Наср Фаробий: - “Инсон юксак камолатга эришиш учун ақлий билимга интиломи лозим. Бу йўлда энг муҳим восита — устоздир.” Фаробий устозни инсоннинг ақлий қувватини ривожлантирувчи, маънавий етакчи сифатида кўради.

Абу Али Ибн Сино: - “Устоз — инсоннинг қалбини илм нури билан ёритувчи зотдир. Унинг сўзи шифо, унинг кўзи — илҳом манбаи”. Ибн Сино устозни табиб каби тасвирлайди — у жисми эмас, қалбни даволайди.

Ўзбек шоир ва ёзувчиларининг устоз ҳақида шеърлари:

Алишер Навоий: - “Устодинга қил хурмат, Унинг сўзи — нур, ҳикмат. Унга етмас ҳеч бир давлат, Устодсиз қолмас инсоф”. Навоий устозни маънавий бойлик манбаи сифатида улуғлайди.

Абдулла Орипов: - “Устоз деган сўзда бор бир нур, бир ҳаёт, Унга етган инсон топар маънавият. Устодсиз қолганлар — йўқотганлар йўлни, Устозга эҳтиром — энг улуғ фазилят”. Абдулла Орипов устозга эҳтиромни миллат маънавиятининг асоси сифатида кўрсатади.

Эркин Воҳидов: - “Устоз — бу ҳаётнинг кўзгуси, Унга қараб инсон ўзини танир. Устодсиз камолот бўлмас, Унга эҳтиром — қалбнинг зийнати.”

Инсон ҳаётида шундай зотлар борки, уларнинг таъсири бутун умрга етарли бўлади. Устоз — ана шундай улуғ шахс. У нафақат билим беради, балки қалбга нур улашади, ҳаётга йўл кўрсатади. Устозга эҳтиром — бу фақат одоб эмас, балки маънавий камолотга йўлдир.

Устоз ва шогирд муносабати — илм ва маънавиятнинг энг нозик, энг улуғ кўринишидир. Устоз инсонни шакллантиради, шогирд эса унинг нурини давом эттиради. Менинг шахсий таассуротларимда бу муносабатнинг ёрқин намунаси — психология фанлари доктори, профессор **Васила Маманосировна Каримованин**г шогирди сифатида илмий ҳамкорлик ва маънавий боғланишидир.

Васила Маманосировна — ижтимоий психология соҳасидаги етакчи олима, оила муносабатлари ва шахслараро муносабатлар, толерантлик мавзуларидаги тадқиқотлари билан республикамизга ва дунёга танилган. Унинг “Ижтимоий психология”, “Оила психологияси” дарсликларидаги ҳар бир сатр — ҳаёт сабоғи, руҳий тарбия манбаи сифатида намоён бўлиб келмоқда.

Васила опа устоз сифатида у шогирдларига нафақат билим, балки мустақил фикрлаш, инсонпарварлик ва илмий масъулиятни ҳам ўргатади. У кишининг

сабр-тоқати, мулоҳазалари ва ҳар бир шогирдга индивидуал ёндашуви — мен учун ҳам ибрат намунаси ҳисобланади.

Мен ўзимни Васи́ла Мама́носировна́нинг илмий мактабини давом эттирувчи, ижтимоий психологиядаги долзарб мавзуларни тадқиқ этувчи олим сифатида ҳис қилишим менга улкан руҳий қувват ва масъулият бағишлайди.

Мен учун Васи́ла Мама́носировна нафақат устоз, балки руҳий етакчи, қалбга нур улашувчи зотдир. У кишининг ҳар бир сўзлари, ҳар бир фикрлари — ҳаётга йўлчи юлдуз. Мен Васи́ла опанинг шогирдлари қаторида бўлиб, у киши билан бўлган илмий мулоқотларда устозлик анъанасининг тирик намунасинининг гувоҳи бўлиб келмоқдаман.

Васи́ла опа бугунги кунда 70 ёшни қаршилаб турибди. Мен устозимга энг аввало мустаҳкам соғлик, узоқ умр кўришларини, шогирдларига илмий фаолиятда доимо тўғри йўл кўрсатиб чарчамасликларини ва доимо яқинлари, дўстлари ва шогирдлари ардоғида бўлиб юришини тилайман!

O‘SMIRLARDA SMARTFONLARDAN FOYDALANISH NATIJASIDA YUZAGA KELADIGAN KOGNITIV CHARCHASHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

*Andijon davlat universiteti Psixologiya va pedagogika kafedrası o‘qituvchisi
Abayev Abduvoxid Abulxamidovich
akbarovakbar865@gmail.com*

Kirish. Zamonaviy texnologiyalar, ayniqsa smartfonlar, bugungi kunda inson hayotining ajralmas qismiga aylangan bo‘lib, ular axborot olish, muloqot qilish, o‘yin-kulgi hamda ta‘lim jarayonining muhim vositasiga aylanmoqda. Ayniqsa, o‘smir yoshidagilar orasida smartfonlardan foydalanish darajasi yildan-yilga ortib bormoqda. Raqamli texnologiyalarning hayotga chuqur kirib kelishi bir tomondan imkoniyatlar yaratgan bo‘lsa-da, boshqa tomondan, inson psixikasi va kognitiv salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkinligi tobora ko‘proq muhokama qilinmoqda.

So‘nggi yillarda olib borilgan psixologik va sotsiologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, smartfonlardan ortiqcha foydalanish yoshlar ongiga bevosita ta‘sir ko‘rsatib, ularning kognitiv funksiyalarining zaiflashuviga olib keladi. Bunday holat, eng avvalo, kognitiv charchash—ya‘ni ruhiy-intellektual toliqish sindromining rivojlanishiga sabab bo‘ladi.[1]

Kognitiv charchash — bu insonning aqliy jarayonlari (diqqat, xotira, fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish) haddan tashqari yuklanishidan kelib chiqadigan holatdir [3].

Mazkur holat quyidagi omillar ta‘sirida yuzaga keladi:

- Uzlüksiz va filtrlanmagan axborot oqimi;

- Tez-tez xabarlar va bildirishnomalar orqali doimiy e'tibor chalg'itilishi;
- Ko'p vazifali faoliyat, ya'ni bir vaqtning o'zida bir nechta faoliyat turlarini bajarishga urinish;

- Ekranga tikilib turish vaqtining haddan tashqari ortib ketishi.

Ushbu omillar, ayniqsa o'smirlar orasida yanada salbiyroq oqibatlariga olib keladi. Shu sababli, raqamli qurilmalarga bo'lgan haddan tashqari qiziqish va ularga qaramlik holatlari aynan shu yosh guruhida kuchliroq namoyon bo'ladi [4].

Kognitiv charchash, o'z navbatida, quyidagi holatlar bilan namoyon bo'ladi:

- Diqqatning susayishi va tez chalg'ishi;
- Fikrlash jarayonlarining sekinlashuvi;
- Ishchi xotira zaiflashuvi;
- Qaror qabul qilishdagi qiyinchiliklar;
- Emotsional beqarorlik, charchoq va tashvish holatlarining kuchayishi.

Bundan tashqari, uzluksiz raqamli aloqa vositalaridan foydalanish insonning psixologik farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatib, stress va bezovtalik darajasining ortishiga sabab bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar bilan haddan tashqari shug'ullanish uyqu sifatining yomonlashishiga, ijtimoiy munosabatlarning zaiflashishiga ham olib keladi, bu esa o'z navbatida kognitiv va emotsional funksiyalarni yanada susaytiradi [6].

Shu munosabat bilan, o'smirlar orasida smartfonlardan oqilona foydalanish madaniyatini shakllantirish, raqamli detoks amaliyotlarini joriy etish, hamda ota-onalar va pedagoglar tomonidan ushbu holatni profilaktika qilish bo'yicha samarali strategiyalar ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining tez sur'atlar bilan rivojlanishi, ayniqsa mobil qurilmalarning keng tarqalishi inson hayot tarzini tubdan o'zgartirdi.

Texnologiyalar orqali insonning kundalik faoliyati soddalashib, axborotga tezkor kirish, masofaviy muloqot, onlayn ta'lim, ko'ngilochar xizmatlardan foydalanish imkoniyati ortdi. Shunday vositalardan biri bo'lgan smartfonlar bugungi kunda nafaqat aloqa vositasi, balki ijtimoiy tarmoqlar, o'yinlar, yangiliklar, ta'lim va ko'ngilochar platformalar majmuasi sifatida faol foydalanilmoqda. Biroq bu qulayliklar bilan birga, psixologik qaramlik (addiktsiya) xavfi ham sezilarli darajada ortib bormoqda.

Smartfonlarga qaramlik, ya'ni nomofobiya (nomophobia – "no mobile phone phobia") — bu mobil qurilmadan uzoq bo'lish holatida insonda xavotir, bezovtalik, asabiylik kabi salbiy emotsional reaksiyalarning paydo bo'lishi bilan ifodalanadigan psixologik holatdir. Ushbu holat, odatda, insonning mobil qurilmasiz yashay olmasligi, undan foydalanishga kuchli ichki ehtiyoj sezishi, foydalanishni cheklashda qiyinchiliklar bilan tavsiflanadi.

Ilmiy tadqiqotlar ushbu holatni psixologik addiktsiya deb ta'riflab, bu holat vaqt

o'tishi bilan mustahkam odat darajasiga o'tib, insonning kundalik hayot faoliyatini izdan chiqarishi mumkinligini ko'rsatmoqda. Nomofobiya insonning emotsional holati, kognitiv faoliyati va ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, e'tiborning kamayishi, diqqatning tez chalg'ishi, xotira jarayonlarining susayishi, turli ijtimoiy vaziyatlarda noqulaylik va izolyatsiya hissining ortishi kuzatiladi.[1]

Bundan tashqari, smartfonlarga ortiqcha qiziqish uyqu buzilishlari, stress darajasining oshishi, o'z-o'zini baholashning pasayishi va real hayotdagi ijtimoiy aloqalarning susayishiga ham olib keladi. Ayrim tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalarga haddan ortiq bog'lanish insonning o'zini anglash, vaqtni boshqarish, hamda hissiy regulyatsiya kabi muhim psixologik ko'nikmalarining rivojlanishiga to'sqinlik qiladi [7].

Xususan, o'smirlik davrida bu jarayon yanada keskinroq namoyon bo'ladi, chunki bu bosqichda shaxsiy identitet shakllanishi, ijtimoiy o'rganish va o'z-o'zini anglash jarayonlari faol kechadi. Smartfonlarga haddan tashqari bog'lanish esa ushbu muhim psixologik rivojlanish jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli, bugungi kunda psixologlar va pedagoglar tomonidan raqamli vositalardan oqilona foydalanish madaniyatini shakllantirish, bolalar va o'smirlar orasida nomofobiyaning profilaktika qilish bo'yicha tizimli yondashuvlar ishlab chiqish zarur bo'lmoqda. Shu bilan birga, ota-onalar va tarbiyachilarning texnologik vositalar bilan bog'liq xavf-xatarlar haqida xabardorligi oshirilishi ham muhim omil hisoblanadi.

Nomofobiyaning asosiy simptomlari quyidagilardan iborat:

Doimiy ravishda smartfonni tekshirish ehtiyoji — bu holat kompulsiv harakatlar shaklida namoyon bo'ladi, ya'ni odam ongli ravishda emas, balki avtomatik tarzda qurilmasiga murojaat qiladi;

Internet aloqasi uzilganda bezovtalik va xavotir holatlari — bu simptom psixologik diskomfort va ichki noaniqlik hissini keltirib chiqaradi;

Ijtimoiy aloqalardan ajralib qolishdan qo'rqish— o'ziga qaratilgan axborotni yo'qotib qo'yishdan qo'rqish, ijtimoiy tarmoqlarda doimiy onlayn bo'lish ehtiyoji;

Uyqu rejimining buzilishi—kechki soatlarda ham smartfondan foydalanish melatonin ajralishini kamaytiradi va uyqu sifatini pasaytiradi;

Konsentratsiyaning pasayishi —smartfondan haddan tashqari foydalanish natijasida diqqatni jamlash qiyinlashadi, bu esa o'quv yoki mehnat faoliyatining samaradorligini kamaytiradi;

Real ijtimoiy munosabatlardan chekinish—yuzma-yuz muloqot o'rnini virtual aloqa egallaydi, bu esa emotsional izolyatsiyaga olib keladi.

Smartfonlarga haddan tashqari bog'lanish nafaqat individual psixikaga, balki insonning umumiy hayot sifati va ijtimoiy faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu holat o'smirlar uchun ayniqsa xavflidir, chunki ularning psixik rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy identiteti shakllanish jarayonida bo'ladi.

Asosiy psixologik oqibatlar quyidagilardir:

Stress va tashvish darajasining oshishi: Smartfonga bog'liqlik kuchli emotsional stress, ichki bezovtalik va doimiy psixologik zo'rqiqlash holatlarini keltirib chiqaradi.

Depressiv alomatlar: Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, smartfonlarga haddan tashqari qaram bo'lgan o'smirlar orasida depressiya darajasi ancha yuqori [5].

Ijtimoiy ajralganlik: Virtual dunyoga ko'proq qiziqish real ijtimoiy munosabatlarni chetlab o'tishga olib keladi, bu esa ijtimoiy izolyatsiyani kuchaytiradi.

Shaxsiy o'sishning sekinlashuvi: Qaramlik natijasida mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish va tanqidiy tafakkur salohiyati pasayadi.

Smartfonlardan doimiy foydalanish kognitiv resurslarning doimiy ishdan bo'lishini talab qiladi. Diqqat bir nuqtaga jamlanmaydi, chunki foydalanuvchi doimo xabar kutishda yoki turli ilovalar orasida o'tishda bo'ladi. Bu esa:

- Sust konsentratsiya;
- Tez chalg'ish;
- Xotira buzilishi;

Qaror qabul qilish qiyinchiliklari kabi holatlarga olib keladi.

Rosen (2013) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda aniqlanishicha, o'smirlar ko'p vazifali (multitasking) faoliyatda samaradorligini yo'qotadi va har bir faoliyat alohida ko'rilganda ham diqqat darajasi past bo'ladi.

Kognitiv charchash o'z navbatida quyidagi psixologik holatlarning kuchayishiga olib keladi:

Stress va bezovtalik: Doimiy bildirishnomalar, do'stlar bilan raqobat, ijtimoiy tarmoqlardagi taqqoslashlar o'smir ruhiyatida ichki bosim paydo qiladi [5].

Uyqu buzilishlari: Kechki vaqtlarda ekran nurlanishi melatonin ishlab chiqarilishini kamaytirib, uyqu sifatini pasaytiradi. Bu esa miya tiklanish jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi [8].

Emotsional zo'rqiqlash: Kognitiv charchash emotsional barqarorlikni izdan chiqaradi. O'smir tez jahl qiladi, sabrsiz bo'ladi va ijtimoiy aloqalarda tortishuvlarga moyilligi ortadi.

Kognitiv charchashni kamaytirish uchun quyidagi choralar tavsiya etiladi:

- Smartfonlardan foydalanish vaqtini nazorat qilish;
- Diqqatni jamlashni rivojlantiruvchi mashg'ulotlar;
- Psixologik maslahat va stressni boshqarish texnikalari;
- Oilaviy va maktab muhitida raqamli tarbiyani mustahkamlash.

Shuningdek, ota-onalar va pedagoglar tomonidan raqamli texnologiyadan ongli foydalanishga o'rgatish kognitiv charchashni oldini olishda muhim omildir.

O'smirlar ongiga va psixikasiga smartfonlarning ta'siri chuqur va ko'p qirrali bo'lib, u zamonaviy psixologiya va pedagogikaning dolzarb muammolaridan biriga aylangan. Ayniqsa, bu ta'sirlar orasida kognitiv charchash alohida e'tiborga loyiq bo'lib, u o'smirlarning aqliy va emotsional holatlarida jiddiy o'zgarishlarga sabab

bo'lmoqda. Kognitiv charchash – bu aqliy jarayonlarning haddan tashqari yuklanishi natijasida yuzaga keladigan psixofiziologik holat bo'lib, diqqatning susayishi, fikrlashning sekinlashuvi, ishchi xotiraning zaiflashuvi, qaror qabul qilishdagi qiyinchiliklar hamda emotsional beqarorlik bilan kechadi [3].

Bu holat nafaqat o'quv faoliyatining samaradorligini pasaytiradi, balki o'smirning umumiy psixologik salomatligiga, ya'ni o'z-o'zini anglash, emotsional barqarorlik, o'zini baholash kabi jihatlariga ham bevosita salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday holat o'smirlarning maktabdagi o'qish motivatsiyasi pasayishiga, ijtimoiy ajralishga va depressiv holatlarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, ilmiy asoslangan profilaktika choralarini ishlab chiqish hamda psixokorreksion yondashuvlarni amaliyotga joriy etish bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Bunday yondashuvlar o'smirlarda raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish, axborotga ongli yondashuvni rivojlantirish, shuningdek, stress va charchash holatlarini bartaraf etish bo'yicha psixologik yordam ko'rsatish orqali amalga oshiriladi.

Ayniqsa, maktab psixologlari, o'qituvchilar va ota-onalar hamkorligida o'tkaziladigan profilaktik treninglar, emotsional-intellektual rivojlanishga qaratilgan dasturlar, vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish va raqamli detoksifikatsiya mashg'ulotlari samarali choralar sifatida tavsiya etiladi.

Shuningdek, ushbu masalaga tizimli yondashuvda ilmiy tadqiqotlar asosida diagnostik vositalarni joriy qilish, psixologik monitoring olib borish va xavf omillarini aniqlash ham muhim ahamiyatga ega. Zero, o'smirlik davrida shakllanayotgan psixik tuzilmalarning barqaror rivojlanishi jamiyatning sog'lom avlodini tarbiyalashda asosiy omillardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Kuss, D. J., Griffiths, M. D. (2017). "Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned." *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.
2. Hadlington, L. (2015). "Cognitive Failures in Daily Life: Exploring the Link with Internet Addiction and Problematic Mobile Phone Use." *Computers in Human Behavior*, 51, 75–81.
3. Boksem, M. A. S., Tops, M. (2008). "Mental fatigue: costs and benefits." *Brain Research Reviews*, 59(1), 125–139.
4. Casey, B. J., Jones, R. M., Hare, T. A. (2008). "The Adolescent Brain." *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124(1), 111–126.
5. Twenge, J. M., Campbell, W. K. (2018). "Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study." *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283.

6. Cain, N., Gradisar, M. (2010). "Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents: A review." *Sleep Medicine*, 11(8), 735–742.
7. Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., Hall, B. J. (2017). "Fear of Missing Out, Need for Touch, Anxiety and Depression Are Related to Problematic Smartphone Use." *Computers in Human Behavior*, 63, 509–516.

PSIXOLOGIK TRENINGLARNING RIVOJLANTIRUVCHI TA'SIRINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK JIHATLARI

*Abdinazarova Zamira Xudaybergenovna,
Toshkent iqtisodiyot va pedagogika universiteti "Pedagogika, psixologiya va
boshlang'ich ta'lim" kafedrasi dotsenti,*

Kirish. "Ertangi kunimiz, vatanimizning yorug' istiqboli, birinchi navbatda, ta'lim tizimi va farzandlarimizga berayotgan tarbiyamiz bilan chambarchas bog'liq". Shavkat Mirziyoyev.¹

Ushbu fikrdan ko'rinib turibdiki, respublikamizda amalga oshirilayotgan tub islohotlarning yaratuvchisi timsolida shakllanayotgan yosh avlodni voyaga yetkazish, ularning zamon talablari darajasida bilim olishi, shaxs sifatida kamol topishi, kasb-hunar malakalarini egallashi asosiy masalalardan biri tariqasida ta'lim jarayonida namoyon bo'lmoqda.

Ta'limning samaradorligini amalga oshirishda yuqori ko'rsatkichli vositalardan biri – bu pedagogik texnologiyalar ekanligi sir emas, albatta ta'lim-tarbiya jarayoniga ilg'or pedagogik texnologiyalar nazariyasi va amaliyotining kirib kelishi - bu zamon (davr) talabidir. Inson psixologiyasi o'ta ta'sirchan, tashqi ta'sirlarga beriluvchan, o'zining shakllanish va rivojlanish qonuniyatlariga ega bo'lgan o'ta murakkab tizim hisoblanadi. Bu holatni inobatga olgan holda shuni ta'kidlash mumkinki, talabalarning psixik tizimiga shakllantiruvchi, ya'ni ma'lum sifat va yosh xususiyatini rivojlantiruvchi psixologik ta'sir ko'rsatish imkoniyati mavjud. Talabalar psixik tizimining markaziy tushunchalaridan biri ularning aqliy salohiyati hisoblanadi. Talabalar aqliy salohiyatini oshirish masalasi ularning qaysi soha yo'nalishida o'qishlaridan qat'iy nazar eng muhim masalalardan biridir. Ta'kidlash joizki, talabalar aqliy salohiyatini rivojlantirishda psixologik treninglardan foydalanish ilmiy ishning amaliy qadr-qimmatini oshirib yuboradi.

Tadqiqotning maqsadi. Yuqoridagi holatlar inobatga olingan holda talabalar aqliy taraqqiyotini jadallashtirish maqsadida, ayniqsa, bunday jadallashtirishda pedagogik texnologiyalardan foydalangan holda maxsus psixologik-pedagogik trening

¹ Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. –T.: "O'zbekiston" NMIU. 2018 y. –592 b.

dasturi ilmiy ishimizning maqsadi deb belgilandi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili (Literature review). Aqliy taraqqiyot talabalik yosh davrida o'ziga xos holda sodir bo'ladi. aniqli psixolog, Leningrad psixologiya maktabining asoschisi B.G.Ananev bu yosh davrini intellektning murakkab tuzilma kasb etish davri, deb baholaydi. Ko'plab tadqiqotchilar inson taraqqiyotining bu davrini quyidagi sifatlar bilan sifatlaydi: funksional ish qobiliyatining va mahsuldorligining to'xtovsiz o'sishi; qandaydir ziddiyatlarsiz progressiv harakat dinamikasining kuzatilishi; ta'limda qo'llanilishi mumkin bo'lgan senzitiv davrning mavjudligi; ma'lum psixik funksiyalarning keskin rivojlanishi hisobiga boshqa birlarining stabillashuvi yoki pasayishi va hokazo.

B.G.Ananev ko'rsatmalariga ko'ra, 18–21 yoshlarda turli xil funksiyalarning (xotira, tafakkur, idrok, diqqat) korreksion pleyadasi zanjirsimon bog'lanishlarga ega bo'lsa, 22–25 yoshga kelib bu bog'lanishlarning murakkab shaxoblangan kompleksi paydo bo'ladi va bu kompleks asosan ikkita markaz atrofida guruhlashadi–mnemologik (xotiraning yaxlit strukturasi–tafakkur) va attension (diqqat omili).

Bu yosh davrida tafakkur bilan xotiraning rivojlanishi yaqin va to'g'ridan–to'g'ri bo'lmagan aloqada bo'ladi. 18–19 yoshda fikriy jarayonlar taraqqiyotining nisbatan turg'unlashuvi kuzatiladi. 19–24 yoshlarga kelib xotira funksiyalari mantiqiy funksiyalar rivojidan ilgarilab ketadi. Biroq 20, 23, 25 yoshlarda aksincha holat kuzatiladi, ya'ni mantiqiy tafakkur xotiraga nisbatan yuksakroq darajada rivojlanadi. 22 va 26 yoshlarda ikkala funksiyalarda ham susayish kuzatiladi. 30–35 yoshlarda intellekt strukturasi endi uchta yadroning shakllanishi kuzatiladi: mnemologik (xotira), attension (diqqat) va mantiqiy (tafakkur). Attension yadroning mavjudligi shuni ko'rsatadiki, insonning diqqatini belgilaydigan ongning yo'nalganligi va to'planganligi uning intellektual faoliyatining muhim sharti hisoblanadi. 34 – 35 yoshlardan kattaroq yoshlarda tag'in ikkita yadro saqlanib qoladi, ya'ni mantiqiy va attension yadrolar atrofida qolgan barcha funksiyalar joylashadi.

Shu o'rinda L.S.Vigotskiyning oliy psixik jarayonlar taraqqiyoti nazariyasini aqliy taraqqiyotga taalluqli bo'lgan fikrlarini batafsilroq ko'rib chiqishga harakat qilamiz. Uning shu ma'nodagi ilgari surgan fikrlari pedagogik psixologiya fani uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Olimning fikricha, aqliy taraqqiyot ikki darajalilik qoidasiga amal qiladi:

1. Aktual taraqqiyot darajasi (talaba mustaqil holda yechishi mumkin bo'lgan masalalar yordamida aniqlanadigan aqliy taraqqiyotning darajasi bilan xarakterlanadigan tayyorgarlikning mavjud darajasi);

2. Uning yaqin taraqqiyot zonasini aniqlaydigan daraja (bu daraja bolaning kattalar bilan hamkorlik faoliyati davomida amalga oshirilib, intellektual rivojlanish doirasida masalalarni yechish bilan amalga oshiriladi).

Keyinchalik L.S.Vigotskiyning g'oyalari asosidata'lim mazmunining roli "ilgari ketuvchi" ya'ni rivojlanishdan ilgarilab ketuvchi ta'lim tamoyili ishlab chiqildi.

Mazkur tamoyilga ko'ra, ta'limni samarali tashkil etish shart-sharoitlari sifatida ta'lim oluvchining faolligi aqliy faoliyatni rivojlantirish, o'zga ta'lim oluvchilar bilan hamkorlikda mustaqil xulosalar chiqarish qobiliyatini shakllantirish qaraladi. Bir so'z bilan aytganda, aqliy taraqqiyotning muhim sharti sifatida o'zini-o'zi rivojlantirish nazarga olingan.

Mazkur ta'lim tamoyilining ijodkorlaridan biri L.V.Zankovning ta'kidlashicha, o'quv materialining nisbatan sekin o'zlashtirilishi o'sha material bilan talabaning mustaqil ishlamasligidan, balki tayyor materialni o'zlashtirishga majburligidan kelib chiqadi. Boshqacha aytganda, talaba uchun o'quv materiali ta'lim beruvchining axborotiga emas, balki ta'lim oluvchining axborotiga aylanishi zarur.

Demak, ta'limdagi o'zgarishlar o'quv materialini mazmunan chuqurlashtirib o'rganish, nazariy tahlil, umumlashtirish, talabaning nazariy tafakkurini rivojlantirish yo'nalishida bo'lmog'i zarur.

Shunday qilib, aqliy taraqqiyotning o'ziga xos psixologik tomonlari va uning ta'lim bilan aloqasi aqliy taraqqiyotning mezonlari bilan bevosita aloqasi bor. Sababi bu masala aqliy taraqqiyotni qanday qilib aniqlashimiz, qanday belgilarga qarab belgilashimiz bilan bog'liq bo'lgan masala hisoblanadi.

Psixologiya fanida aqliy, intellektual taraqqiyotning mezonlari sifatida quyidagilar ko'rsatiladi: tafakkurning mustaqilligi, o'quv materialini o'zlashtirishning tezligi va mustahkamligi, nostandart masalalarni yechishda tezlik bilan mo'ljalni olish, muhimni nomuhimdan ajrata bilish, analitiko-sintetik faoliyatning turli xil darajasi, aqlning tanqidiyligi (N.D.Levitov, N.A.Menchinskaya), shuningdek, umumlashtirishni shakllantirish tezligi, tafakkurning iqtisod qilinganligi (E.I.Kalmikova, V.A.Kruteskiy).

Yuqoridagilarni umumlashtirib aytganda, inson aqliy taraqqiyotining asosiy mezonlari – turli xil tipdagi masalalarni mustaqil, ijodiy yechish ko'nikmasi hisoblanadi.

Taniqli psixolog olim B.G.Ananov olib borgan tadqiqotlar natijasi o'laroq intellektning strukturasi, aqliy taraqqiyotning o'zgarishlari haqidagi ma'lumotlar dunyoga keldi. Ma'lumki, intellektning strukturasi yosh davrlarining barchasida dinamik holda o'zgarishlarga uchraydi. Bunday o'zgarishlar shu jumladan talabalik yoshida ham kuzatiladi. Shu o'zgarishlar asosan mantiqiy tafakkurda, verbal tafakkurda, tushunchali tafakkurda kuzatiladi.

Tadqiqot metodologiyasi (Research Methodology). Ma'lumki, trening - “ta'sir” degan ma'noni anglatadi va psixologiya fanida obyektning subyektdagi ma'lum sifat yoki xususiyatlarga ta'siri nazarda tutiladi. Shu nuqtai nazardan bugungi kunda psixologik trening termini psixologiya amaliyotida qo'llanilayapti.

Shu o'rinda fikrimizni aniq tushunish uchun bir muhim masalani oydinlashtirib olishimiz zarur. Bu ham bo'lsa – “pedagogik texnologiyalar” va “psixologik trening” tushunchalari o'rtasidagi o'xshash va farq qiluvchi tomonlarini sharhlash zaruratidir. “Pedagogik texnologiya – oldindan rejalashtirilgan o'quv-tarbiyaviy jarayonning amaliyotga uzluksiz singdirilishi” deb sharhlanadi. Ma'lum ma'noda pedagogik

texnologiya ham ta'sir hisoblanadi. Faqat bunda ta'lim oluvchining qiziqishlari va motivatsiyasi inobatga olinadi. Ularning tarkibiga tezlashgan ta'lim metodikalari, guruhiy ta'lim metodikalari, ta'lim beruvchi o'yinlar va hokazolar kiradi. Pedagogik texnologiyalar ta'lim usullari yordamida ta'lim mazmuni ta'sirini oshirish, ta'lim samaradorligini yuksaltirish singari holatlar bilan bog'liq. Psixologik treninglar esa ta'sir o'tkazilayotgan kishining (talabalarining) ma'lum psixologik sifatlariga ma'lum psixologik ta'sir usullari yordamida ta'sir ko'rsatishdir.

E'tibor berilsa, ulardagi mushtarak tomonlar shundaki, ikkala holda ham ta'sir nazarda tutilayapti. Ta'sir natijasida hosil bo'ladigan holatlarda ham, mexanizmlarda ham (ikkala holda ham asosiy ta'sir motivatsiya orqali amalga oshiriladi) o'xshashlik ko'zga tashlanadi. Biroq farqi shundaki, pedagogik texnologiyalar ta'lim tuzilishiga, uning jarayoniga ma'lum o'zgarishlar kiritish orqali ta'sir ko'rsatish bo'lsa, psixologik treninglar psixik jarayonlarga, holatlarga, xususiyatlarga va tuzilmalarga ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik trening – bu shaxslararo hamkorlik jarayonida modellashtirilgan hayotiy tajribani o'zlashtirish va anglab yetishga asoslangan faol o'qitish usulidir. Trening (inglizcha training so'zidan olingan bo'lib, mashq qilmoq degan ma'noni anglatadi) guruh a'zolari o'rtasida ma'lum bir maqsadga yo'naltirilgan muloqotning bir turi bo'lib, bu muloqot natijasi o'laroq guruh a'zolarining psixik tomonlaridan biri shakllantiriladi, rivojlantiriladi. Bunda psixologik ta'sirning faol usullaridan, ya'ni guruhlararo munozara, bahslar, rolli o'yinlar va hokazolardan foydalaniladi.

Agar bu ta'rifni sharhlaydigan bo'lsak, birinchi navbatda shaxslararo hamkorlikdir.

Shunday qilib, “psixologik trening deganda guruhiy ishning faol metodlariga asoslangan psixologik ta'sir amaliyotidir”. Bunda bilimlarni uzatishning maxsus shakllari qo'llaniladi, muomala, faoliyat, shaxs va tuzatish sohasida ko'nikmalar va malakalarga o'rgatiladi.

Lyudmila Ann o'zining “Psixologicheskiy trening s podrostkami” kitobida psixologik trening haqida yana shunday deb yozadi: “Trening – bu shaxsning o'zini o'zi takomillashtirishi uchun maxsus tashkil etilgan ta'lim shakli bo'lib, uning natijasida quyidagi vazifalar hal tiladi:

- ijtimoiy-psixologik bilimlarni egallash;
- o'zini va o'zgalarni bilish qobiliyatini rivojlantirish;
- shaxsiy qadriyatlar to'g'risidagi tasavvurlarini oshirish; “Men” – konsepsiyasini shakllantirish.²

Trening o'tkazishda psixologning xatti-harakatlari, xulq-atvori muhim rol

² Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.:Питер-Пресс, 2008.- 272 с.

o'ynaydi. Bunda psixologning nazariy yo'nalganligi alohida zarur shart hisoblanadi. Shuning uchun trener-psixologning shaxsi muhim omil hisoblanib, buni inobatga olmasdan trening mashg'ulotlarini boshlab bo'lmaydi. Psixologning malakasi, tajribasi, qadriyatlar tizimi, shaxsiy sifatlari va hokazolar, tabiiyki, barcha masalalarga, ya'ni treningning tashkil qilinishidan tortib, o'tkazilishigacha, natijalarning olinishidan tortib to psixologik tahlil qilinishigacha o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmaydi.

Tahlil va natijalar . Trening guruhlarida rivojlantiruvchi va optimallashtiruvchi ta'sir o'z o'zidan ma'lumki faqatgina trening ishtirokchilari o'rtasida empatiya, samimiyat va ijobiy psixologik muhit yaratilgan taqdirdagina kuzatilishi mumkin.

Psixologning rivojlantiruvchi ta'sir ko'rsatuvchi tajriba eksperiment o'tkazish vazifalari quyidagilardan iborat bo'ladi:

1. Talabalarda munosabatlarni, xulq-atvor ustanovkalarini, emotsional-hissiy holatlarini yuzaga chiqarish va natijalarni ular bilan muhokama qilish.

2. Trening guruhida uning har bir a'zosining to'liq ochilishini ta'minlash, xavfsizlik, o'z his-tuyg'ularini yashirmaslik, himoyalanih va qo'llab-qo'ltiqlanish muhitini yaratish.

3. Trening guruhida ma'lum psixologik normalarni ishlab chiqish va ma'lum psixologik texnik vositalardan unumli foydalanish imkoniyatini yaratish.

Ma'lumki, trener-psixolog tomonidan foydalaniladigan talabalarga ta'sir qilish vositalari ikki turga bo'linadi: verbal va noverbal vositalar. Biz quyida ularga qisqacha to'xtalib o'tamiz. Chunki ularni bilmasdan guruhiiy trening o'tkazib bo'lmaydi.

1. Verbal ta'sir vositalariga quyidagilarni kiritish mumkin:

a) mashg'ulot jarayonini tuzish, ya'ni mazkur jarayonning tuzilmasini har bir detalini hisobga olgan holda, hatto psixolog bildirishi kerak bo'ladigan fikrgacha oldindan ishlab chiqish yoki psixologik pedagogik dastur tuzish;

b) ma'lumotlar yig'ish, ya'ni tadqiqotning farazini isbotlaydigan (yoki, aksincha, inkor etadigan) ma'lumotlarni olish uchun ma'lum axloqiy va tashkiliy talablarni qondirish;

d) interpretatsiya, ya'ni qo'lga kiritilgan ma'lumotlarni psixologik tahlildan o'tkazish va sodir bo'lgan psixologik hodisaning sabab hamda motivlarini aniqlash;

g) ishontirish va qayta ishontirish, ya'ni talabalarni tadqiqot natijasi o'laroq ularda aqliy taraqqiyotda ma'lum jonlanish, takomillashishning kuzatilishiga ishontirish (agar ishonchi yo'qolgudek bo'lsa, ularni qaytadan ishontirishga harakat qilish);

e) ma'lumotlar berish, ya'ni o'tkaziladigan psixologik trening shart-sharoitlari bilan til qoidalarini saqlagan va axloqiy normalarga amal qilgan holda talabalarni tanishtirish;

f) topshiriqlarni yetkazish, ya'ni psixolog talaba bajarishi talab qilinadigan topshiriqlarni aniq va puxta yetkazish, yoki ularning aniq va puxta yetkazilishi trening natijasiga bevosita ta'sir qiluvchi omil hisoblanadi.

2. Noverbal ta'sir vositalariga esa quyidagilar kiradi: mimika (yuz qiyofasi),

jestikulyatsiya (imo-ishoralar), intonatsiya (tovush ohangi) va pantomimika (harakatlar). Psixolog-trener yuqorida zikr qilingan noverbal ta'sir vositalaridan unumli, samarali va bilib foydalanishi zarur.

Shuningdek, u trening guruhini, uning uyushganligini yoki asabiylashganligini doimiy holda nazoratda ushlab turishi zarur.

Biz yuqorida psixologik trening yordamida pedagogik texnologiyalarni amalga oshirish yoki aksincha pedagogik texnologiyalar yordamida psixologik treninglar o'tkazishning umumiy qonun-qoidalari, talab va shart-sharoitlari to'g'risida ma'lum fikrlarimizni ilgari surdik. Endi esa pedagogik texnologiyalarning talabalar aqliy taraqqiyotini rivojlantirishiga mo'ljallangan psixologik-pedagogik trening dasturidan 2 ta mashg'ulotni batafsil ko'rib chiqishga o'tamiz.

1-mashg'ulot-trening

Ushbu mashq-mashg'ulot talabalarning aqliy taraqqiyotini shakllanishida "Bilaman. Bilishni xohlayman. Bilib oldim" va "Klaster" metodlarining ahamiyatiga bag'ishlanadi. Bunda talabalarga ta'limning zamonaviy texnologiyalarining mohiyati haqida tushuncha beriladi.

"Bilaman. Bilishni xohlayman. Bilib oldim" metodini o'tkazish tartibi va amalga oshirish bosqichlari bilan tanishtiriladi.

Guruhlarning faoliyatlari quyidagi ko'rinishda tashkil etiladi.

1) har bir guruh umumiy sxema asosida o'qituvchi tomonidan berilgan topshiriqlarni bajaradi va mashg'ulot yakunida guruhlarning munosabatlari loyihalari bandlari bo'yicha umumlashtiriladi:

2) guruhlarning umumiy sxemaning alohida bandlari bo'yicha o'qituvchi tomonidan berilgan topshiriqlarni bajaradi.

Har bir guruh tomonidan bajarilgan faoliyat tahlil etiladi.

"Klaster" (g'uncha, bog'lam) metodi talabalarning erkin fikrlash doirasini kengaytirish orqali bilim saviyasini aniqlash uchun qulay keladi. Strategiyaning o'tkazish qoidalari bilan tanishtiriladi. Metod talabalar bilan yakka tartibda yoki guruh asosida tashkil etiladi. Ilgari surilgan g'oyalar umumlashtiriladi va yakunlanadi.

Bu mashg'ulot talabalarning mantiqiy tafakkurini shakllantirishda modulli ta'limning pedagogik psixologik xususiyatlari to'g'risida bo'lib, talabalarga "Modulli ta'lim texnologiyalarining mohiyati va pedagogik psixologik xususiyatlari o'rgatiladi. Unda quyidagi modullar ko'rib chiqilgan.

2-mashg'ulot-trening

1-modul. Shaxs va jamiyat taraqqiyoti uyg'unligini asoslab berib

2-modul. Talabalarning amaliy faoliyatda yangi pedagogik texnologiyalarning afzalligini qiyosiy jihatdan tahlil qilishga yo'naltirish va egallagan bilim, malaka, ko'nikmalarni baholash.

3-modul. Talabalar o'quv faoliyati samaradorligini oshirishda ta'lim texnologiyalarining mohiyati.

4-modul. Hamkorlikda o'qitish va evristik suhbatlar asosida talabalarni demokratik fikrlashga yo'naltirish omillari.

5-modul. Modulni yakunlash va natijalar bo'yicha xulosalar chiqarish.

Xulosa va takliflar. Yuqoridagilardan shuni xulosa qilish mumkinki, trener-psixologdan, bir tomondan, guruhdagi har bir talabaga alohida individual yondashishi, unga emotsional-hissiy jihatdan yaqin bo'lishga intilishi talab qilinsa, ikkinchi tomondan, guruhiy va individual talablarni esdan chiqarmasdan, har bir talabaga joriy etish so'raladi. Shu o'rinda ta'kidlash joizki, pedagogik texnologiyalar yordamida psixologik trening o'tkazish talabalarda ikki xil effektning paydo bo'lishiga olib keladi: birinchidan, treningdan ko'zga tutilgan aqliy taraqqiyotni jadallashtirish effekti bo'lsa, ikkinchi tomondan, umuman psixologik treninglarda ishtirok etish malakasining oshishi effekti. Ularning ikkalasi ham ijobiy xarakterga ega bo'lib, oxir-oqibat talabaning shaxsiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Trening mashg'ulotlarini o'tkazishda qo'yidagilarga e'tibor berilsa maqsadga muvofiq bo'lagdi:

1. Trening o'tkaziladigan guruhning uyushganligini yoki asabiylashganligini doimiy holda nazoratda ushlab turish.

2. Talabalarning o'qishga nisbatan qiziqishlarini oshirish, uquv motivatsiyani uyg'otish uchun ularga pedagogik texnologiyalardan foydalanish, ta'limni takomillashtirish, pedagogik texnologiyalarning strukturasi va strategiyasini o'rganish.

3. Pedagogik texnologiyalarning talabalar aqliy taraqqiyotiga psixologik ta'sirini o'rganishda shaxsga oid treninglar asosida ishlab chiqilgan guruhiy treningdan foydalanish.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. –T.: “O'zbekiston” NMIU. 2018 y. –592 b.

2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. –СПб.:Питер-Пресс, 2008.-272 с

3. Унт И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения. – М., 1990.

4. Беспалько В.П. Педагогика и прогрессивные технологии обучения. – М.: ИППО, 1995.-212 с.

5. Azizxodjaeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent: Moliya, 2003.- 192 b.

6. Абдиназарова З.Х “Роль игровой технологии в педагогическом процессе”, Физика ва технология таълими электрон журнали феврал сон №2 Жиззах -2025.

7. Abdinazarova. Z.Kh The study of the impact of pedagogical technologies on students' thinking as a psychological problem. Science and innovation international scientific journal volume 4 issue 2 february 2025.

8. Hale, L., Guan, S. (2015). "Screen Time and Sleep among School-Aged Children and Adolescents: A Systematic Literature Review." *Sleep Medicine Reviews*, 21, 50–58.

EKSTRALINGVISTIK OMILLARNING BOLALAR NUTQIGA TA'SIRI O'YIN VA MULOQOT VOSITALARINING TAHLILI

Andijon davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi
Abdukayumova Shaxnoza Abdufattoyevna

Kirish. Ekstralingvistik omillar — ya'ni, til vositalaridan tashqari, lekin nutq jarayoniga bevosita yoki bilvosita ta'sir qiluvchi omillar — bolalar nutqining shakllanishida alohida ahamiyatga ega bo'lgan psixologik, ijtimoiy va madaniy komponentlarni o'z ichiga oladi. Bolaning nutqiy rivojlanishi nafaqat lingvistik bilimlar orqali, balki uning atrofidagi ijtimoiy muhit, hissiy tajribalari, jismoniy harakati, mimika, jestlar, o'yin faoliyati va kommunikativ vositalar bilan to'ldirilgan muloqot jarayoni orqali ham boiydi.

Ayniqsa, 3–7 yoshdagi bolalar uchun nutq – bu nafaqat aloqa vositasi, balki tafakkur, his-tuyg'u va ijtimoiy tajribaning ifoda shakli bo'lib xizmat qiladi. Ekstralingvistik omillar ana shu jarayonda bolalarning lingvistik salohiyatini faollashtirishga, ularning ifoda imkoniyatlarini kengaytirishga xizmat qiladi.

G'ofurov, U. "Nutqning rivojlanishi faqatgina til birliklarini o'zlashtirish bilan cheklanmaydi, balki bolaning atrof-muhit bilan o'zaro aloqasi, hissiy holati va ijtimoiy tajribasiga ham chuqur bog'liqdir"³ Ushbu fikrga asoslanib, bolalar nutqining shakllanishida ekstralingvistik omillar – masalan, hissiy tajriba, tana harakati, mimika va muloqot muhiti hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bu omillar orqali bola faqat tilni o'rganmaydi, balki nutqning ijtimoiy va emotsional qirralarini ham o'zlashtiradi. Ayniqsa, o'yin faoliyatida bola ijtimoiy rollarni sinab ko'radi va bu orqali nutqiy vaziyatlarni anglaydi. Shunday ekan, bola nutqining rivojlanishini to'liq baholash uchun lingvistik emas, balki ekstralingvistik komponentlar ham alohida e'tiborga olinishi lozim.

Abdullayeva, M. "O'yin – bu bola uchun shunchaki ko'ngilochar faoliyat emas, balki uning nutqiy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlovchi muhim psixopedagogik jarayondir"⁴ Mazkur iqtibos orqali o'yin faoliyati bola nutqining shakllanishidagi o'rnini psixopedagogik nuqtai nazardan ochib beradi. O'yin jarayonida bola muloqotga kirishadi, rollar taqsimoti orqali ijtimoiy muloqot shakllarini o'zlashtiradi va bu orqali uning nutqiy ehtiyoji ortadi. Bu ehtiyoj esa tabiiy va

³ G'ofurov, U. (2020). *Psixolingvistika asoslari*. Toshkent: "Fan va texnologiya" nashriyoti. – 58-bet.

⁴ Abdullayeva, M. (2018). *Bolalar nutqining rivojlanishida o'yin faoliyatining o'rnini*. Toshkent: "Ilm ziyo" nashriyoti. – 42-bet.

kontekstual muloqot orqali ifodalanadi. Ekstralingvistik jihatdan, o‘yin davomida yuz ifodalari, tana tili, tovush balandligi kabi vositalar nutq bilan birgalikda qo‘llanadi, bu esa bolaning umumiy kommunikativ kompetensiyasini shakllantiradi.

Tursunova, N. “Ekstralingvistik vositalar – bu inson nutqini kontekstual va emotsional jihatdan to‘ldiruvchi, uni mazmunan boyituvchi va muomala samaradorligini oshiruvchi vositalardir”⁵ bu fikr bola nutqining rivojida ekstralingvistik omillarning asosiy funksiyasini ochib beradi. Bola o‘z fikrini ifodalashda ba‘zan so‘zlardan ko‘ra ko‘proq tana tili, ohang, pauza, yoki mimikaga tayangan holda ma‘lumot beradi. Ayniqsa, dastlabki yosh davrlarida bu omillar tilni o‘zlashtirishga ko‘maklashuvchi vosita sifatida xizmat qiladi.

Ekstralingvistik vositalar orqali bola o‘zining niyatini, hissiyotini va fikrini atrofida qilargalarga yetkazadi. Bu esa ularning nutqiy faolligini oshirish bilan birga, ijtimoiy muloqotga moslashuvchanligini ham kuchaytiradi.

Bolalar hayotidagi o‘yin faoliyati bu borada eng samarali ekstralingvistik omillardan biridir. O‘yin orqali bola o‘z atrof-muhitini anglaydi, rollarga kiradi, muloqotda bo‘ladi va shu orqali nutqiy ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Masalan, rolli o‘yinlarda bolalar "o‘qituvchi", "shifokor", "ona", "do‘konchi" kabi rollarni ijro etar ekanlar, ular o‘z nutqini mazmunan moslashtiradi, vaziyatga qarab ifoda shakllarini tanlaydi va bu orqali so‘z boyligini kengaytiradi. O‘yin davomida yuzaga keladigan ijtimoiy-emotsional tajriba esa bola nutqining ekspressiv jihatlarini faollashtiradi. Shu nuqtayi nazardan qaralganda, o‘yin nafaqat bo‘sh vaqtni mazmunli o‘tkazish vositasi, balki bolalar nutqini faollashtiruvchi va uni ijtimoiy kontekstda shakllantiruvchi muhim ekstralingvistik vositadir.

Shuningdek, muloqot vositalarining xilma-xilligi – bolaning katta yoshdagilar, tengdoshlar va axborot texnologiyalar bilan o‘rnatadigan muloqot shakllari ham nutqiy rivojlanishga ta‘sir ko‘rsatadi.

Raqamli vositalar, masalan, interaktiv o‘yinlar, audiokitoblar, vizual dasturlar va bolalarga mo‘ljallangan mobil ilovalar bolalarning fonematik eshituvini, leksik darajasini, grammatik sezuvini shakllantirishda va nutq faoliyatini rag‘batlantirishda muhim omil sifatida maydonga chiqmoqda.

Ammo bu jarayonlar ota-ona va pedagoglarning maqsadga muvofiq yo‘naltiruvchi ostida amalga oshirilgandagina ijobiy samara beradi. Aks holda, muloqotning cheklanganligi, beryoqlamaligi yoki hissiy jihatdan befarqligi bola nutqini to‘xtatuvchi yoki toraytiruvchi omilga aylanib qoladi.

Demak, ekstralingvistik omillar bola nutqining shakllanishi va rivojlanishida vositachi sifatida emas, balki jarayonning bevosita tarkibiy qismi sifatida qaralishi zarur. Bu omillar til va tafakkur o‘rtasidagi murakkab aloqani shakllantiradi, bolada til

⁵ Tursunova, N. (2021). Til va nutq taraqqiyotida ekstralingvistik omillar. Samarqand: “Zarafshon” nashriyoti. – 73-bet.

sezuvini kuchaytiradi va uni ijtimoiy muloqotga tayyorlaydi. Shunday qilib, o'yin va muloqot vositalari bolalar nutqiy rivojida eng muhim ekstralingvistik resurs sifatida baholanishi mumkin bo'lib, ularni psixolingvistik yondashuv asosida chuqur o'rganish ta'lim-tarbiyada samarali nutqiy muhit yaratishning ilmiy-metodik asosini tashkil etadi.

Bolalar nutqining rivojlanishida ekstralingvistik omillar, ayniqsa, paralingvistik (intonatsiya, pauza, ohang, mimika) va kontekstual (vaziyatga mos psixologik-ijtimoiy sharoit) elementlar orqali ifodalanadigan muloqot holatlari alohida e'tiborga loyiq. Bola o'ziga xos idrok tizimi orqali bu tashqi belgilarni qabul qiladi va ularga javoban lingvistik vositalarni tanlaydi. Bu jarayonda bolaning emotsional holati, atrofdagi shovqin, suhbatdoshning psixologik yondashuvi, hatto muloqot vaqtida yuzaga kelgan tana harakatlari, yuz ifodalari ham bola nutqining shakllanishiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Masalan, emotsional ohangda aytilgan so'zlar bolaning esida uzoqroq saqlanadi, ayniqsa bu ifoda mehr yoki ta'na shaklida bo'lsa. Demak, ekstralingvistik belgilar bolaning nutqiy xotirasini faollashtiruvchi omillar sirasiga kiradi.

Shuningdek, pedagogik jarayonda ekstralingvistik omillarning interaktiv usullar bilan uyg'unligi ta'lim samaradorligini oshiradi. Dars jarayonida o'qituvchining tana harakatlari, mimikasi, intonatsiyasi, pedagogik temperamentining muvofiqligi orqali yaratiladigan ijtimoiy-psixologik muhit bolaning so'zga bo'lgan ishonchini orttiradi. Masalan, bolalarga qaratilgan ishonchli va iliq ohangdagi murojaatlar ularning nutqiy faolligini rag'batlantiradi. Bu esa ekstralingvistik omillarning lingvistik faoliyatga kuchli motivatsion baza bo'lib xizmat qilayotganidan dalolat beradi.

Yana bir muhim jihat shundaki, ekstralingvistik omillar bolaning madaniy kontekstda nutqini shakllantirishga xizmat qiladi. Har bir jamiyat o'ziga xos ijtimoiy aloqalar, qadriyatlar va normalarga ega bo'lib, bola ana shu muhitda nutqiy modelini shakllantiradi. Misol uchun, oilaviy muloqotda dominanta bo'lgan erkaklar yoki ayollar ovozi, jamoaviy qarorlar, emotsional yondashuvlar bolaning nutqidagi aks ettirish shakllarini belgilaydi. Shuning uchun ham har bir muloqot vositasi – bu til o'rganish vositasidan tashqari, ijtimoiylashuvning ekstralingvistik shaklidir.

Bundan tashqari, bolalar orasidagi tengdoshlar bilan o'rnatilgan muloqotda ekstralingvistik elementlar yanada faol ko'rinadi. Bunda bola so'zdan ko'ra ko'proq tana harakati, o'yin qoidalar, ijtimoiy rollar orqali o'zini ifodalaydi va bu jarayonda nutqiy ehtiyoj paydo bo'ladi. Ehtiyoj esa nutqning shakllanishida eng muhim ichki motiv sifatida maydonga chiqadi. Bu holat Lev Vygotskiy tomonidan ta'riflangan "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasiga hamohang bo'lib, bolaning nutqiy rivoji ijtimoiy muhit orqali faollashishini tasdiqlaydi.

Xulosa o'rnida aytish mumkinki, ekstralingvistik omillar – bu bolalar nutqining shakllanishi va rivojlanishida til vositalariga bog'liq bo'lmagan, biroq ularning faoliyatini belgilovchi va ta'sir etuvchi omillar bo'lib, ularni chuqur o'rganish va pedagogik faoliyatga joriy etish orqali bolalar nutqiy salohiyatini yuksaltirish, ularning shaxs sifatida ijtimoiylashuvi, kommunikativ madaniyati va tafakkurini rivojlantirish

mumkin. Shu bois, o'yin va muloqot vositalari bilan to'ldirilgan, ijtimoiy-emosional jihatdan boy muhitda tarbiyalangan bolalarning nutqi nafaqat boy, balki moslashuvchan, ijtimoiy ahamiyatli va madaniy kontekstga mos bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'ofurov, U. (2020). *Psixolingvistika asoslari*. Toshkent: Fan va texnologiya. – 128 b.
2. Abdullayeva, M. (2018). *Bolalar nutqining rivojlanishida o'yin faoliyatining o'rni*. Toshkent: Ilm ziyo. – 96 b.
3. Tursunova, N. (2021). *Til va nutq taraqqiyotida ekstralingvistik omillar*. Samarqand: Zarafshon. – 142 b.
4. Vygotsky, L. S. (2005). *Psixologiya razvitiya rechi*. Moskva: Eksmo. – 320 b.
5. Elkonin, D. B. (2007). *Psixologiya igry*. Moskva: Akademicheskii proyekt. – 240 b.
6. Yuldasheva, S. (2019). Bolalar muloqotida ekstralingvistik vositalarning roli. // *O'zbek tili va adabiyoti*, №6. – B. 45–50.
7. Hasanboyeva, N. (2020). Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutqiy rivojlanishning psixolingvistik asoslari. // *Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar*, №3. – B. 88–92.
8. Soliyeva, G. (2021). O'yin faoliyatining bolalar nutqiy rivojlanishiga ta'siri. // *Pedagogik izlanishlar*, №1. – B. 61–65.
9. Crystal, D. (2008). *A Dictionary of Linguistics and Phonetics (6th ed.)*. Oxford: Blackwell Publishing. – 560 p.
10. Tomasello, M. (2003). *Constructing a Language: A Usage-Based Theory of Language Acquisition*. Cambridge, MA: Harvard University Press. – 388 p.
11. Hasanov, R. (2017). *Nutq psixologiyasi*. Toshkent: O'qituvchi. – 104 b.
12. Rahimova, Z. (2020). Ekstralingvistik vositalar: nutqdagi emotsional mazmunni ifodalash imkoniyatlari. // *Filologiya masalalari*, №2. – B. 33–37.
13. Norboyeva, M. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarning muloqotda tana tili va mimikadan foydalanish xususiyatlari. // *Yosh psixolog olimlar jurnali*, №4. – B. 72–75.

O'QUVCHILARNI MILLIY MA'NAVIY MEROS ASOSIDA AXLOQIY TARBIYALASH TEXNOLOGIYALARI

Abdullayeva Arofatxon Abduvaxobovna
Andijon davlat pedagogika instituti
dotsenti, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Shiddat bilan rivojlangan davlatlar qatoriga qadamba-qadam kirib boraётgan mustaqil yurtimizda amalga oshirilayotgan ijtimoiy, iqtisodiy, tarixiy va ma'naviy o'zgarishlar, halqimizning milliy-ma'naviy va diniy qadriyatlari va o'zligini anglashga bo'lgan qiziqishi, ayniqsa o'quvchi eshlarning ijtimoiylashuvida ajdodlarimiz qoldirgan ma'naviy meroslar, va milliy va umuminsonniy qadriyatlardan foydalanish asosida axloqiy tarbiya berishga ehtiyoj seza boshladi.

Ta'kidlash joizki, mustaqillik mamlakatimiz xalqlarining milliy qadriyatlar, tarixiy an'ana va ma'naviy boyliklarini qayta tiklovchi, uni yangi mazmun bilan boyituvchi muhim bir sharoitlar yaratdi.

Mamlakatimizdagi ta'lim-tarbiya tizimida ham muhim isohotlar amalga oshirilmoqdaki, bunda axloqiy tarbiya alohida o'ziga xos o'rin egallaydi. Unga binoan, o'quvchi eshlarni o'qitish jarayonida milliy ma'naviy meros asosida tarbiyalash, xalqimizning ma'rifatparvarlik, bag'rikenglik, mehmondo'stlik kabi an'analari, andishalilik, insoflilik, mehr-oqibat, or-nomus kabi fazilatlarini chuqur o'rganish va ularni o'quvchilar qalbiga singdirish asosiy vazifa sifatida belgilab berilgan.

Zero, aynan shu fazilatlar orqali, avvalo, har bir insonning o'z qalbida, so'ng boshqalar qalbida ajdodlar hayot va ijodiga nisbatan ehtirom tuyg'usini shakllantirish samarali bo'lishi ayni haqiqatdir.

O'quvchi yoshlarga tarixiy meros, ma'naviy qadriyatlarni o'rgatish alohida ahamiyatga ega. Natijada, o'quvchida ularga nisbatan shaxsiy munosabat tarkib topib, asta-sekinlik bilan bolaning ma'naviy dunëqarashi ham shakllana boshlaydi. Bugun ana shunday bir globallashuv davrida, o'quvchilar xalqimiz o'tmishiga hurmat mavqeidan, unga faxr hissi bilan yondashishni o'rgansalar, keyingi haetida yangi yutuqlarga erishadilari muqarrardir.

Shuning uchun ham o'quvchilar ongiga milliy axloqiy sifatlarni, orzuistaklari, iymon-e'tiqodlari, dunëqarashlarini milliy ma'naviy va tarixiy meros asosida shakllantirib bormas ekanmiz, ko'zlangan maqsadga erishib bo'lmaydi. Buning uchun, shubhasiz, kelajagimiz bo'lmish farzandlarimizning, barkamol, axloqli bo'lib tarbiyalanishlariga erishishda faqat milliy ta'limtarbiya ko'nikmalariga ega bo'lishimiz darkor.

Ulug' ajdodlarimiz tomonidan yaratilgan va bugungi kunda butun ma'rifatli dunyoni hayratga solib kelaётgan ilmiy meros faqat bir millat èki xalqning emas, balki butun insoniyatning ma'naviy mulki bo'lib, bu bebaho boylik yangi va yangi avlodlar uchun donishmandlik va bilim manbai, eng muhimi, yangi kashfiyotlar uchun mustahkam zamin bo'lib xizmat qilmoqda.

Demak, "Bugungi yoshlar ajdodlariga munosib ravishda Markaziy Osiyo hududida Uchinchi Renessans davrini yuzaga keltirishi shart. Zero, xalqimizning uzoq o'tmishi, tengsiz madaniyati, mard-jusur bobolari, bebaho ajdodlar merosi doimo yangi kashfiyotlar, yangi marralarlarni zabt etishga undab turadi".[1]

Ana shunday buyuk insoniy fazilatlar faqat tinch, barqaror, mustaqil yurtda

shakllanishi mumkin. Buning uchun har bir èshni vatanparvarlik hamda ajdodlarimizdan qolgan milliy ma'naviy meroslarga hurmat ruhida tarbiyalash davrning asosiy vazifalardan biri hisoblanadi.

Bugungi kunda mamlakatimizda yosh avlodning jismoniy, intellektual va axloqiy jihatdan kamol topishiga, ularni islom madaniyatining manbalari asosida milliy tarixiy merosimizga, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat ruhida tarbiyalash kabi ustuvor yo'nalishlarda keng qamrovli tizimli ishlar amalga oshirilmoqda. "...Xalqimizning tarixiy merosi, urf-odatlar va milliy tarbiya an'alarini asrab-avaylash, keng aholi qatlamlari, ayniqsa, èshlarimiz o'rtasida dinlararo bag'rikenglik, millatlararo totuvlik va o'zaro mehr-oqibat muhitini mustahkamlash bo'yicha chora-tadbirlar ishlab chiqish"[2] kabi ustuvor vazifalar belgilangan.

Bu borada Imom Muhammad ibn Ismoil al-Buxoriy, Imom Abu Iso at-Termiziy va Al-Hakim at-Termiziy kabi muhaddis olimlarning ilmiy asarlarida insonning ma'naviy-axloqiy, tarbiyaviy qarashlariga oid jihatlaridan èsh avlod ma'naviy tarbiyasiga tatbiq qilishning pedagogik yechimlarini asoslash, muhaddis olimlar ilmiy merosidan, ayniqsa, xulq, odob-axloqni ta'minlashga xizmat qiladigan kasbiy malaka, ijtimoiy-pedagogik bilimlarning ma'naviy-axloqiy jihatlariga ilmiy izlanishlarni keng qamrovli amalga oshirish alohida ahamiyat kasb etadi.

Bu borada O'zbekiston Respublikasi Prezidentining bir qator farmon va qarorlari, jumladan

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 31 dekabrda 1059-son "Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasini tasdiqlash va uni amalga oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi [3] Qarori (mazkur Qarorning III bob 10-bandida umumiy o'rta ta'lim muassasalarining I– XI sinflari uchun «Odobnoma», «Vatan tuyg'usi», «Milliy istiqlol g'oyasi va ma'naviyat asoslari», «Dinlar tarixi» fanlarini birlashtirgan holda «Tarbiya» fani joriy etildi), qabul qilindi. Axloqiy tarbiya o'qitish jaraeni bilan qo'shib olib boriladi. Buyuk nemis pedagogi A. V. Disterveg ta'kidlaganidek, yaxshi o'qita bilgan o'qituvchi yaxshi tarbiyalaydi ham. Axloqiy tarbiya jaraenining muvaffaqiyati o'quvchilar va o'qituvchilar jamoasining saviyasiga bog'liq. Buning uchun jamoa ahil va inoq, bolalar intizomli bo'lishi kerak. Tarbiyaviy ishlarning bunday rejali va aniq maqsadli bo'lishi hamda hamjihatlik bilan amalga oshirilishi axloqiy tarbiyaning muvaffaqiyatini ta'minlaydi. A.S. Makarenkoning «o'nta yuqori malakali, o'z holicha ishlaydigan o'qituvchidan malakasi past, bir èqadan bosh chiqaradigan beshta o'qituvchi afzal» [4] deganini unutmaslik kerak. Maktabda ijobiy emotsional sharoit yaratish axloqiy tarbiya jaraeniga foydali ta'sir etadi.

Shu o'rinda o'quvchilarni milliy ma'naviy meroslar asosida axloqiy tarbiyalashda quyidagi usullarni tavsiya etish mumkin:

birinchidan, tushuntirish, o'qitirish, suhbat, munozara, leksiya, rag'batlantirish, jazolash usullaridan foydalanish asosida o'quvchilarning maktabdagi umumiy va yagona tartib qoidaga rioya qilishlariga erishish;

ikkinchidan, axloqiy odatni shakllantirishda mashq va mashqlantirish hamda bolalarning turli faoliyatini uyushtirish;

uchinchidan, turli bayram tadbirlari —Mustaqillik kuni, —Navro'z bayrami; adabiy kechalar —Sharq mutafakkirlari dunò tamadunining asoschilari mavzularidagi tadbirlarni samarali tashkil qilish ;

to'rtinchidan, Tarbiyaviy soatlar, «Tarbiya» darslari saviyasini oshirishda interfaol metodlardan samarali foydalanish;

beshinchidan, ommaviy axborot vositalari kinoteatr, televideniye ko'rsatuvlaridan, jumladan, «Otalar so'zi aqilning ko'zi», kabi eshittirishlaridan foydalanish;

oltinchidan, mehnat faxriylari, ilm-fan xodimlari va urush faxriylari, ko'p bolali onalar, imonli qariyalar, hojilar bilan o'quvchilar uchrashuvlarini uyushtirib borish; yettinchidan, dars jara'ida sinfdan va maktabdan tashqari mashg'ulotlarda Sharq qadriyatlari va milliy an'analar aks etgan Qur'oni Karim, Hadis, Kaykovusning «Qobusnoma», Yusuf Xos Hojibning «Qutadg'u bilig», Nosir Xisravning «Saodatnoma», Ibn Sinoning «Donishnoma», Sa'diyning «Guliston», «Bo'ston», Navoiyning «Mahbub ul-qulub», Boburning «Boburnoma», Abdulla Avloniyning «Turkiy guliston èxud axloq» kabi asarlaridan foydalanish lozim.

Pedagogik faoliyatda hoh u boshlang'ich sinf o'qituvchisi bo'lsin, hoh u yuqori sinf o'qituvchisi bo'lsin dars mashg'ulotlarida ma'naviy-axloqiy tarbiya mazmunini xalqimizning necha ming yillik tarixida otabobolarimizdan meros bo'lib qolgan milliy-ma'naviy meroslar, an'ana va urf-odatlarini, Islom dini va hadisshunos allomalarimizning hadis g'oyalari bilan boyitish maqsadga muvofiqdir. Chunki, bu usullar axloqiy tarbiya negizini tashkil etib, o'quvchilarning ma'naviy axloqiy tarbiyalashni takomillashtirishda xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Qarori. O'zbekiston Respublikasi vazirlar maxkamasi huzurida O'zbekistondagi islom sivilizatsiyasi markazini tashkil etish chora tadbirlari to'g'risida. 2017 yil 1 dekabr // PQ-3420-son. [Elektron resurs] <https://lex.uz>.

2. O'zbekiston Respublikasining Prezidentining Qarori. Ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida. 2017 yil 28 iyul // Xalq so'zi, 2017 yil 29 iyul. PQ-3160-son. [Elektron resurs] <https://lex.uz/docs/4071203>

3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyevning Oliy Majlisga yo'llagan Murojaatnomasi. 2020 yil 29 dekabr.

4. Pedagogika / A. Q. Munavvarovning umumiy tahriri ostida. — T.:O'qituvchi, 1996.

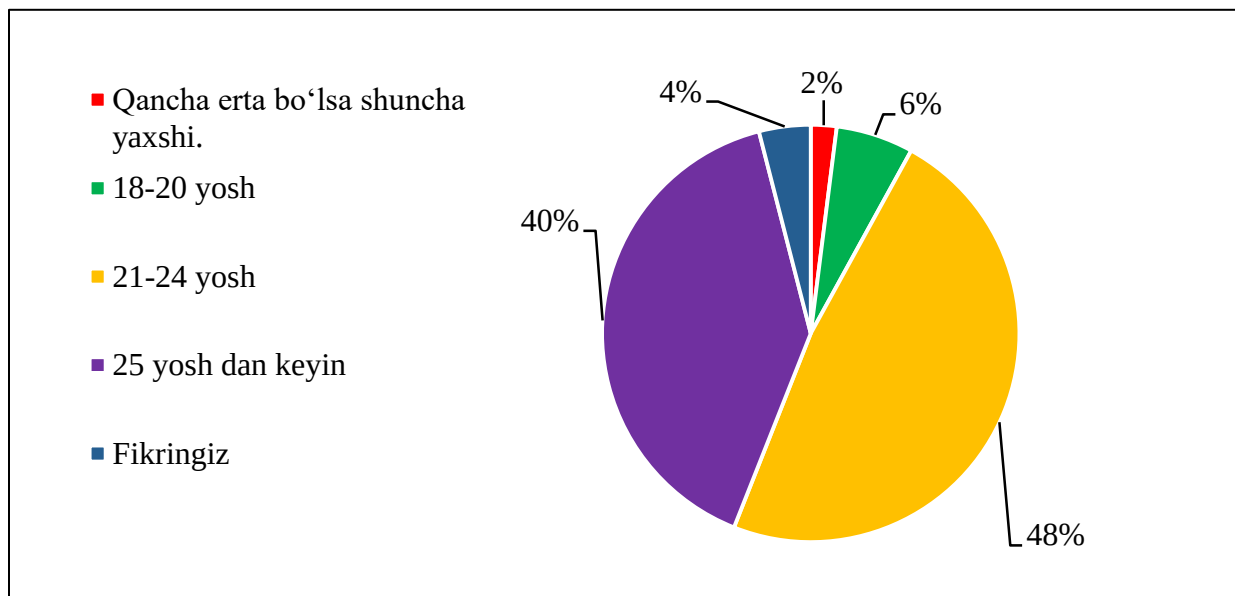
**OILA QURISH OSTONASIDA TURGAN YOSHLARNI NIKOX YOSHI
HAQIDAGI TASAVVURLARIGA TA’SIR ETUVCHI
IJTIMOIY PSIXOLOGIK OMILLAR**

*A.Abdullayeva,
FDU*

Oila va oilaviy munosabatlarga bo‘lgan qiziqish o‘z dolzarbligini saqlab kelmoqda. Bugungi kunda rasman ruxsat etilgan nikoh yoshi xususida jamoatchilikning fikri o‘rganilmoqda, chunki nikoh yoshi qator – demografik, ijtimoiy-iqtisodiy, ma’naviy-mafkuraviyga omillarga ham bog‘lik-ki, bu o‘rinda uning ijtimoiy psixologik mohiyatini ham o‘rganish o‘rinlidir, deb hisoblaymiz. Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, O‘zbekistonda 2024-yilda birinchi marta nikohlanuvchi erkaklarning o‘rtacha yoshi 26,2 yoshni, ayollarning o‘rtacha yoshi 21,8 yoshni tashkil etgan⁶.

Nikoh ostonasida turgan yoshlar bilan olib borgan ijtimoiyiy so‘rovnoma psixologiga qat’iy nazar, quyidagi natijaga ega bo‘ldi. to‘g‘ridan-to‘g‘ri odamlar o‘zlariga qarshi kurash olib borishadi. Ilgarilari qiz bola 13-14 yoshga kirishi bilan, o‘g‘il bola esa 16-17 yoshga to‘lgan vaqt turmush qurish mumkin, deb qaraladi. vaqtgi vaqtda esa texnikaning taraqqiy etishi va ijtimoiy munosabatlari sharoitida nikoh yoshi haqida o‘zgarganini ko‘rishimiz mumkin. Navbatdagi savol-javobimizning asl mohiyatini yortib berishga qaratilib, unga 40 foiz sinaluvchilarimiz «21-24 yosh – oila qurish uchun optimal yosh», deb belgilaganlar. Buga oila davragi hayot tarziga kelgan va ba’zi yoshlar shaxsiy hayotdan oilani boshqara olish huquqiga ega bo‘lganlar. Respondentlarimizning 40 foizi 25 yosh turmush qurish uchun eng maqbul yoshligini belgilagan bo‘lsalar, atiga 2 foiz sinovchilarimiz qancha erta bo‘lsa, shuncha yaxshi va 18-20 yoshni ko‘rganlar, yordam, 4 foizga ko‘p bo‘lmagan fikrlarni belgilaganlar (1-rasm).

⁶ t.me/statistika_rasmiy/5868



1-rasm. «Sizningcha necha yoshdan oila qurgan ma’qul?» savolimizga olingan natijalar.

«Sizningcha necha yoshdan oila qurgan ma’qul?» savolimizga olingan natijalarga binoan hayot tajribamizni tayyorlagan holatda shuni aytishimiz mumkin-ki, bu yoshga kelib biror ishlab chiqarish yoki kasb egasi sifatida ishlab chiqarilgan yoshlarimiz har bir xizmatni adashgan, shuningdek, qizlarimiz ba'zilar asosiy ma'lumotlarga ega bo'lganlar. Konstitutsiyamizda nikoh yoshini 18 yosh belgilangan bo'lsa-da, yoshlarning eng kamchiliklari bu yoshni saqlab qolganlar, chunki bu yoshda ma'lumot olish yoki biror bir harakatni endi boshlaganlar. Umuman olganda, nikohga qilishlik faqat yoshlarga e'tibor qaratishdan emas, balki jinsiy hayot qilishlik, balki psixologiya qilishlik, huquq yaratish va mustahkamlash, kabi nikoh qilish omili bilan bog'liq.

Demak, yoshlarimiz bu yoshda o'z o'zlariga to'liq tayyor emasliklarini anglab yetdilar.

Nikoh ostonasida turgan yoshlar oldingi savolimizda oila qurish uchun eng maqbul yoshni belgilab berishgan bo'lsa, bu savolimiz esa nega aynan shu yoshni tanlaganliklarini mohiyatiga qaratgan bo'lib, 40 foiz pul topadi, deb javob qaytargan bo'lsalar, 10 foiz bu yosh, «Maqbullar». «Ota-o'ta mumkin bo'lgan oilalar ishlab chiqarishga yordam beradi».

Navbatdagi «Er-xotin yoshi javobi tafovut necha yilni tashkilimizni bildiradimi?», degan savolimiz sinaluvchilarimizning 40 foiz er-xotin orasidagi farqni 2-3 yosh va kam 5 nisbati esa, 8 yoshdan yuqori, sinaluvchilarimiz o'rtacha, ya'ni 20 foiz «Baxtli yo'llarni bildirish uchun» kabi javoblarni berganlar.

Bu mavzuda har xil mumkin nazardan yondoshish, ya'ni jinsiy, ijtimoiy, psixologik, moddiy yoki yuridik jihatdan. Kupgina jamiyatlarda erkaning xotinidan

kattaroq kirishi mumkin. Bu mulkiy tarbiya, tajriba, hayotiy ustunlik kabi qarashlar bilan asoslanadi. Ammo himoyasi yillarda jens tengligi va shaxs erkinligini yoqlagan qarashlar o'sib bormoqda. Bunda yosh farqi katta deb hisoblanmasdan, o'zaro tushunish va hurmat asosida o'ynashmoqda. Bu er-xoning yosh jihatdan farqi ishlab chiqarilgan fikrlar kelib chiqadigan islom dinida ham ma'qullangan, ya'ni erkak ayoldan 4 jihatdan ustunligining bir – bir yoshga to'g'ri keladi. Yosh farqi katta bo'lishi mumkin, hayot tajribasi va dunyoqarashda ham shuncha farq aniqlanadi. Bu holat munosabatlarda notenglikka olib keladi. Bir vaqtda, ma'lum darajadagi yosh farqi (masalan, 3-7 yil), qanday sharoitlarda munosabatni boshqarishi ham mumkin. Katta yoshdagi shaxs ko'p ko'proq sabrli, himoyaviy va kuchli sabrli bo'ladi, kichik yoshdagi hayotga yangi kuch, energiya olib keladi. 8 yoshdan yukori farqlarini ham psixologik jihatdan olib qaralganda, bunda juftlarning orasidagi katta yosh farqi bir-birlarini tushunishlarida, dunyoqarashlari bo'yicha muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Yoshlar bilan og'zaki o'rtasidagi yarayonlarda er-xotin 2-3 yildagi farq 2-3 yildagi tashkil etishi nikoh sizligi yukori nazoratini ta'minlash mumkinligi haqida fikrlarni ham bildirganlar. Ammo bu doimiy haqiqatni aks ettirmaydi – munosabatlarni barqarorlashtirish, ko'proq odamlarga sifatlar, o'zaro barqarorlik, ochib qaratish va hurmatga, yordamga, juftlarning psixologikmosligiga ham bog'liq.

Navbatdagi «Oila qurishga samarali etuvchi oimlarni belgilang», degan savolimizga sinaluvchilarimiz 20 foiz «Nikoh qurish deb o'ylaganim uchun» va eng kam – atiga 1 foiz «Dinimizda juft bo'lib yashashga cho'kilgani uchun» degan variatni belgilaganlar.

Bu mavzuda har xil mumkin nazardan yondoshish, ya'ni jinsiy, ijtimoiy, psixologik, moddiy yoki yuridik jihatdan. Kupgina jamiyatlarda erkaning xotinidan kattaroq kirishi mumkin. Bu mulkiy tarbiya, tajriba, hayotiy ustunlik kabi qarashlar bilan asoslanadi.

Ammo himoyasi yillarda jens tengligi va shaxs erkinligini yoqlagan qarashlar o'sib bormoqda. Bunda yosh farqi katta deb hisoblanmasdan, o'zaro tushunish va hurmat asosida o'ynashmoqda. Bu er-xoning yosh jihatdan farqi ishlab chiqarilgan fikrlar kelib chiqadigan islom dinida ham ma'qullangan, ya'ni erkak ayoldan 4 jihatdan ustunligining bir – bir yoshga to'g'ri keladi.

Yosh farqi katta bo'lishi mumkin, hayot tajribasi va dunyoqarashda ham shuncha farq aniqlanadi. Bu holat munosabatlarda notenglikka olib keladi. Bir vaqtda, ma'lum darajadagi yosh farqi (masalan, 3-7 yil), qanday sharoitlarda munosabatni boshqarishi ham mumkin. Katta yoshdagi shaxs ko'p ko'proq sabrli, himoyaviy va kuchli sabrli bo'ladi, kichik yoshdagi hayotga yangi kuch, energiya olib keladi. 8 yoshdan yukori farqlarini ham psixologik jihatdan olib qaralganda, bunda juftlarning orasidagi katta yosh farqi bir-birlarini tushunishlarida, dunyoqarashlari bo'yicha muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Foydalanilgan adbiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi – Toshkent, 1992. – B.48.
2. O‘zbekiston Respublikasining Oila kodeksi: (2007-yil 1-maygacha bo‘lgan o‘zgartirish va qo‘shimchalar bilan) Rasmiy nashr – O‘zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi. – Toshkent: Adolat, 2007. – B.192.
3. Mirziyoyev Sh.M. Biz buyuk kelajagimizni olijanob va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. T.: “O‘zbekiston” MMUI, 2017. – B.488.
4. Abramov M.S. Erkaklar va ayollar – T.: Tibbiyot. 1990. – B.160.
5. Бестужев – Лада И.В. Семья вчера, сегодня, завтра. – М.: Знание. 1979. – С.94.
6. Davletshin M.G., Shoumarov G.B. Zamonaviy uz6ek oilasi va unyining psixologik kihelarari. / Ezbek oilasining etnopsixologik muammolari. Ilm vakili. sevgi va ma’uza kritichcha kanyani. – T., 1993. B.3-5.
7. Калмыкова Е.С. Психологические пролемы первых лет супружеской жизни // Вопросы психологии. 1983. №3. – С.63-64.
8. Karimova V.M. Ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishida er va xotin munosabatlarning roli. / Ezbek oilasining etnopsixologik muammolari. Ilm vakili. sevgi va ma’uza kritichcha kanyani. – T., 1993. B.44-45.
9. t.me/statistika_rasmiy/5868

ONA VA BOLA MUNOSABATLARI OILAVIY EMOTSIONAL HOLAT OMILI SIFATIDA

*Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna,
O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti Psixologiya kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori (DSc)*

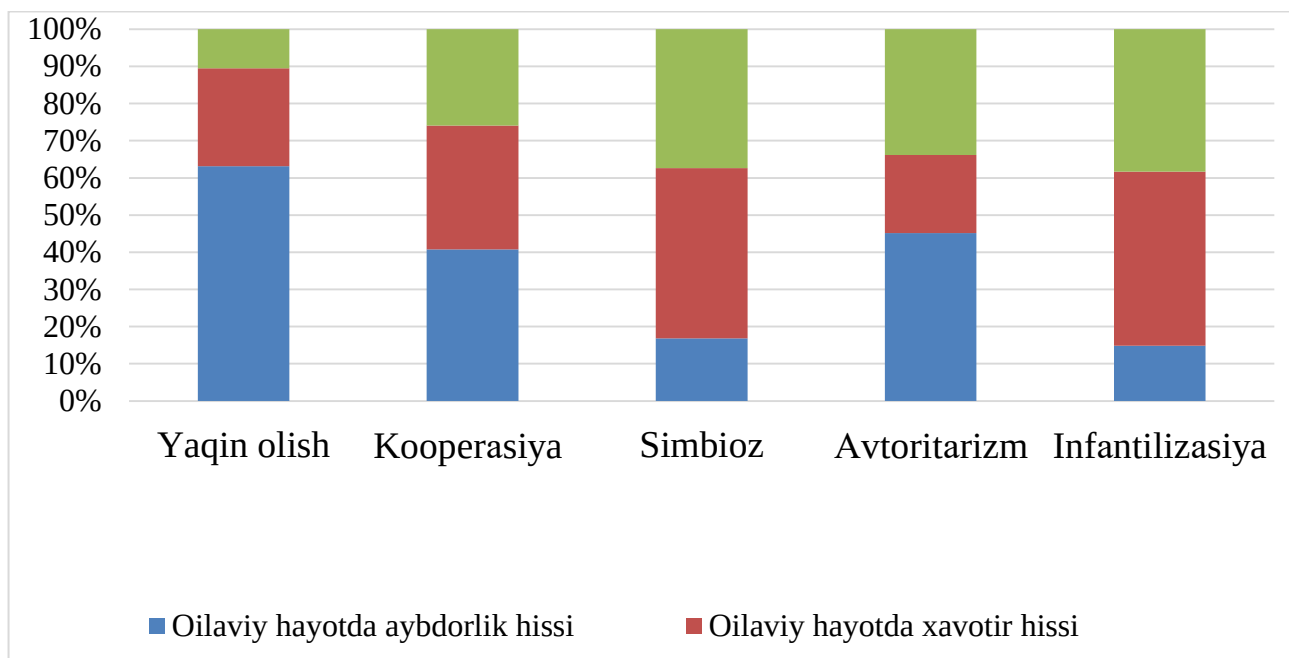
Kirish. Oilaning inson hayotidagi o‘rni uning bajaradigan ko‘p sonli funksiyalari mazmunida yaqqol aks etadi. An’anaviy madaniyat sharoitida oila insonning to‘laqonli rivojlanishi, ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli qo‘shilishi, qolaversa, zarurat tug‘ilganda qo‘llab-quvvatlashini ta’minlashga safarbar etiladi. Odamning sog‘lom hayot kechirishi, turli stressorlar ta’siriga bardoshli bo‘lishida, ayniqsa, oilaning feliositologik, psixoterapevtik funksiyalari o‘ta muhim ahamiyat kasb etadi.

Oila insonning hissiy-emotsional ehtiyojlarini qondirishi bilan nihoyatda yuksak maqomga ega bo‘ladi. Oilada iliq do‘stona muhit hukm surishi, o‘zaro tushunish va doimo empatiya uchun tayyorlik, oila a’zolaridan ma’naviy dalda, hech qanday shartsiz istalgan vaqtda samimiy ko‘mak va ruhlantirish olinishiga ishonch, shubhasiz, insonning butun hayoti va faoliyatidagi barcha ijobiy natijalarning poydevoridir.

Oilaviy munosabatlarda ijobiy emotsional modallik ustun bo‘lishi nafaqat bolalar

sog‘lom psixologik muhitda voyaga yetishi, balki oilaning barcha a‘zolari o‘zini xotirjam sezishi, barqaror xushkayfiyatda bo‘lishi nuqtai nazaridan ham o‘ta muhimdir. Shuning uchun oila a‘zolarining oilaviy hayotdagi turli masalalarni qanday emotsional holat bilan qarshi olishi, ularda qaysi turdagi his-kechinmalar ustuvor bo‘lishini, buni belgilab beruvchi omillarni o‘rganish dolzarbdir. Xususan, onalarning bolaga bo‘lgan munosabati farzandning oilaviy his-tuyg‘ulariga qanday ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini tekshirish ushbu omilning rolini to‘g‘ri baholash, uning salbiy asoratlarini o‘z vaqtida cheklash uchun imkoniyatni oshiradi. Mazkur yo‘nalishdagi tadqiqotimizda onalar o‘rtasida A.Y.Varga va V.V.Stolinning “Ota-ona munosabati test-so‘rovnomasi”, o‘smirlik yoshidagi farzandlar bilan E.G.Eydemiller va V.Yustitskis ishlab chiqqan “Oiladagi xavotir tahlili” so‘rovnomasi o‘tkazildi. Natijalarni qayta ishlash uchun esa chastotali tahlil va Pirson chiziqli korrelyatsiya koeffitsiyentini hisoblash metodidan foydalanildi. Natijalarning statistik qayta ishlanishi ortidan aniqlangan ko‘rsatkichlar ikki o‘zgaruvchilar, ya’ni onalarning bolalarga munosabatidagi ustuvor yondashuvlar hamda bolalarda salbiy oilaviy emotsiyalar o‘rtasida e’tiborli bog‘lanishlar mavjudligini ko‘rsatdi.

Olingan tadqiqot natijalaridan aniqlanadiki, bolaga bo‘lgan munosabatning ayrim turlari undagi oilaviy hayot bilan bog‘liq ba’zi salbiy his-kechinmalarga asos bo‘lishi mumkin. Jumladan, simbiotik va infantillashtiruvchi munosabat asosan oilaviy hayotda xavotir hissi ustunlik qiluvchi vaziyat bilan, yaqin olish va avtoritarizm munosabati ustunligida oiladagi hayotda aybdorlik hissi holati bilan bog‘liqligi qayd etildi.



1-rasm. Bola bilan munosabatning ustuvor strategiyasi bo‘yicha farqlanuvchi onalarning o‘smir farzandlarida oiladagi salbiy his kechinmalar

nisbati (% hisobida).

Birinchi holatda, nazarimizda, simbioz va infantilizatsiya bolani ona bilan shu qadar bog'lab, o'rtada nosog'lom tobelikni hosil qiladiki, natijada bola onasidan uzoqlashish, uning ruxsatisiz biror ishga qo'l urish, umuman, mustaqillikni qo'lga olish zarurati vaziyatlaridan xavotirga tushadi. Infantilizatsiya tipidagi munosabat sharoitida bolada oilaviy hayotdagi tajanglik hissi ko'rsatkichlari yuqori bo'lishini tasdiqlaydi. Zero, infantillashtiruvchi munosabat ortidan bola onasi yonida bo'lmay qolib, yordam berolmaganda, o'z holida qoldirilganda asabiy zo'riqish his etishi tabiiy.

Ikkinchi holatda avtoritarizmning oiladagi hayotda aybdorlik hissiga ko'proq hissa qo'shishi ortida bosim o'tkazish uslubiyoti ko'pincha ta'sir obektida vijdon azobini qo'zg'atuvchi yondashuv bilan kelishi tufayli, deb hisoblaymiz. Aynan vijdon qiynoqlarini ekspluatatsiya qilish vaziyatida tarbiyalanayotgan bola oilaviy hayotda amalga oshirayotgan ayrim ishlari natijasida aybdorlik his qilishga o'rganib qolishi mumkin.

Xuddi shuningdek, yaqin olish tipidagi munosabatning oilaviy hayotda aybdorlik hissiga borib bog'lanishini hissiy yaqin insonlar bir-birini turli vaziyatlarda uyaltirib qo'yishdan qo'rqishi bilan tushuntirish mumkin. Boshqacha aytganda, avtoritarizm aybdorlik hissi ko'rinishida, yaqin olish esa uyat hissi shaklida oiladagi hayot bilan bog'liq salbiy kechinmalarga sabab bo'lishi ehtimoli mavjud.

Shuningdek, quyida keltirilgan natijalardan ayon bo'ladiki, oilaviy hayotda xavotirlik hissining ortishi ona va farzandni bir-biridan uzoqlashtiradi. Bu holat "kooperatsiya-xavotir", "yaqin olish-xavotir", "simbioz-xavotir" juftliklarida korrelyatsion aloqaning teskari, ya'ni manfiy modallikka egaligida aks etadi.

Bolaga munosabatdagi ustuvor yondashuv va o'smir farzandlardagi salbiy oilaviy his kechinmalar o'rtasidagi aloqadorlik ko'rsatkichlari
(Pirson korrelyatsiya koeffitsiyenti bo'yicha)

Bolaga munosabatdagi ustuvor yondashuvlar	Salbiy oilaviy his kechinmalar turlari		
	Oilaviy hayotda aybdorlik hissi	Oilaviy hayotda xavotir hissi	Oilaviy hayotda asabiy tajanglik
Yaqin olish	-0,28*	-0,42***	-0,32**
Kooperatsiya	0,02	-0,24*	0,12
Simbioz	0,27*	-0,22*	0,36**
Avtoritarizm	0,57***	0,14	0,32**
Infantilizats	-0,23*	0,34**	0,24*

iya			

Darhaqiqat, xavotir emotsional holat sifatida mumtoz psixologik nazariyalar bo'yicha hali ro'y bermagan, ammo amalga oshishi ortidan odamga muayyan ziyon yetishi ehtimoli bo'lgan voqea-hodisalarga nisbatan uyg'onishini e'tiborga olsak, bunday hissiy kechinma ustun bo'lib turganda odam imkon qadar uning obektiga yaqinlashmaslik uchun, undan nari ketishga harakat qilishi tabiiy. Ehtimol, aynan shuning uchun oilaviy xavotirning yuqori bo'lishi o'z navbatida yaqin munosabatda bo'lish, kooperativ hamkorlikni yo'lga qo'yishga intilish ko'rsatkichlarida past natijalarga sabab bo'ladi.

Manfiy korrelyatsion aloqadorlik shuningdek, oilaviy hayotdagi tajanglik hamda yaqin olish shkalalari o'rtasida ham qayd etilgan. Bundan ko'rinadiki, oila muhitida uning a'zolari o'rtasidagi munosabatlar qanchalik tarang bo'lsa, iqlim salbiy his-kechinmalar bilan to'yingan holatga yetsa, odamlar bir-biriga intilishi, o'zaro yaqinlik istashi shunchalik past bo'ladi. Bunday talqin bir qarashda go'yoki tajanglik va simbioz munosabatlar o'rtasida statistik ahamiyatli musbat korrelyatsiya mavjudligi bilan shubha ostiga qo'yilishi mumkindek ko'rinadi. Ammo bunday holatning izohini, nazarimizda, parallel ravishda avtoritarizm va tajanglik o'rtasida musbat korrelyatsiya mavjudligidan topish mumkin.

Bir tomondan, tajanglik va simbioz, ikkinchi tomondan, tajanglik va avtoritarizmning musbat korrelyatsiyasi shundan darak beradiki, oilaviy hayotda tajanglik emotsional holati yetakchiligi sharoitida bolani o'ziga simbioz darajasida bog'lab olish albatta, avtoritar uslubda, ruhiy-jismoniy bosim hisobiga amalga oshiriladi. Balki, oilaviy hayotdagi tajanglik ortidan farzand ota-onadan uzoqlashib borayotgani (yaqin olish shkalasi bo'yicha manfiy korrelyatsiya) ni his etayotgan kattalar o'sha o'rtadagi yaqinlikni qanday bo'lmasin saqlab qolish uchun zo'ravonlik yo'llaridan bo'lsa ham foydalanishga harakat qilishlari mumkin. Bunday taktika shubhasiz, ongsiz motivlarning ta'sirida kechib, bizning fikrimizcha, har bir insonning o'ziga nisbatan avvalo, o'z ko'z o'ngida ijobiy nuqtai nazarni saqlab qolishga, pozitiv baholashga ehtiyojmand ekani bilan bog'liq. Ota-ona va farzand munosabatlarida, umuman, oila muhitidagi o'zaro ta'sirlashuvda bu qonuniyat yanada kuchliroq namoyon bo'lishi mumkin. Zero, har bir inson avvalo, o'zining yaqinlari nigohida mukammal ko'rinishni istaydi. Shundan kelib chiqqan holda, bolasi bilan tajang oilaviy muhit sharoitida ijobiy munosabat, to'laqonli kooperatsiya qura olmayotgan ota-onalar o'sha o'ziga nisbatan hurmat va pozitiv bahoni saqlab qolish uchun qanday bo'lmasin, hatto, majburlash va ta'ziyq hisobiga bo'lsa ham, bolani o'ziga bog'lab olishga intilishlari ortidan shunday korrelyatsion aloqalar qayd etilayotganini ta'kidlash o'rinli, deb hisoblaymiz.

Xulosa. Demak, o'zbek onalardagi bolaga munosabatning ustuvor uslubiyoti

hamda ularning o'smir yoshdagi farzandlarida oilaviy hayot bilan bog'liq salbiy his kechinmalar o'rtasidagi aloqadorlikni o'rganish asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Onaning bola bilan bo'lgan munosabatda unga hissiy yaqinlikni namoyon etuvchi taktikalardan foydalanishi farzandda oilaviy hayotda uchrashi mumkin bo'lgan salbiy kechinmalar darajasini pasaytiradi.

2. Ona tomonidan avtoritarizm va infantilizatsiya usullaridagi munosabatning qo'llanishi bolada salbiy oilaviy his kechinmalar ehtimolini keskin oshiradi.

3. O'zbek oilasida bola bilan bo'lgan munosabatda onaning yaqin olish uslubi bilan birga kooperatsiyaga e'tibor qaratishi ijobiy oilaviy his-kechinmalarga omil sifatida xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Варга А. Я., Драбкина Т.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. – СПб.: Речь, 2001. – С.144.

2. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Питер, 2008. – С.668.

3. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии: Методическое пособие / Под общ. ред. Л.И.Вассермана. – М.: Фолиум, 1996. – 48 с.

4. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Питер, 2008. – С.668.

5. Abdullayeva D.U. Establishing a relationship between a mother and a teenage child. // Frontline social sciences and history journal. Volume 03 №2. 2023.P.18-26. <https://frontlinejournals.org/journals/index.php/fsshj/article/view/314>

6. Абдуллаева, Д. (2023). Оилавий тарбия бола шахси ривожланишини белгилловчи омил сифатида. // Педагогика и психологии в современном образовании. <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/8963>

7. Абдуллаева Д. (2023). Оилада ота-она ва фарзанд муносабатларининг ўзига хослиги. – Б.226-232. <https://cyberleninka.ru/article/n/oilada-ota-ona-va-farzand-munosabatlarining-ziga-hosligi/viewer>

AYOLLARNING O'ZIGA BERADIGAN BAHOSIGA IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK OMILLARNI TA'SIRI

*Abdullayeva Nilufarxon Shukurjon qizi.
Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi*

Kirish. Ayol psixologiyasi doim murakkab va o'ziga xos jarayonlar bilan bog'liq. Ayol psixologiyasi-bu ayolning ruhiy holatining xususiyatlarini, ya'ni erkalarda yo'q ayol fizologiyasini o'rganishdan iborat. Ushbu jarayonlar ko'pincha nevroz kabi ruhiy

holatlar orqali namoyon bo'ladi. Shu o'rinda ayol shaxsda o'z-o'zini anglash tushunchasi xususida to'xtalib o'tishimiz lozim. Merriyam Vebster lug'atiga binoan, o'z-o'zini anglash tushunchasi – "O'ziga tegishli bo'lgan va undan kelib chiqadigan harakatlar yoki holatlarni anglash" deb ta'riflanadi. Shaxs o'z-o'zini anglashi – har bir inson ichidagi "Men"ini anglab yetishi, ya'ni inson ichidagi "Men"ini anglar ekan o'zini tushuna boshlaydi, o'zini anglay boshlaydi. Bir tomondan o'zida ozodlik va ulug' siymoligini anglashi va unga intilishi bo'lsa, boshqa tomondan o'ziga xos hislatlarini anglab yetishidir.

Bunda inson o'zida bo'lgan qobiliyatlarini yanada kuchaytirib, rivojlantirishi tushuniladi. O'zligini topishi juda tez va oson bo'lmasligi mumkin, lekin umri davomida unga ko'rsatilgan ta'sirlar ostida shakllanadi.

V.S Merlin olib brogan tadqiqotlari bo'yicha bu jarayon 4 qismni o'z ichiga oladi:

1. o'zi va dunyoning qolgan qismi o'rtasidagi farqni anglash
2. faoliyat sub'ektining faol boshlanishi sifatida "Men" ongi ;
3. o'z aqliy xususiyatlarini anglash, hissiy o'z-o'zini baholash;

4.to'plangan tajribasi asosida shakllanadigan o'z-o'zini hurmat qilish.

Bizningcha inson o'z-o'zini anglashi ijtimoiy muhit, jamiyat bilan bog'liq ekanligini bilamiz. Shaxs o'z-o'zini anglaganligi tufayli emas, balki o'z-o'zini anglashga bo'lgan ehtiyojlari, turtki va motivlar borligi uchun ham insondir. Shuning uchun ham inson o'zligini anglash bosqichlarida o'ziga zarur talab va shartlar qo'yadi.

Bu bosqichda inson ichki olamini baholashi ham katta ahamiyatga ega ekanligini aytib o'tishimiz lozimdir.

Shaxsda o'z-o'zini baholashning 3 ko'rinishi bor:

1. past baholash
2. yuqori baholash
3. adekvar (to'g'ri) baholash

Bu baholash o'z-o'zidan emas atrof muhitdagi insonlar tomonidan bizga singdirib qo'yiladi.

- O'z-o'zini past baholash bunda pozitiv ta'sirlardan ko'ra negativ ta'sirlar ko'proq. Bunday past baho berish qanday paydo bo'ladi o'zi insonda? Shaxs uchun faqat negativ ta'sir ostida fikrlar bildirilishi, boshqalar bilan solishtirilishi, doimiy shunday fikrlarning mavjudligi insonning ishonchini so'ndiradi va o'zini past baholashga olib keladi. Buning oldi olinmagan holda ya'ni eng yuqori darajasida oziga suiqasd qilishgacha borishi mumkin.

- O'zini yuqori baholash. Bu borada ham uchinchi shaxsning aralashuvi juda katta ro'l o'ynaydi. Bolaga yoshligidan yuqori baho berilsa ya'ni "Sen loyiqsan, boshqalar emas", "[Sen qila olasan, hamma narsani eplaysan]"- deb o'qtirilsa, bolaga boshqalardan ko'ra u ko'prog'iga munosib ekanligi o'qtirilib borilishi natijasida bolada o'ziga bo'lgan ishonchning ortishiga, ichki "Men" ining kuchlilik qilishiga olib keladi.

Buning ham o'ziga yarasha yomon tomonlari bor. Masalan, u bola kelajakda qandaydir to'siqqa duch kelib, yiqilib qolsa, o'zini tiklab olishi qiyin bo'ladi va bu holatda o'zini emas balki atrofdagilarni ayblash holatiga o'tadi. Natijada, atrofdagilar bilan muomala qilishni xohlamay qoladi.

- Adekvat baholash bu – insonning o'zini imkoniyatlaridan kelib chiqib to'g'ri baholay olishiga aytiladi. Boshqalar tomonidan insonga qay darajada baho berilishi ya'ni odam biror ish qilganda undagi xatolarni ham to'g'ri qabul qila olishi tushuniladi. Shaxsga adekvat bahoni uning atrofidagi "Referent guruh" tarkibidagi insonlar beradi. Shaxsdagi imkoniyatlarini yaxshi biladigan hamda uning yaqin kishilari - adekvat

guruh tarkibiga kiradi. Shaxsning yashab turgan jamiyatda o'ziga bo'lgan bahosining adekvat bo'lishi yoki ba'zida oldiga qo'ygan maqsadlariga erishish yo'lida irodasini chiniqtirish uchun ozgina yuqori baho berib, men uddalay olaman deyishi juda ahamiyatlidir. Quyida biz o'z-o'ziga bo'lgan bahosining pastligi kuzatilgan insonlar uchun psixologik mashg'ulotlardan birini tavsiya etishni lozim deb bildik. Bu mashg'ulot "Men o'zimni sevaman hattoki" deb nomlanadi.

Ayollarning o'ziga beradigan bahosiga (ya'ni, **o'z-o'zini baholashiga**) ta'sir qiluvchi **ijtimoiy-psixologik omillar** — bu ayolning o'zini qanday qabul qilishi, o'z qadr-qimmatini, o'ziga bo'lgan ishonchi va ruhiy holatini shakllantiruvchi tashqi va ichki faktorlar yig'indisidir. Quyida bu omillar tahlil qilinadi:

1. Ijtimoiy omillar .

-Jamiyatdagi gender stereotiplari. Jamiyatda ayollar uchun belgilangan an'anaviy rollar (masalan, faqat uy bekasi, tarbiyachi bo'lishi kerak degan fikrlar) ayollarning o'zini qadrlashiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ayolning ishlashi, rahbar bo'lishi yoki mustaqil qarorlar qabul qilishi ba'zida tanqid qilinadi — bu esa o'ziga bo'lgan ishonchni kamaytiradi.

-Madaniyat va an'analar. Ayolning o'z-o'zini qadrlashi uning qaysi madaniyatda voyaga yetganiga bog'liq. Ayrim jamiyatlarda ayollar kuchli, mustaqil, faol bo'lishga undaladi, boshqalarda esa itoatkorlik asosiy qadriyat sifatida qaraladi.

- Oila va tarbiya. Ota-onaning ayolga nisbatan bolalikdagi munosabati (rag'bat, tanqid, mehr) — kelajakda o'z-o'zini baholash darajasiga katta ta'sir qiladi. Tug'ilganidan boshlab farzandga "sen bunga qodirsan", "sen chiroylisan", "aqllisan" kabi pozitiv fikrlar berilgan bo'lsa, bu yuqori o'ziga baho shakllantiradi.

-Ta'lim va kasbiy faoliyat. Yaxshi ta'lim va kasbiy yutuqlar — ayolda o'zining qadriga yetish, mustaqil qaror qabul qilish va o'zini jamiyatda foydali deb bilish hissini kuchaytiradi. Kam imkoniyatli ayollar esa o'zlarini jamiyatda ortiqcha yoki imkoniyatlardan cheklangan deb his qilishlari mumkin.

2. Psixologik omillar

O'zini anglash va shaxsiy identifikatsiya - Ayol o'zining kim ekanligini, hayotdagi maqsad va qadriyatlarini anglagan sari o'ziga nisbatan bahosi mustahkam

bo'ladi

O'zini anglamagan, hayotda yo'nalishi noaniq ayollarda o'z-o'zini qadrlash past bo'lishi mumkin. O'ziga ishonch va ichki dialog - Ayollar ichki dialog (o'z-o'ziga gapirish uslubi) orqali o'zlarini ruhlantirishi yoki aksincha, past baholashi mumkin: "Men bunga qodirman" — yuqori bahoga olib boradi. "Men bunga loyiq emasman" — past o'ziga bahoga olib keladi. Stress va ruhiy salomatlik - Depressiya, xavotir, ijtimoiy fobiya kabi muammolar o'z-o'zini baholash darajasini tushiradi. Ijobiy psixologik holatdagi ayollar hayotga faolroq yondashadi va o'zlariga nisbatan mehribonroq bo'lishadi.

3. Muhit va insonlar bilan munosabat.

Do'stlar, turmush o'rtoqlar, hamkasblar - Ayolga atrofida gilar tomonidan bildirilgan hurmat, e'tibor va qo'llab-quvvatlash — uning o'zini qadrlashini oshiradi. Aksincha, tazyiq, tanqid va doimiy e'tirozlar — ayolning o'ziga bo'lgan ishonchini yo'qotishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalari - Instagram, TikTok kabi platformalarda "ideal" ayol obrazlari taqdim etilishi — ko'p ayollarda o'zidan norozilik uyg'otadi. Cheksiz solishtirish hissi ayollarning o'z-o'ziga bahosini pasaytiradi: "U go'zallikda mendan ustun", "U ko'proq erishgan", va hokazo.

Xulosa Ayollarning o'ziga beradigan bahosi: faqat ichki his-tuyg'ularga emas, balki jamiyat, muhit, madaniyat, tarbiya va psixologik holatga ham kuchli bog'liq. O'zini qadrlovchi ayollar ko'proq ijtimoiy faol, mustaqil, qaror qabul qilishga tayyor bo'lishadi. Bunday ayollar jamiyatning taraqqiyotida muhim rol o'ynaydi. Xulosa qilib shuni aytish joizki, o'zligini anglashi uchun ham o'zini to'g'ri baholay olishi lozim. Jamiyatda inson hayoti uchun muhim bo'lgan ko'pgina his tuyg'ular ulg'aygan sari uning kelajagiga salbiy ta'sir ko'rsatmasdan qo'ymaydi. Shunday ekan inson uchun ijtimoiy jamoalar va tashqi muhit ta'siri katta ahamiyatga ega. Ayollarning o'ziga beradigan bahosi: faqat ichki his-tuyg'ularga emas, balki jamiyat, muhit, madaniyat, tarbiya va psixologik holatga ham kuchli bog'liq. O'zini qadrlovchi ayollar ko'proq ijtimoiy faol, mustaqil, qaror qabul qilishga tayyor bo'lishadi. Bunday ayollar jamiyatning taraqqiyotida muhim rol o'ynaydi. Inson o'ziga qanday narsalarni ravo ko'rishi uning o'ziga bergan bahosini anglatib turadi. Shaxs bo'lib rivojlanar ekansiz, hayotda o'zingizga mos narsaga ega bo'lishga o'rganing. Siz eng yaxshisiga loyiqsiz!

Foydalanilgan adabiyotlar

1. <https://cyberleninka.ru/article/n/shaxsni-o-zini-o-zi-anglashining-psixologik-jihatlar>.
2. "Psixologik trening asoslari" kitobidan.
3. "Shaxs psixologiyasi" Baxriyeva N.A., BuxDUPI Pedagogika, psixologik va texnologik ta'lim kafedrasini o'qituvchisi. 2021. (5-bet).
4. scientific-theoretical and practical issues of psychology of religion in

- Uzbekistan (Alimardon Jalilov) conference1/2022.
5. Z. Maturazova, S. Uzaqbayeva. "O'z-o'zini anglash va baholashning inson hayotidagi o'rni va ahamiyati".
6. Yadgarova .Shaxsni o'rganishda proyektiv metodikalarning afzalliklari tahlili. Scientific journal of the Fergana State University, 2023
7. Ibragimovna Y. O. Organization of independent work of students as a means of increasing the professional and communicative competence of future teachers //Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities. – 2021. – T. 1. – №. 1.5 Pedagogical sciences
8. Yadgarova O. I., Rashidova I. K. FACTORS NEGATIVELY AFFECTING A CHILD'S PSYCHOLOGY //Journal of Integrated Education and Research. – 2023. – T. 2. – №. 11. – C. 49-51.

HAYOT SIFATINI OSHIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMINI QO'LLASH

Abdullayeva R.M. – Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti, Psixologiya kafedراس dotsenti, ps.f.n.

Sadikova R.S. - O'shDU Psixologiya kafedراس katta o'qituvchisi

Kirish. Jahonning ko'plab mamlakatlarida hayot sifati real ijtimoiy siyosatni amalga oshirish vositasiga, ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish maqsadiga, ilmiy-texnikaviy taraqqiyot mezoniga aylandi, bu esa rivojlanishning ushbu bosqichida o'ynaydigan funksional roli bilan bog'liq. Hayot sifatini baholash muammolarini hal qilish mamlakatlarning iqtisodiy imkoniyatlarini o'rganish, shuningdek, inson kapitalini rivojlantirish istiqbollarini tahlil qilish uchun zarurdir. Bu baholash ijtimoiy sohaning rivojlanish darajasini aniqlashda ham, mamlakat va mintaqaning salohiyatli imkoniyatlarini aniqlashda ham muhim ahamiyatga ega. Hayot sifatini baholash strategik vazifa sifatida hayot sifatini oshirish siyosatiga o'tish yo'llari va mexanizmlarini aniqlash imkonini beradi, uning amalga oshirilishi sivilizatsiya kelajagini belgilab beradi.

Integral xususiyat sifatida hayot sifati zamonaviy jamiyat hayotining barcha jabhalarini, ya'ni ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik, ilmiy va ma'naviy jihatlarini o'z ichiga oladi. Hozirgi bosqichda hayot sifati mintaq yoki mamlakatning ilmiy-texnikaviy va kadrlar salohiyatini rivojlantirish, ijtimoiy-iqtisodiy xavfsizlikka erishish va ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish darajasini belgilashning asosiy mezon hisoblanadi. Aholining munosib turmush darajasini ta'minlash nafaqat mintaqaviy, balki butun davlat siyosatining so'zsiz ustuvor yo'nalishiga aylanishi kerak va millatning hayot sifatini rivojlangan mamlakatlar erishgan parametrlarga yaqinlashtirish uning eng muhim vazifasi bo'lishi kerak.

O‘zbekiston - 2030” strategiyasida quyidagi asosiy g‘oyalar aks ettirilgan: barqaror iqtisodiy o‘rta daromadli davlatlar qatoridan o‘rin olish; aholi talablariga va xalqaro standartlarga to‘liq javob beradigan ta’lim, tibbiyot va ijtimoiy himoya tizimini tashkil qilish; aholi uchun qulay ekologik sharoitlarni yaratish; xalq xizmatidagi adolatli va zamonaviy davlatni barpo etish; mamlakatning suvereniteti va xavfsizligini kafolatli ta’minlash.[1]

Mazkur darajaga erishishda quyidagi ijtimoiy barqarorlikni baholash ko‘rsatkichlari tizimi (Indikatorlar)ni hisobga olish lozim:

-Xavfsizlik zarurati. Ko‘rsatkich - xavfsizlik ehtiyojlarini qondirish darajasi-Shahar chegaralaridagi yoritilgan ko‘chalar, o‘tish joylari, qirg‘oqlarning ulushi. Jinoyatlarning umumiy sonida ochilgan jinoyatlarning ulushi.

-Ta’limga bo‘lgan ehtiyoj. Ko‘rsatkich - ta’lim ehtiyojlarini qondirish darajasi. Muassasalarda tahsil olayotgan tegishli yosh guruhidagi aholining ulushi:

- maktabgacha ta’lim; - boshlang‘ich ta’lim; - umumiy o‘rta ta’lim; professional ta’lim; – oliy ta’lim.

-Sog‘liqni saqlashga bo‘lgan ehtiyoj. Ko‘rsatkich - sog‘liqni saqlash ehtiyojlarini qondirish darajasi.

-Madaniyatga bo‘lgan ehtiyoj. Ko‘rsatkich - madaniyatga bo‘lgan ehtiyojni qondirish darajasi. Xavfsizlik: sport inshootlari; kutubxonalar va axborot-tesurs markazlari; madaniy va dam olish muassasalari; muzeylar; teatrlar, madaniyat va istirohat bog‘lari; bolalar san’at maktablari.

-Uy-joyga bo‘lgan ehtiyoj. Ko‘rsatkich - uy-joyga bo‘lgan ehtiyojni qondirish darajasi. Uy-joy bilan ta’minlangan aholi ulushi.

-ish xavfsizligiga bo‘lgan ehtiyoj. Ko‘rsatkich - mehnat xavfsizligiga bo‘lgan ehtiyojni qondirish darajasi. Ishsiz sifatida ro‘yxatga olinmagan mehnatga layoqatli aholining ulushi.

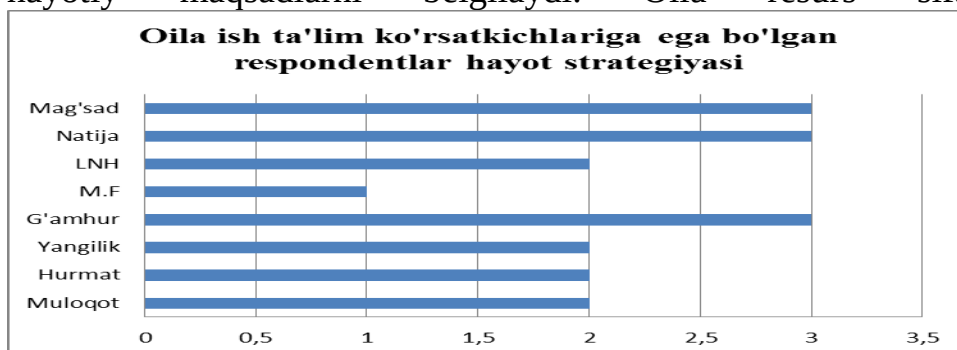
-Ijtimoiy barqarorlikning umumiy ko‘rsatkichi. Ko‘rsatkich - Ijtimoiy ehtiyojlar bilan ta’minlanish darajasi.

Hayot sifatida salomatlik holati, jamiyatdagi aloqalar, psixologik va ijtimoiy holat, o‘zini o‘zi qadrlash, faoliyat va tanlov erkinligi, stress va haddan tashqari tashvish, bo‘sh vaqtni tashkil etish, ta’lim darajasi, madaniy merosdan foydalanish imkoniyati, ijtimoiy, psixologik va professional o‘zini o‘zi tasdiqlash kabilar muhimdir. Hayot sifati - moslashish sifati. Yuqori moslashish hayotning yuqori sifatiga olib keladi va noto‘g‘ri adaptatsiya hayot sifatining pastligiga olib keladi. Bugungi kunda hayot sifati deb ataladigan tushuncha har bir madaniyatda, har bir ma’naviyatda uchraydigan hodisa haqida fikr yuritadigan tarixiy davr, hayotning ahamiyati, uning ma’nosi va qabul qilinishidir.

Tadqiqotimizda Mdivani M.O. tomonidan ishlab chiqilgan “Shaxs hayotiy strategiyalarini o‘rganish metodikasi” modifikatsiyasi qo‘llanildi.[2] Respondentlar IPS ko‘rsatkichlariga ko‘ra “O‘qish”, “Ish” - ko‘rsatkichlar asosida 3ta guruhga

bo‘lingan. Ulardan: 103 ta respondent 1 guruh o‘qib ishlamaydigan talabalar; 102 ta respondent 2 guruh ishlab o‘qiydigan talabalar; 95 ta 3 guruh ishlaydigan (o‘qimaydigan) respondentlar tashkil etishdi. “Oila” ko‘rsatkichi ham alohida A- oilali, V-uylanmagan S- bevalarga ajratib olingan.[3]

“Oila-o‘qish”, “O‘qish-Ish-oila”, “Ish-oila” guruhidagi respondentlar hayotiy strategiyasi. Bu guruhlar respondentlari o‘z kelajagini aniq tasavvur qila oladi va hayotiy maqsadlarni belgilaydi. Oila resurs sifatida tan olinadi.



Respondentlar mas‘uliyatli vazifalarni katta ishonch bilan bajarishda ajralib turadilar, ularni amalga oshirishda ichki qiyinchiliklar (tashvish, qat‘iyatsizlik, yomon kayfiyat) to‘sqinlik qilishi mumkin bo‘lgan past ehtimollik bilan ajralib turadi, bu ham hayotiy maqsadlarni yanada aniq belgilash ehtimolini oshiradi. Bu shaxslar o‘z oldiga maqsad qo‘ygan holda, tashqi yordam yoki qoralash mavjudligi yoki yo‘qligidan qat‘i nazar, har qanday holatda ham unga erishishga intiladi, ya‘ni ular faqat kerakli natija haqidagi o‘zlarining ichki rivojlangan g‘oyalari bilan harakat qilishadi. Insonning hayot ustidan nazoratni amalga oshirish qobiliyatiga yuqori darajadagi ishonch mavjud.

Ba‘zan ular hayotni oldindan aytib bo‘lmaydigan va nazorat qilib bo‘lmaydigan halokatni oldindan belgilab qo‘yilgan voqealar qatorida qabul qilishlari mumkin, lekin ayni paytda ular, agar kerak bo‘lsa, vaziyatni o‘z qo‘llariga olishlari va voqealar rivojini o‘zgartirishlari mumkinligiga aminlar. Ular haqiqatda bir muncha vaqt “hayotning kuzatuvchisi” rolini o‘ynashi mumkin, ammo kerakli paytda ular aniq faollik ko‘rsatadilar va tashqi qiyinchiliklardan qat‘iy nazar, tashqi sharoitlarni o‘z maqsadlariga moslashtiradilar va narsalarning holatini o‘zgartiradilar. Bunday holda, inson o‘z hayotiy strategiyasini o‘ziga xos ma‘noga ega bo‘lgan rejaga muvofiq quradi.

Bunday mas‘uliyatga ega bo‘lgan odamlar o‘zlarining hozirgi hayotini qiziqarli va boy deb bilishadi va hayotlarining o‘tgan qismidan mamnun bo‘lishadi. Ko‘rsatkichlar ushbu turdagi mas‘uliyatga ega bo‘lgan shaxslarni maqsadga yo‘naltirilgan, real asosda rejalar tuzadigan, ularni amalga oshirish uchun shaxsiy javobgarlik bilan qo‘llab-quvvatlovchi sifatida tavsiflash imkonini beradi.



Respondentlar o‘z kelajagini aniq tasavvur qila oladi va o‘z oldiga hayotiy maqsadlar qo‘ya oladi. Mas’uliyatli vazifalarni bajarishda katta ishonch bor, ularning bajarilishiga ichki qiyinchiliklar (tashvish, qat’iyatsizlik, yomon kayfiyat) to‘sqinlik qilish ehtimoli past, bu ham hayotiy maqsadlarni aniqroq belgilash ehtimolini oshiradi. Bu respondentlar o‘z oldiga maqsad qo‘ygan holda, tashqi yordam yoki qoralash mavjudligi yoki yo‘qligidan qat’i nazar, har qanday holatda ham unga erishishga intiladi, ya’ni ular faqat kerakli natija haqidagi o‘zlarining ichki rivojlangan g‘oyalari bilan harakat qilishadi. Ular o‘zlarining hayot strategiyasini mustaqil ravishda tuzadilar va hayot nazorat ostida ekanligiga aminlar. Bundan tashqari, bunday shaxslar o‘zlarining hayotni boshqarish va hayot strategiyasini kerakli yo‘nalishga yo‘naltirish qobiliyatiga ishonishlari bilan ajralib turadi.

Ehtimol, bunday ishonchga boshqalarning fikridan mustaqillik va istalgan maqsadga erishishda natijalarga aniq e’tibor berish ham yordam beradi.

Haqiqiy hayot sharoitida yuqori moddiy farovonlik qadriyatlari amalga oshiriladi; boshqa odamlarga yordam va rahm-shafqat; sevgi, go‘zallikni izlash va undan zavqlanish qadriyatlari amalga oshirilmaydi; dunyoda, tabiatda, insonda yangi narsalarni o‘rganish; odamlarning yuqori ijtimoiy mavqei va boshqaruvi; odamlarni tan olish va hurmat qilish, boshqalarga ta’sir qilish; jamiyatdagi ijobiy o‘zgarishlarga erishish uchun ijtimoiy faollik kabi qadriyatlar hukm suradi.

Shunday qilib, tadqiqot muhim xulosani shakllantirishga imkon beradi: hayot strategiyasining xususiyatlari aniqlangan va ular qadriyatlar turlarining xususiyatlari bilan birlashtirilgan.

Buydoqlik hayot sifati ko‘rsatkichi sifatida aniq indikatorlarga ega ekanligi aniqlandi. Ya’ni buydoq respondent ko‘proq o‘z harakatini moddiy mustaqillikka, o‘zini o‘zi namoyon qilishiga qaratga ham ijtimoiy faolligi oila qurish va oilaga foyda keltirishga qaratilgan. Hayot sifati indeksini o‘rganishda ushbu natijalar inobatga olinadi.

Beva respondentlar Hayot strategiyasining tavsifi. Ushbu guruhdagi respondentlar hayotiy maqsadlar yo‘qligini bildirdilar. Ehtimol, bu odamlar o‘zlarining shaxsiy maqsadlarini belgilamasdan jamoaviy maqsadlarni kutishadi, chunki ular altruistik masalalarni amalga oshirishga xalaqit berishi mumkin. Bunday talabalarning

hayoti uzoq muddatli istiqbollardan mahrum, ular tashqi yordamga doimiy ehtiyoj sezadilar, bu bizga faol ravishda qurilgan hayot strategiyasining mavjudligi haqida gapirishga imkon bermaydi.



Insonning hayot ustidan nazoratni amalga oshirish qobiliyatiga yuqori darajadagi ishonchi aniqlandi. Ba'zan ular hayotni oldindan aytib bo'lmaydigan va nazorat qilib bo'lmaydigan halokatni oldindan belgilab qo'yilgan voqealar qatori sifatida qabul qilishlari mumkin, lekin ayni paytda ular, agar kerak bo'lsa, vaziyatni o'z qo'llariga olishlari va voqealar rivojini o'zgartirishlari mumkinligiga aminlar.

Ko'pincha ular kuzatuvchi rolini tanlaydilar, voqealar rivojiga aralashmasdan, boshqalar bilan munosabatlarni buzmaslik uchun ular o'zlarining hayot strategiyasini atrofdagilar, muhim odamlar xohlagan tarzda qurishlari mumkin.

Taxmin qilish mumkinki, ularning hayotni nazorat qilish qobiliyatiga bo'lgan ishonchi amalda tarjima qilinmagan "ichki tartib haqidagi bilim" bo'lib qoladi.

O'z hayotiy maqsadlari bo'lmasa, faqat burch va jamoaviy manfaatlarga e'tibor qaratgan holda, ular hozirgi kundan qoniqmaydilar.

Biroq, yuqori natijalar va hayotning o'tgan qismining ijobiy xotiralari ularga o'zlarining hayot strategiyasini o'zgartirishga imkon bermaydi, chunki ular buni hech bo'lmaganda qisman samarali deb bilishadi.

Bundan tashqari, qat'iyatsizlik va boshqalar tomonidan baholanishidan qo'rqish, hayotda "kuzatuvchi" ning ilgari aniqlangan roli, shaxsning hayotiy strategiyasiga nisbatan pozitsiyasini mustahkamlaydi.

Haqiqiy hayot sharoitida yoqimli dam olish va dam olish qadriyatlari amalga oshiriladi; boshqalarga yordam va rahm-shafqat; sevgi; odamlarni tan olish va hurmat qilish va boshqalarga ta'sir qilish; dunyoda, tabiatda va odamlarda yangi narsalarni o'rganish qadriyatlari amalga oshirilmaydi; jamiyatdagi ijobiy o'zgarishlarga erishish uchun ijtimoiy faollik mavjud.

Demakki, talabalar o'qish davridadanoq, kelajak strategiyalarini to'g'ri yo'naltirishlari maqsadga muvofiqdir. Zero, o'z hayotlaridan qanoatlanib, kasbiy kamolot cho'qqilariga erishish imkoniga ega bo'lishsin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. “O‘zbekiston-2030” strategiyasi to‘g‘risida O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. Toshkent sh., 2023-yil 11-sentabr PF-158-son.
2. Mdivani M.O., Kodess. Metodika issledovaniya jiznennyx strategiy lichnosti //Voprosy psixologii. 2006, 4 s.146-150.
3. Abdullayeva R.M. O‘zMU xabarлари. 2024.1/8/1.Hfyot sifatini ifodalovchi ko‘rsatkichlar va ularning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. B-44-47.

TA'LIM JARAYONIDA PEDAGOG KASBIY KOMPETENTLIGINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK POYDEVORI

*Abdullayeva Shoirа Xomidovna,
Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti
“Pedagogika va Psixologiya” kafedrasi mudiri,
Psixologiya fanlari doktori (DSc),
professor*

XXI asr ta'lim tizimi jamiyat taraqqiyotining bosh omillaridan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Shu bois, pedagog kasbiy kompetentligini shakllantirish va rivojlantirish nafaqat ta'lim sifati, balki umuman milliy taraqqiyotning strategik yo'nalishi sifatida qaralmoqda. Globallashuv jarayonida bilim va texnologiyalar tezkor yangilanib borayotgan bir sharoitda, o'qituvchining kasbiy kompetentligini ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan o'rganish dolzarb masalalardan biriga aylandi. Jahon miqyosida UNESCO (2022), OECD (2021), Jahon banki kabi nufuzli tashkilotlar ta'lim sifatini oshirishda o'qituvchining kasbiy salohiyati va shaxsiy rivojlanish mexanizmlarini alohida e'tiborga olishmoqda. Masalan, Singapur, Janubiy Koreya va Finlyandiya ta'lim tizimida pedagog kasbiy kompetentligi davlat siyosatining markazida turadi.

O'zbekistonda ham so'nggi yillarda ta'lim sifati masalasiga davlat siyosati darajasida yondashilmoqda. Prezidentimiz Sh.M. Mirziyoyevning 2019-yil 29-apreldagi PF-5712-sonli Farmonida tasdiqlangan “O‘zbekiston Respublikasi xalq ta’limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi”da pedagoglarning kasbiy kompetentligini oshirish, ularning zamonaviy pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirishi uchun sharoit yaratish davlatning ustuvor vazifasi sifatida belgilandi. Shuningdek, 2022-yil 11-maydagi PQ-289-son qarorda pedagoglarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini tubdan takomillashtirish, o'qituvchining shaxsiy va kasbiy rivojlanishi uchun psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini joriy etish masalalari ilgari surildi. Professor sifatida bizning nazarimizda, bu hujjatlar nafaqat siyosiy qarorlar, balki amaliyotga tatbiq etilishi kerak bo'lgan metodologik konsepsiyalardir.

Adabiyotlar tahlili Jahon tajribasi bo'yicha Xorijiy olimlar tadqiqotlari shuni

ko'rsatadiki, pedagog kasbiy kompetentligini rivojlantirish jarayonida ijtimoiy-psixologik omillar ustuvor ahamiyat kasb etadi. Shulman (1987) tomonidan ilgari surilgan "Pedagogik kontent bilimlari" nazariyasi o'qituvchi kasbiy kompetentligining ilmiy asoslarini belgilab berdi. Hattie (2009) esa o'z tadqiqotlarida o'qituvchining kompetentligini ta'lim sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi asosiy ko'rsatkich sifatida baholagan. OECD (2021) ma'lumotlariga ko'ra, pedagog kompetentligini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari jamiyat barqarorligi uchun ham muhimdir. Shaxslararo kommunikatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy motivatsiya pedagogning professional o'sishida hal qiluvchi o'rin tutadi.

MDH mamlakatlari tajribasida Rossiya, Qozog'iston va Belorussiya olimlari pedagog kasbiy kompetentligini ijtimoiy-psixologik mexanizmlar bilan chambarchas bog'lab tahlil qilgan. Markova (1996) kompetentligini o'qituvchining shaxsiy va ijtimoiy faoliyati bilan uzviy aloqada ko'rgan bo'lsa, Slastenin (2002) pedagogning kommunikativ, metodik va shaxsiy kompetensiyalarini ajratib ko'rsatgan. Bu tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagog kasbiy kompetentligini rivojlantirish ijtimoiy muhit, psixologik barqarorlik va shaxsiy motivatsiya orqali amalga oshiriladi.

O'zbekiston tajribasi bo'yicha mahalliy olimlarimizdan G'.B. Shoumarov, M.Q. Tolipov, N.M. Saidahmedov pedagog kompetentligini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilib, ta'lim jarayonida innovatsion texnologiyalar orqali pedagog shaxsiy salohiyatini rivojlantirish yo'llarini taklif qilgan. Tolipov va Saidahmedov (2005) o'z ishlarida pedagogning kasbiy kompetentligini shakllantirishda yangi pedagogik texnologiyalarning ahamiyatini ko'rsatib bergan. Bizning fikrimizcha, O'zbekiston sharoitida pedagog kompetentligining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini o'rganish, mavjud ilmiy natijalarni amaliyot bilan uyg'unlashtirishni taqozo etmoqda.

Ushbu mavzu yuzasidan metodikalar tadqiqot jarayonida nazariy va empirik metodlar uyg'unlikda qo'llanildi. Nazariy tahlil orqali xalqaro va milliy adabiyotlar o'rganildi, mavjud konsepsiyalar tahlil qilindi. Empirik bosqichda 100 nafar pedagog o'rtasida so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnoma savollari pedagoglarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishda ijtimoiy muhit va psixologik qo'llab-quvvatlashning ahamiyatini aniqlashga qaratildi. Shuningdek, 20 nafar pedagog bilan chuqurlashtirilgan suhbatlar o'tkazilib, ularning kasbiy faoliyatdagi real tajribalari va qiyinchiliklari o'rganildi. Statistik tahlilda chi-kvadrat testi yordamida o'zgaruvchilar o'rtasidagi bog'liqlik aniqlanib, empirik dalillar asosida xulosalar chiqarildi.

Tadqiqot natijalari pedagoglarning 67% i kasbiy kompetentligini rivojlantirishda ijtimoiy muhit (hamkasblar, rahbariyat, ota-onalar bilan muloqot) hal qiluvchi ahamiyat kasb etishini ta'kidladilar. 58% ishtirokchilar psixologik qo'llab-quvvatlash (motivatsiya, stressni boshqarish, professional maslahatlar) kasbiy kompetentlikni rivojlantirishda juda muhimligini qayd etdilar.

Tadqiqotda qatnashgan pedagoglarning 72% i o'z kompetentligini oshirish jarayonida malaka oshirish kurslari va ilmiy seminarlarning samaradorligini yuqori

baholadilar.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, kasbiy kompetentlikning yuqori darajasi nafaqat pedagogning shaxsiy qoniqishi, balki ta'lim jarayonining samaradorligiga ham sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Olingan natijalar jahon tajribasi bilan uyg'unlikda bo'lib, pedagog kasbiy kompetentligini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari muhim ahamiyatga ega ekanligini tasdiqlaydi. Professor sifatida bizning fikrimizcha, ta'lim tizimida metodik bilimlar bilan bir qatorda, o'qituvchining shaxsiy-psixologik salohiyatini rivojlantirish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni ta'minlash, professional motivatsiyani oshirish ham zaruriy shart hisoblanadi. Jahon tajribasi (Hattie, 2009; OECD, 2021) shuni ko'rsatadiki, ta'lim sifatining kaliti o'qituvchi shaxsining kompetentligida mujassam. O'zbekiston sharoitida bu jarayon davlat qarorlari va mahalliy ilmiy tadqiqotlar asosida yangi bosqichga ko'tarilmoqda. Shunday ekan, pedagog kompetentligini rivojlantirishda faqat bilim emas, balki ijtimoiy-psixologik omillarni chuqur o'rganish ham zarurdir.

Xulosa qilib aytganda, pedagog kasbiy kompetentligining ijtimoiy-psixologik poydevori quyidagi yo'nalishlarda shakllanadi:

Ijtimoiy muhit bilan samarali muloqot qilish;
Pedagogik motivatsiyani kuchaytirish va shaxsiy rivojlanishni rag'batlantirish;
Psixologik qo'llab-quvvatlash va stressni boshqarish mexanizmlarini rivojlantirish;

Innovatsion texnologiyalardan foydalanish orqali kasbiy o'sishni ta'minlash.

Tadqiqot natijalari yakuni bo'yicha ushbu xulosalardan kelib chiqib quyidagi tavsiyalar ishlab chiqildi:

Pedagoglarni muntazam ravishda psixologik trening va amaliy seminarlar orqali qo'llab-quvvatlash;

Mentorlik va ustoz-shogird tizimini keng joriy etish;

Ta'lim muassasalarida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish;

Prezident qarorlarida belgilangan vazifalarni bosqichma-bosqich amalga oshirish va ularning ijrosini monitoring qilish;

O'qituvchilar o'rtasida tajriba almashishni kuchaytirish, innovatsion pedagogik yondashuvlarni keng targ'ib qilish.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Farmoni PF-5712, 2019-yil 29-aprel.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori PQ-289, 2022-yil 11-may.
3. UNESCO (2022). Global Education Monitoring Report. Paris. OECD (2021). Teachers and Leaders in Education. OECD Publishing.

4. Shulman, L. (1987). Knowledge and Teaching: Foundations of the New Reform. Harvard Educational Review.
5. Hattie, J. (2009). Visible Learning. Routledge.
6. Markova, A.K. (1996). Psixologiya professionalnoy deyatelnosti. Moskva.
7. Slavenin, V.A. (2002). Pedagogika. Moskva.
8. Tolipov, M.Q., Saidahmedov, N.M. (2005). Pedagogik texnologiyalar. Toshkent.
9. Shoumarov, G'.B. (2010). Pedagogik psixologiya. Toshkent.

MAKTABGACHA YOSH DAVRI PSIXOLOGIYASI

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti

Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Abdurasulov Jaxongirmirzo

Kirish. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta'lim tarbiya masalalariga alohida e'tibor qaratib, bu sohani mamlakatimiz kelajagi uchun muhim deb biladi. Ular ta'kidlaganidek "Mamlakatimiz qudratli millatni buyuk qiladigan kuch bu- ilm-fan, ta'lim va tarbiyadir. Ertangi kunimiz Vatanimizning yorug' istiqboli birinchi navbatda, ta'lim tizimi v farzandlarimizga berayotgan tarbiyamiz bilan chambarchas bog'liq". Shuningdek davlatimiz rahbari maktabgacha ta'lim tizimini takomillashtirishga katta ahamiyat berib, 2017-yil 19-oktabr kuni ushbu masalalarga bag'ishlangan yig'ilish o'tkazgan edi. Bu yig'ilishda maktabgacha ta'lim muassasalarini rivojlantirish va bolalarning erta yoshdan intellectual va ma'naviy tarbiyasini yaxshilash masalalari muhokama qilinga. Umuman olganda, Shavkat Mirziyoyev ta'lim tarbiyani jamiyatimizning taraqqiyoti va yosh avlodning kamoloti uchun asosiy omil sifatida ko'radi.

Hammamizga ma'limki, kelagimiz poydevori bo'lgan yoshlarning ta'lim-tarbiyasi avvalo, oilada shakllanadi. Shaxsga xos bo'lgan barcha xususiyat, xususan xarakter xislatlari va millatimizga xos bo'lgan xususiyatlarimizdan kattalarni e'zozlash kichiklarni izzat qilish. Vatanni sevish va burch kabi hislatlarning barchasi oilada shakllanadi.

Maktabgacha yosh davri (3-7 yosh) bolaning psixik, hissiy, ijtimoiy va kognitiv rivojlanishining eng faol davrlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda bola atrof-muhitni faol o'rganadi, shaxsiy xususiyatlarini shakllantiradi va ijtimoiy munosabatlarni o'rganadi. Maktabgacha yosh davri psixologiyasi bolalarning rivojlanish qonuniyatlarini, ularning psixik jarayonlarini va shaxsning shakllanishini o'rganishga qaratilgan. Ushbu maqolada maktabgacha yosh davridagi bolalarning psixologik xususiyatlari, ularning

rivojlanish bosqichlari, shaxsning shakllanishi, o'yin faoliyatining ahamiyati va ta'lim-tarbiya jarayonlaridagi psixologik qonuniyatlar keng yoritilgan.

Rus pedagoglaridan P.F.Lesgaftning fikricha, insonning maktabgacha yoshidagi davri shunday bir davrki, ana shu davr mobaynida kelgusida qanday xarakter xislatlari paydo bo'lishi belgilanadi va axloqiy sifatlarining asoslari yuzaga keladi. Insonning kamol topa borishida maktabgacha yoshdagi davrning ahamiyatiga doir P.F.Lesgaftning bu fikri rus pedagogi A.S.Makarenkoning quyidagi fikriga to'la mos keladi. A.S.Makarenko bolalarni juda kichik davridan boshlab tarbiyalash zarurligi haqida gapirib, tarbiyaning eng muhim asoslari bolaning besh yoshgacha bo'lgan davri mobaynida yuzaga keltiriladi. Mana shu davrda qilingan butun tarbiya, tarbiya jarayonining 90% ini tashkil etadi, degan edi. Haqiqatan ham bolaning maktabgacha yoshidagi davri shu qadar mazmundor va faol davrdiki, bu davr bolaning kelgusi o'sishida albatta o'z aksini qoldiradi. Shuning uchun maktabgacha yoshidagi davr ta'sir o'tkazish kuchi jihatidan g'oyat mas'uliyatlidir.

Bola ilk yoshdan maktabgacha davrga o'tgach, uning butun yashash sharoitida jiddiy o'zgarishlar yuz beradi. Birinchidan, bola bog'cha yoshiga o'tgach, uning faoliyat doirasi ancha kengayib, mustaqilligi yanada ortadi. Uning o'yinlari, xatti-harakatlari ham boshqacha mazmunga ega bo'la boshlaydi. Ikkinchidan, bolaning butun faoliyatida nutqning roli orta boradi. Uchinchidan, bola maktabgacha yoshga o'tgach, muayyan dastur asosida maxsus pedagog tomonidan tarbiyalana boshlaydi. Maktabgacha yoshdagi bolaning yashash sharoitida yu- 292 zaga kelgan bu o'zgarishlar uning jismoniy va psixik jihatdan o'sib kamol topishniga ta'sir etmay qolmaydi.

Maktabgacha yosh davrida bolalarning psixik rivojlanishi quyidagi asosiy xususiyatlar bilan tavsiflanadi:

Kognitiv rivojlanish: J. Piaje nazariyasiga ko'ra, maktabgacha yosh davri preoperatsion bosqichga to'g'ri keladi. Bu davrda bola mantiqiy fikrlashni boshlaydi, lekin hali mavhum tushunchalarni to'liq qabul qila olmaydi. Bola atrof-muhitni ramziy tarzda ifodalashni o'rganadi, masalan, o'yinchoqlar orqali haqiqiy dunyoni aks ettirish.

Hissiy rivojlanish: Bu davrda bolaning hissiy dunyosi kengayadi. Bola o'z hissiyotlarini boshqarishni o'rganadi, lekin hali hissiy beqarorlik kuzatilishi mumkin. Masalan, bola bir lahza quvonch, keyin esa g'azab yoki qayg'u his qilishi mumkin.

Ijtimoiy rivojlanish: Maktabgacha yosh davrida bola boshqa bolalar bilan o'ynash va ijtimoiy munosabatlarni o'rganish orqali ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantiradi. Bu davrda do'stlik va hamkorlik kabi ijtimoiy ko'nikmalar shakllanadi.

O'yin faoliyatining ahamiyati: O'yin maktabgacha yosh davrida bolaning asosiy faoliyat turi hisoblanadi. O'yin orqali bola atrof-muhitni o'rganadi, ijtimoiy rollarni o'rganadi va kreativ qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Maktabgacha yosh davrida shaxsning shakllanishi quyidagi jihatlarida namoyon bo'ladi:

O'zini anglash: Bu davrda bola o'zining shaxsiy xususiyatlarini, qobiliyatlari va

kamchiliklarini anglashni boshlaydi. Bola o'ziga ishonch va o'zini qadrlash hissini shakllantiradi.

Ijtimoiy rollarni o'rganish: Maktabgacha yosh davrida bola ijtimoiy rollarni (masalan, o'qituvchi, shifokor, ota-ona) o'rganish orqali ijtimoiy munosabatlarni tushunishni boshlaydi.

Qadriyatlarining shakllanishi: Bu davrda bola oila va atrof-muhitdan qadriyatlarni o'zlashtiradi. Masalan, adolat, mehribonlik, halollik kabi qadriyatlar shakllanadi.

Maktabgacha yosh davrida ta'lim-tarbiya jarayonlari bolaning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Bu davrda quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

Oila ta'siri: Oila bolaning birinchi va eng muhim tarbiyachisi hisoblanadi. Ota-onalarning ijobiy munosabati bolaning hissiy va ijtimoiy rivojlanishiga yordam beradi.

Maktabgacha ta'lim muassasalari: Bog'cha va boshqa maktabgacha ta'lim muassasalari bolalarning ijtimoiy, hissiy va kognitiv rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi. Bu muassasalarda bolalar o'yin orqali bilim va ko'nikmalar o'rganadi.

Atrof-muhitning ta'siri: Bolaning atrof-muhit bilan aloqasi uning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, tabiat bilan aloqa bolaning sensor va kognitiv qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Maktabgacha yosh psixologiyasi 3 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan bolalarning psixologik rivojlanish xususiyatlarini o'rganuvchi fan sohasi. Ushbu davr bolalarning shaxs sifatida shakllanish, nyutq tafakkur hissiy va ijtimoiy ko'nikmalarning rivojlanishi bilan ajralib turadi. Maktabgacha yosh psixologiyasi bolalarning qiziqishlari, motivatsiyasi va xulq atvorini aniqlash hamda rivojlantirish metodlarini ishlab chiqadi.

Bog'cha yoshidagi bolalarga beriladigan tarbiya ularning murakkab harakatlarini o'zlashtirish, elementlar gigiyena, madaniy va mehnat malakalarini shakllantirish, nutqini rivojlantirish hamda ijtimoiy axloq va estetik didining dastlabki kurtaklarini hosil qilishda yuzaga keladi.

Bog'cha yoshidagi bolalarning ko'zga tashlanib turuvchi xususiyatlaridan biri, ularning harakatchanligi va taqlidchanligidir. Bola tabiatining asosiy qonuni shunday ifodalash mumkin: bola uzluksiz faoliyat ko'rsatishni talab qiladi, lekin u faoliyati natijasidan emas, balki faoliyatning bir xilligi va surunkaligidan toliqadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda "men" ning shakllanishi.

3-4 yosh bolalarda: bola o'zini alohida shaxs sifatida anglay boshlaydi. "Bu mening o'yinchog'im", "Men o'zim qilaman" kabi iboralar orqali o'zining shaxsiy chegaralarini belgilaydi. Bu yoshda bola mustaqil bo'lishga intiladi.

4-5 bolalarda: bola o'zini tengdoshlari bilan solishtiradi va o'ziga baho bera boshlaydi. "Men yaxshi rasm chizaman" yoki "Men tez yuguraman" kabi fikrlar orqali o'z qobiliyatlarini tushunadi. Bu bosqichda kattalarning bahosi va munosabati bolaning o'ziga bo'lgan ishonchining shakllanishida katta rol o'ynaydi.

5-7 yosh bolalarda: bola o'z qobiliyatlarini va shaxsiyati haqida tushunchasiga ega bo'ladi o'ziga xos "Men" tushunchasini shakllantiradi va mustaqil fikrlashga

intiladi. Bu bosqichda bola o'z qobiliyatlari, istaklari va orzularini ifoda etishni o'rganadi.

Bolaning kamol topishida qiziqishning ahamiyati shundaki, bola qiziqqan narsasini mumkin qadar chuqurroq bo'lishga intiladi va uzoq vaqt davomida qiziqqan narsasi bilan shug'ullanishdan zerikmaydi. Bu esa o'z navbatida diqqati hamda irodasi kabi muhim xislatlarni o'stirishga mustahkamlashiga yordam beradi. 3-7 yoshli bolalarning psixik rivojlanishida badiiy-ijodiy faoliyat turi bo'lgan musiqa ahamiyati kattadir. Musiqa orqali bolalar ashula aytishga musiqa ohangiga mos ritmik harakatlar qilishga o'rganadilar.

Barchamizga ma'limki, bolaning yoshi ulg'ayib mustaqil harakat qilish imkoniyati oshgan sari, uning atrofidagi narsa va hodisalar bo'yicha dunyoqarashi kengayib borad. Maktabgacha yoshdagi bolalarning yetakchi faoliyati o'yindir. Bu yoshdagi bolalarning o'yinlarini uchga bo'lish mumkin.

Predmetli o'yinlar (15-20 minut o'ynaladi)

Sujetli-rolli o'yinlar (30-60 minut o'ynaladi.)

Qoidali o'yinlar (1 soatdan 2 kungacha o'ynaladi)

O'yin bolalar hayotida shunday ko'p uchraydiki, unda kattalarga mansub bo'lgan mehnat ham turli narsalar haqida tafakkur qilish, xomxayol surish, dam olish va xushchaqchqlik jarayonlarining barchasi o'yin faoliyatida aniq bo'ladi.

Kichik maktabgacha yoshdagi bolalar hali, qoidaga muvofiq yolg'iz oynaydilar. O'zlarining predmetli va konstruktorli o'yinlarida idrok, xotira, tasavvur, tafakkur va harakat qobiliyatlarini takommilashtirib boradilar. Ushbu yoshdagi bolalar sujetli-rolli o'yinlardida odatda kundalik hayotlarida kuzatadgan kattalarning harakatlarini qayta namoyon etadilar. Shu bilan bir qatorda o'yinli individual faoliyatning ramziy shakllaridan yan bir rasm chizishdir. Unga sekin-asta ko'proq tasavvur, xayol va tafakkur qo'shilib boradi. Bola ko'rganlarini tasvirlashdan vaqti bilan bilganlarini bilganlarini xotirasidagi va o'zi o'ylab topganlarini chiza boshlaydi.

Katta maktabgacha yosh davrida konstruktorlik o'yini mehnat faoliyatiga aylana boshlaydi, o'yin jarayonida bola turmushda zarur bo'lgan nimanidir yasaydi, yaratadi va quradi. Bolalar bunday o'yinlarda odatiy mehnat ko'nikma va malakalarini egallaydilar, ularda amaliy tafakkur faol rivojlanadi. Bola o'yinda ko'plab uy-ro'zg'or asboblari va predmetlaridan foydalanishni o'rganadi. Unda o'z harakatlari rejalashtirish qobiliyatini paydo bo'ladi va rivojlanadi.

Maktabgacha yosh davri badiiy-ijodiy faoliyatida musiqa muhim ahamiyatga ega. Bolalarga musiqiy asarlarni tinglash, musiqiy qatorlarni va tovushlarni turli asboblarda takrorlash quvonch bag'ishlaydi. Bu yosh davrda birinchi marotaba musiqa bilan jiddiy shug'ullanishga qiziqish paydo bo'ladi, u keyinchalik haqiqiy qiziqishga aylanishi va qobiliyatning rivojlanishiga yordam beradi. Bolalar qo'shiq aytishga, musiqa ostida turli ritmik, raqs harakatlarini bajarishga o'rganadilar. Qo'shiq aytish musiqani anglash va vokal qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Maktabgacha yosh davri psixologiyasi bolalarning kelajakdagi muvaffaqiyatli shaxs sifatida shakllanishiga yordam beradi. Bu davrda shakllanadigan kognitiv, hissiy va ijtimoiy qobiliyatlar bolaning keyingi hayotida muhim rol o'ynaydi. Maktabgacha yosh davri psixologiyasini chuqur o'rganish bolalarning rivojlanishini qo'llab-quvvatlash va ularga to'g'ri yondashish imkoniyatini beradi.

Maktabgacha yosh davrida bolaning shaxs sifatida shakllanishi, mustaqil fikrlashi, irodasi va hissiyotlarini nazorat qilish qobiliyati rivojlanadi. Bu bosqichda berilgan tarbiya va ta'lim bolaning keyingi hayotidagi muvaffaqiyati uchun mustahkam poydevor bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli, maktabgacha yosh davri psixologiyasini o'rganish, bolalarning ruhiy rivojlanishini tushunish va ularni to'g'ri yo'naltirishda juda muhimdir.

Xulosa. Maktabgacha yosh davri (3-7 yosh) bolaning psixik, hissiy, ijtimoiy va kognitiv rivojlanishining eng faol davrlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda bola atrof-muhitni faol o'rganadi, shaxsiy xususiyatlarini shakllantiradi va ijtimoiy munosabatlarni o'rganadi. Maktabgacha yosh davri psixologiyasi bolalarning rivojlanish qonuniyatlarini, ularning psixik jarayonlarini va shaxsning shakllanishini o'rganishga qaratilgan. Oila, maktabgacha ta'lim muassasalari va atrof-muhit bolaning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Maktabgacha yosh davri psixologiyasini chuqur o'rganish bolalarning kelajakdagi muvaffaqiyatli shaxs sifatida shakllanishiga yordam beradi.

Maktabgacha yosh davri bolalarning psixik rivojlanishida muhim bosqich bo'lib, aynan shu davrda ularning shaxsiyati, qobiliyatlari va ruhiy jarayonlari shakllanadi. Bola bu yoshda dunyoni faol o'rganadi, mustaqillikka intiladi va qiziqishi ortadi. Uning nutqi rivojlanib, ijtimoiy muhitga moslashish, muloqat qilish va hissiyotlarni mustahkamlanadi. Bu davrda bolaning o'yin faoliyati asosiy o'rinni egallab, uning tasavvuri va tafakkurining rivojlanishiga kuchli ta'sir qiladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning ruhiy rivojlanishida oila, atrof-muhit va ta'lim muhim ahamiyat kasb etadi. Ota onalar va tarbiyachilar tomonidan berilgan mehr e'tibor va to'g'ri tarbiya bolaning sog'lom ruhiyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Shuningdek, bola o'z o'rtog'lari bilan muloqot qilish orqali ijtimoiy qoidalarini o'rganadi va jamoada o'zini qanday tutishni bilib oladi. Shunday qilib, maktabgacha yosh davri psixologiyasini o'rganish va to'g'ri yo'naltirish bolalarning kelajakdagi intellektual va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlaydi. Shu boisdan, aynan shu yoshda berilgan ta'lim-tarbiya va psixologik qo'llab-quvvatlash bolaning hayotida mustahkam poydevor yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Z.T.Nishanova, N.G.Kamilova, D.U.Abdullayeva, M.X.Xolnazarova (2018).
2. «Ta'lim to'grisida»gi qonun, «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi». Barkamol avlod – O'zbekiston taraqqiyotining poydevori. – T.: Sharq HMK – 1997. 2. I.A.

Karimov. Barkamol avlod orzusi. – T.: «O‘zbekiston» – 2000.

3. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik Psixologiya Z.T.Nishonova, F.N.Vahobova, S.T.Madaliyeva (2017)

4. Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi(2019).

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

6. Erikson, E. H. (1950). Childhood and Society. New York: Norton.

7. Elkonin, D. B. (1978). Psychology of Play. Moscow: Pedagogika.

8.. Musurmonova O. Ma’naviy qadriyatlar va yoshlar tarbiyasi. –T.: O‘qituvchi, 66-bet

9. O‘zbek pedagogikasi antologiyasi // Tuzuvchi-mualliflar: K.Hoshimov, S.Ochil. – Toshkent: O‘qituvchi, 1995. – 137-bet

10. Ozodqulov Olimjon Bahodir o‘g‘li. (2024). Rahbar va xodim munosabatlarining boshqaruv jarayonidagi psixologik xususiyatlari. Образование наука и инновационные идеи в мире, 41(1), 110–113. Retrieved from <https://www.newjournal.org/index.php/01/article/view/12079>

11. Sirojiddin Amangeldiyev Nurg‘aliy o‘g‘li. Psixologik maslahat gipotezalarini shakllantirish. Central asian academic journal ISSN: 2181-2489 OF scientific research volume 1 I ISSUE 1 I 2021. <https://search.app/R78CQ7R1YR9Sg7PR6>

STRESSNI BOSHQARISH TALABALARDA SHAXSIY O‘SISH OMILI SIFATIDA

*Abduraximova Shaxnoza Raxmonjonovna,
Andijon davlat pedagogika instituti Pedagogika
va psixologiya kafedrasida assistent o‘qituvchisi*

Kirish. Barchamiz hayotimizda stressni boshdan kechiramiz. Sog‘liqni saqlash muammolarining aksariyat qismi stressga olib kelishi yoki ta’sir qilishi tufayli stressni tanamizga qanday ta’sir qilishi va stressni boshqarishning samarali usullarini o‘rganish biz uchun emas, balki biz uchun stressli ish qilishdir

Hozirgi kunda zamonaviy ta’lim tizimi murakkab va doimiy o‘zgaruvchan jarayon bo‘lib, unda talabalarning shaxsiy rivojlanishi va o‘sishi alohida e’tibor talab qiladi. Talabalik yillari inson hayotidagi muhim davrlardan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning hissiy, intellektual va ijtimoiy imkoniyatlarini rivojlantirish uchun qulay sharoit yaratiladi. Talabalik davri hayotning eng murakkab, ayni paytda eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda nafaqat bilim olinadi, balki shaxs sifatida shakllanish ham yuz beradi. Biroq, imtihonlar, topshiriqlar, moliyaviy muammolar va ijtimoiy bosim kabi omillar talabalarda kuchli stressni keltirib chiqarishi mumkin.

Stressni to'g'ri boshqara olish, bu qiyinchiliklarni shaxsiy rivojlanish uchun imkoniyatga aylantirishning kalitidir.

Stressni to'g'ri tushunish uni samarali boshqarishning birinchi qadamidir. Stress bu — organizmning ichki va tashqi o'zgarishlarga beradigan javob reaksiyasi. Talabalarda bu holat ko'pincha quyidagi sabablarga ko'ra yuzaga keladi:

- Akademik bosim: Imtihonlar, muddatli topshiriqlar va yuqori ball olishga bo'lgan intilish.
- Ijtimoiy moslashish: Yangi muhitga ko'nikish, do'stlar orttirish va o'z o'rnini topish.
- Moliyaviy muammolar: O'qish to'lovlari, yotoqxona va shaxsiy xarajatlar.
- Kelajak xavotiri: O'qishni tugatgandan so'ng ish topish va hayotda o'z o'rnini belgilashga bo'lgan xavotir.

Talabaning shaxsiy rivojlanishi, o'z navbatida, stressni samarali boshqarish bilan chambarchas bog'liqdir. Stressni to'g'ri boshqarish shaxsning o'zini anglash darajasini oshirish, hissiy barqarorlikni saqlash va qiyinchiliklarga bardosh berish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Bunday ko'nikmalar, o'z navbatida, talabaning o'z maqsadlariga erishishiga, ijtimoiy faoliyatda muvaffaqiyat qozonishiga va psixologik salomatlikni saqlashga yordam beradi. Bu jarayon orqali talaba o'z salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarishi, ijodkorlik qobiliyatlarini rivojlantirishi va jamiyatga faol hissa qo'shishi mumkin. Stressni faqat salbiy hodisa deb qaramaslik kerak. To'g'ri boshqarilgan stress shaxsiy o'sish uchun kuchli omil bo'lishi mumkin. Stressni samarali boshqarish uchun quyidagi usullardan foydalanish mumkin:

Vaqtini to'g'ri ta'simlash va rejalashtirish. Vaqtini boshqarish -stressni kamaytirishning eng muhim usullaridan biridir. Vazifalarni kichik bo'laklarga bo'lish, ularga ustuvorlik berish va kunlik jadval tuzish imtihonlar oldidan yuzaga keladigan bosimni sezilarli darajada kamaytiradi. Bu ko'nikma talabada tartib-intizom va mas'uliyatni his etish tuyg'ularini shakllantiradi.

Jismoniy faollik va sog'lom turmush tarzi. Sport, yoga, meditatsiya va yetarli uyqu stress gormonlarini kamaytiradi. Jismoniy mashg'ulotlar nafaqat tanani mustahkamlaydi, balki aqliy charchoqni yengishga ham yordam beradi. Sog'lom turmush tarzi talabaning o'z-o'ziga g'amxo'rlik qilish va shaxsiy salomatlikka e'tibor berish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash. Oila a'zolari, do'stlar va o'qituvchilar bilan muloqot qilish stressni yengishda katta ahamiyatga ega. Muammolarni yaqinlar bilan baham ko'rish yengillik beradi. Ijtimoiy aloqalar talabaning aloqa o'rnatish (communication skills) va empatiya kabi qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Kognitiv o'zgartirishlar va onglilik. Stressli vaziyatlarga bo'lgan munosabatni o'zgartirish muhimdir. Muammolarga "men buni uddalay olmayman" deb emas, balki "bu menga qanchalik kuchli ekanligimni ko'rsatishga imkoniyat" deb qarash kerak. Bu

yondashuv talabada moslashuvchanlik va optimistik fikrlash qobiliyatlarini shakllantiradi.

Stressni samarali boshqarish talabalarga shaxs sifatida rivojlanish uchun juda muhimdir. Bu nafaqat qiyinchiliklarni yengishga yordam beradi, balki quyidagi fazilatlarni ham shakllantiradi:

- Chidamlilik: Qiyin vaziyatlardan chiqish qobiliyati.
- Muammolarni hal qilish qobiliyati: Tahliliy va tanqidiy fikrlashni rivojlantirish.
- O'z-o'zini anglash: O'z kuchli va zaif tomonlarini tushunish.
- O'ziga ishonch: Vaziyatni nazorat qila olish va o'z kuchiga ishonish.

Stressni boshqarish talabaning kelajak hayotida muvaffaqiyatga erishishi uchun muhim bo'lgan hayotiy ko'nikmalarni shakllantiradi. Shu nuqtayi nazardan, talabalar stress bilan kurashish ko'nikmalarini shakllantirish, ularda shaxsiy va professional rivojlanishni ta'minlovchi muhim omil sifatida qaralishi lozim. Talabalar ko'pincha moliyaviy mustaqillikka erishishga intiladi, bu esa ularga qo'shimcha bosim yuklaydi. Moliyaviy muammolar, o'z navbatida, ta'lim jarayoniga e'tiborni kamaytirib, talabaning intellektual salohiyatini cheklashi va ruhiy siqilishiga sabab bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, talabalar hayotida stressga ta'sir qiluvchi omillar ichki va tashqi kutilmagan holatlar, masalan, oilaviy muammolar, sog'liq bilan bog'liq muammolar va ijtimoiy munosabatlardagi ziddiyatlar orqali kuchayadi. Stressning bunday salbiy ta'sirlariga qaramay, u bilan samarali kurashish imkoniyatlari mavjud. Talabalar stressni boshqarish qobiliyatini rivojlantirish ularning shaxsiy o'sishi va muvaffaqiyatli hayot kechirishlarida muhim omil hisoblanadi. Stressni boshqarish vositalari yordamida talaba o'z hissiy barqarorligini tiklay oladi, intellektual faoliyat samaradorligini oshiradi va o'z oldiga qo'yilgan maqsadlariga erishishda yuqori natijalarga erishadi. Shu sababli, ta'lim muassasalarida stressni kamaytirish strategiyalarini joriy qilish va talabalarga ushbu vositalardan samarali foydalanishni o'rgatish bugungi kunning dolzarb vazifasidir.

Stressni muvaffaqiyatli boshqarish qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar o'zlarida hayotning turli qiyinchiliklariga bardosh berish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu qobiliyat, o'z navbatida, ularning shaxsiy o'sish jarayoniga kuchli ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, stressni boshqarishda muvaffaqiyatga erishgan shaxslar ko'pincha o'z-o'zini anglash, vaqtni samarali taqsimlash va hayotiy ustuvorliklarni aniqlash ko'nikmalarini o'zlashtiradi. Bu esa ularga o'z maqsadlariga erishish, ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish va akademik muvaffaqiyatlarni qo'lga kiritishda katta yordam beradi.

Talabaning nafaqat hissiy holatiga, balki uning aqliy va ijtimoiy salohiyatiga ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Stressga javob individual baholashga bog'liq bo'lib, moslashuvchanlik rivojlanishni ta'minlaydi. Lazarusning fikriga ko'ra, insonning stressga bo'lgan javobi vaziyatni qanday baholashiga bog'liq. Agar vaziyat imkoniyat

sifatida ko'rilsa, stress ijobiy rivojlanishga olib keladi. Shaxsning moslashuvchanligi qiyinchiliklarni yengish qobiliyatini oshiradi.

Umuman olganda, stressni boshqarish qobiliyati talabaning shaxsiy o'sish jarayonida nafaqat uning o'z hayotiy maqsadlariga erishishga yordam beradi, balki uni hayotning murakkabliklariga bardoshli, ijtimoiy mas'uliyatli va hissiy barqaror shaxsga aylantiradi. Shu sababli, stressni boshqarishning shaxsiy o'sishga bo'lgan ta'siri talabalik davrining eng muhim psixologik mexanizmlaridan biri sifatida alohida e'tiborga loyiqdir. Stressni boshqarish talabalarning shaxsiy rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi va bu jarayon ilmiy tadqiqotlar asosida chuqur o'rganilgan. Stress bilan kurashish qobiliyatlari shaxsning hissiy, intellektual va ijtimoiy imkoniyatlarini rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ushbu qobiliyatlarni shakllantirish uchun samarali strategiyalar mavjud bo'lib, ular nafaqat shaxsiy barqarorlikni ta'minlaydi, balki hayotning turli sohalarida muvaffaqiyatga erishish uchun ham zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. E. G'oziyev. Umumiy psixologiya. O'quv qo'llanma. Toshkent "Universitet", 2002yil.
2. E. G'oziyev, R.Y.Toshimov. Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. O'quv qo'llanma. Toshkent 2004 yil.
3. Nishonova Z.T. va b.Rivojlanish psixologiyasi.pedagogik psixologiya .
4. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. Toshkent.1999y
5. Tadjieva S.X., Sabirova D.G'. "Tanglik vaziyatida qolgan bolaga psixologik yordam ko'rsatish". T.: RBIMM, 2011 y. 142 b

TALABALIK DAVRIDA TOLERANTLIK PSIXOLOGIK OMIL SIFATIDA

*Shahlo Saidmuratovna Abdusamatova,
Chirchiq davlat Pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrası*

Shaxs psixologiyasining individual taraqqiyoti (ontogenez) va butun insoniyat tarixiy taraqqiyoti (filogenez)ning turli bosqichlarida ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy, ma'naviy, mafkuraviy va boshqa sohalaridagi barqaror taraqqiyot «jamiyat va Shaxs» o'rtasidagi munosabatlar tizimida tolerantlik qonuniyatlariga muvofiq kelishini ko'rsatmoqda. Ayniqsa, tarixiy taraqqiyotning tub o'zgarishlari va xalqaro munosabatlar globallasuvi davrida «talaba va jamiyat» munosabatlari tolerantligi fenomenining ahamiyati o'zgachadir.

Mustaqillik tufayli mamlakatimizning o'ttiz yildan ortiq intensiv rivojlanish davri, xususan, xalqaro hamjamiyatga integratsiyalashuv zaruriyati, globallasuv jarayonida mustahkam mavqega ega bo'lish ehtiyoji faylasuf, tarixchi, siyosatshunos,

sotsiolog va ijtimoiy psixolog olimlar tomonidan olib borilayotgan keng qamrovdagi ilmiy izlanishlar predmetiga, ya'ni «Shaxs va jamiyat» o'rtasidagi tolerantlik muammosiga o'ziga xos yangicha yondashuvlarni taqozo etmoqda.

Shuningdek, talabaga xos rivojlanish xususiyatlari, tendensiyasini nazariy tahlillash va ulardagi ustuvor fazilatlarining tolerantlikni ijtimoiy-psixologik modelga muvofiqligini tekshirish, koping-xulq-atvor strategiyalarini yaratish, psixologik-pedagogik korreksion dasturlar ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish yo'llari, usullari, vositalarini aniqlashni dolzarb muammo sifatida kun tartibiga qo'yimoqda.

Psixologiya fanlari sohasida shu paytgacha olib borilgan tadqiqotlar natijalaridan shu narsa ma'lumki, Shaxsning rivojlanishi (ontogenezi) katta o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshi davrida g'oyatda notekis kechadi. Atoqli psixologlar S. Xoll, L.S. Vigotskiy, E. Erikson, D. Marsh, I.S. Kon va boshqalar har bir yoshning o'ziga xos xususiyatlari mavjudligini qayd etadilar. O'spirinlik davrining eng asosiy yutug'i – o'z ichki olamini kashf eta bilish xususiyatidir. Biogenetik nazariyaning yirik namoyandasi sanalgan amerikalik psixolog S. Xoll, – o'spirinlik jinsiy etilishdan (12–13) boshlanib to etuklik davri kirib kelgunga qadar (22–25 yoshgacha) davom etib, u romantizmga ekvivalentdir, – deb hisoblaydi. E. Erikson esa o'spirinlik davri – o'zining betakror xislati, individualligi va atrofdagilardan keskin tafovutlanishi bilan ajralib turishini alohida e'tirof etadi, ulardagi o'z-o'zini anglashning psixologik mexanizmlarini batafsil tahlil qiladi va bunda vaqtni yangicha his qilish, psixoseksual qiziqish, patogen (kasallik qo'zg'atuvchi) namoyon bo'lishini o'ziga xos xususiyatlarini sharhlab beradi. Bu borada keng qamrovli fundamental tadqiqotlarni olib borgan I.S. Kon o'spirin uchun tashqi, moddiy olam – sub'ektiv tajribaning imkoniyatlaridan biri xolos, ana shu olamning markazida uning o'zi turadi, deb alohida ta'kidlaydi. Shuningdek, u o'z tadqiqotlarida o'spirinlardagi etakchi Shaxs xususiyatlari va ularga nisbatan ota-onaning munosabati (mehribonligi, emotsional bog'langanligi)ni uning jamoadagi o'rni, ijtimoiylashuviga ta'sirini o'rgandi.

Tolerantlik tafakkuri millatlar, elatlar, xalqlar, madaniyatlar, qarashlar, mafkuralar xilma-xilligi sharoitida ulaming o'zaro hamkorligini va bir-birini qabul qilishini, tenglik va o'zaro hurmat asosida yashash jarayonlarini anglatadi. Tolerantlik tushunchasi insonlarning o'zaro munosabatlarini ularning millati, irqi, nasl-nasabi, madaniyati va urf-odatlarini, iqtisodiy ahvoli, dini va e'tiqodiga qaramasdan muvozanatda saqlash me'yorlarini o'zida mujassam etadi.

Tolerantlik insonning turli iqtisodiy, ma'naviy, mafkuraviy, diniy munosabatlarga kirishishining qonun-qoidalarini belgilab beradi. O'zbek millatining etik-estetik, axloq va odob, ma'naviy va ma'rifiy, falsafiy qadriyatlari tizimida tolerantlik g'oyalari eng qadimgi davrlardan boshlab rivojlantirilgan va o'ziga xos tarzda shakllantirilgan. Mazkur bir-biriga dialektik bog'lik jarayonlar tolerantlikni pozitiv, tarakkiyot imperativlariga tugri keladigan ijtimoiy-madaniy xodisaga aylantiradi degan ta'rifni berib tolerantlikni turli yunalishlardagi ko'rinishini keltirib

o‘tgan.

1. YOshlarning ijtimoiy-madaniy faolligini oshirishda etnomadaniy an‘analar muxim rol uynaydi. Ushbu an‘analardan unumli foydalanish ularda uzga xalkdarning etnomadaniyati hakida zarur tasavvurlar va munosabatlar uygotadi. Uzbek xalki etnomadaniyatidagi internatsionallik, tolerantlik, yaratuvchanlik, polistilistik xususiyatlardan unumli, ratsional foydalanish lozim.

2. YOshlarning ijtimoiy-madaniy faolligi mamlakatimizdagi madaniy rang-baranglik, plyuralizmni kullab-kuvvatlashga, millatlar va elatlar urtasidagi inokdik, axillikni, dustlikni mustax,kamlashga xizmat kilishini unutib bulmaydi. SHuning uchunijtimoiy-madaniy tadbirlar ushbu umuminsoniy tamoyillarga, Uzbekistondagi millatlararo, xalklararo birdamlikni mustaxkamlashga karatilishi xamda jamiyatning ijtimoiy-siyosiy barkarorligini ta‘minlashga yunaltirilishi darkor.

3. Tolerantlik befarkdik tarzida xam kelishi mumkin, ammo u kishilararo munosabatlarni erkin, inson xukukdari va demokratik tamoyillar asosida kechishini kullab-kuvvatlash orkali ijtimoiy-madaniy vokelikka aylanadi.

4. Tolerantlik madaniyati - kishilararo, millatlararo, davlatlararo munosabatlarning tenglik, erkinlik, uzaro xurmat, birbirlarining madaniyatiga, ijodiy izlanishlariga, uzligini namoyon kilishiga bulgan xatti-xarakatlariga tuskinlik kilmaslik, ularga sabrtokat, chidam bilan munosabatda bulish darajasidir. Ushbu darajalarni ilmiy-nazariy va ilmiy-eksprementlar orkali anikdash tadjikrtchilar oldida turganmux,im vazifalardan biri sanaladi.

5. Tolerantlik madaniyati umumtarbiyaviy jarayonlarning tarkibiy kismi bulgani uchun umumtarbiyaviy tadbirlar moxiyatan bagrikenglik madaniyatini shakllantirish maksadini x,am uz ichiga olishi darkor.

6. Kishilararo, millatlararo, davlatlararo integratsiya inson manfaatlari, erki va xukukdarini ruyobga chikarish, erkin faoliyatda, ijodda, fikrini bayon etishda plyuralizm prinsiplariga amal kilish, bir suz bilan aytganda, antropologik paradigmadan kelib chikish mux,im ax,amiyatga egadir.

7. Tolerantlik madaniyati siyosiy-xukukiy madaniyatning kurinishidir.

SHuning uchun siyosiy-hukukiy madaniyat xokimiyat uchun kurash va uz xukukini bilishgina emas, u keng ma’noda axlokiy, ma’naviy-madaniy bagrikenglikni shakllantirish imperativi xamdir. Ijtimoiy-tarbiyaviy va x,ukukiy-ma’rifiy tadbirlar ushbu ikki yunalish asosiga kurilsagina bagrikenglik madaniyati talabalar xayot tarziga, ijtimoiy faoliyatining tarkibiy kismiga aylanadi.

Muloqotga kirishuvchi talabalar yaqinligi, bir-birlari bilan muloqotdan qoniqish hosil qilganligining yuksak darajasi, his-tuyg’ular va afzallikning taxmin qilinishi bilan belgilanadigan munosabatlar va o‘zaro birgalikdagi harakatning barqaror, individual-tanlash tizimi bo‘lgan do‘stlik kishilar munosabatining alohida shakli sifatida yuz beradi.

Do‘stlikning rivojlanib borishi uning o‘zaro hamjihatlikning zarurligini,

oshkoralik va ochiqlikni, ishonchni, o'zaro faol yordamlashuvni, samimiylilikni va his-tuyg'ularning beg'arazligini qaror toptiruvchi yozilmagan qonun-qoidaga amal qilishni taqozo etadi. Har bir insonning ijtimoiy tajribasi, uning insoniy qiyofasi, fazilatlari, hatto nuqsonlari ham muloqot jarayonining mahsulidir.

O'zbekistonlik psixolog olimlar ham tolerantlik muammosini turli jabhalarda o'rganib tadqiqot ishlarini olib bordilar. E.G'G'oziyev, A.Rasulov va L.Tursunovlar quyidagicha fikrlar bildirgan.

Tolerantlik tushunchasi sotsial-psixologik jihatdan ta'riflanganda esa yana o'ziga xos mazmun ifodalaydi, ya'ni tolerantlik (lotincha tolerantiia so'zidan olingan bo'lib, chidamlilik ma'nosini anglatadi) avvalo insondan biror kishiga munosabati, attityudi (hurmat qilish, qabul qilish, tushunish, e'tirof etish), ehtiyojlari, tafakkur tarzi, qadriyatlari, ijtimoiy normalari, g'oyalari hamda e'tiqodlarini ko'rsatib, ular asosida kishining individualligi omillaridan bo'lgan ijtimoiy mas'uliyat hissi shakllanib boradi.

Ayniqsa, sotsial tolerantlikning shakllanishi va namoyon bo'lishini ta'minlovchi mexanizmlari xisoblangan kishilar, ijtimoiy guruhlar o'rtasidagi munosabatlardagi farqlarda ko'rinadi. Tolerantlikni ta'minlovchi psixologik sifatlar sotsial tafovutlar namoyon bo'lganda insonlarning o'zlarida tenglikni namoyon etishlari yoki cheklashlarining barcha shakllarida kuzatiladi (bu holatni erkin yoki erkin bo'lmagan holda bajarishi).

F.B. SHoumarov ishlarida tolerantlik raxbar Shaxsi va faoliyatidagi zarur ijtimoiy-psixologik talablardan biri sifatida karalgan xamda tolerantlikning oilaviy munosabatlarda xotirjamlikni ta'minlashdagi roli, shuningdek etnopsixologik xususiyatlarini urganishdagi ahamiyati kursatib berilgan.

V.M. Karimova o'z tadqiqotlarida Shaxs ma'naviyatining psixologik mexanizmlari, oila barkdorrashuvida oilaviy kadriyatlar, ma'naviy kiyofaning psixologik tuzilmasi, ukuvchilarda soglom mafkura va ma'naviy yuksaklik sifatlarini shakllantirishning psixologik asoslari kabi masalalarni taxlil qilgan.

Z.A.Abidova tibbiyot hodimlarida tolerantlikni shakllanishini o'rganish jarayonida tolerantlik tushunchasini mohiyati va uni tarixini tahlil qilgan holda, tolerantlik - tarixiy fenomen bo'lib, o'zini o'zi saqlash instinkti asosida dunyoviy dinlar negizida ijtimoiy qadriyat sifatida yuzaga kelgan va inson huquqlarini amalga oshirish hamda tinchlikka erishish uchun zarur va fiindamental hisoblanadi deb hisolagan va bosqqa qimmatli yangiliklar kiritgan.

Fikrimizcha, talabalarga xos tolerantlikning negativ (bag'rikeng bo'lmashlikning irratsionalligi) va pozitiv (qadriyat, fazilat, progress, ozodlik, adolat) jihatlarini asoslashda, bu davrga xos inqirozli holatlar va vaziyatlar tahliliga e'tiborni qaratish maqsadga muvofiq sanaladi.

Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda, bugungi kunda talabalarda tolerantlik namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlarini o'rganish maxsus tadqiqot mavzusi bo'lmaganligi tadqiqot mavzusini tanlashimiz uchun asos bo'la oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini barpo etamiz. – T.: «O'zbekiston», 2016. – 14 b.
2. Tolerantlik ksenofobiya qarshi omil sifatida: xavf jamiyatida ksenofobiya xavfini boshqarish / Ed. M.: firo, 2011 yil. 608 s.
3. Gershunskiy B. S. ta'limning qiymat-maqсадli ustuvorliklari tizimidagi bag'rikenglik // Pedagogika. 2003. № 1. 3-10-betlar.
4. Mehnat psixologiyasi, muhandislik psixologiyasi va ergonomikasi / Ed.M. Yurayt Nashriyoti, 2015 Yil. 618 s.
5. Karimova V.M. O'zbek tolerantligi. – T.: Aloqachi, 2005. B.7–12.

IJTIMOIIY-KOGNITIV JARAYONLAR ASOSIDA TOLERANTLIKNI SHAKLLANTIRISH

*Shahlo Saidmuratovna Abdusamatova
Chirchiq davlat Pedagogikauniversiteti
Choriyev Javohir Alisher o'g'li*

*Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruv va texnologiyalar universiteti,
Pedagogika va tillar fakulteti, Magistratura, Psixologiya yo'nalishi 2-bosqich
talabasi*

Ijtimoiy-kognitiv faoliyat bag'rikenglikning namoyon bo'lishida muhim rol o'ynaydi. Bu turli xalqlarning urf-odatlar va urf-odatlar, ularning tarixi va ijtimoiy-kundalik turmush tarzi bilan tanishishni o'z ichiga oladi.

Bizning fikrimizcha, tolerantlik tushunchasi quyidagicha belgilanishi kerak. Tolerantlik -bu sizning huquqlaringizni hurmat qilish sharti bilan boshqa odamning huquqlarini hurmat qilishdir. Tolerantlik o'z manfaatlarini va sherikning manfaatlarini o'zaro hurmat qilgan holda himoya qilishni o'z ichiga oladi. Bir kishining boshqasiga nisbatan bag'rikenglik munosabatining namoyon bo'lishiga quyidagi omillar to'sqinlik qiladi. Ushbu tushuncha birinchi marta lotin tilida paydo bo'ladi, unda "toqat qilish" ma'nosiga ega ikkita fe'l mavjud: "pati" va "tolerantia". "Pati" fe'li kamtarlik va sabr-toqatni anglatadi. "Tolerantia" fe'li nafaqat kamtar sabr-toqat, balki insonning barqaror faol pozitsiyasi, azob-uqubat, og'riq, yovuzlikka ixtiyoriy va doimiy bardoshlik sifatida talqin etiladi.

To'laqonli bag'rikenglik munosabatlarining namoyon bo'lishi faqat rivojlangan jamiyatda – "ijtimoiy ishonch jamiyatida" mumkin. Tolerantlikni shakllantirish uchun quyidagi ijtimoiy va ijtimoiy-psixologik sharoitlarni ajratish mumkin:

1. Jamiyat farovonligining yuqori darajasi, aholining barcha qatlamlari. Kambag'allar va boylar o'rtasidagi farqlarni yumshatish. Ijtimoiy psixologiyada quyidagi naqsh o'rnatilgan: faqat o'ziga xoslikning normal ijobiy namoyon bo'lishiga

ega bo'lgan o'zini o'zi ta'minlaydigan odam boshqa odamlarga nisbatan bag'rikeng munosabatda bo'lishga qodir. Ushbu naqsh butun jamiyatga taalluqlidir: faqat o'zini o'zi ta'minlaydigan, ijtimoiy jihatdan rivojlangan jamiyat o'z a'zolarida bag'rikenglik ongini shakllantirishni rag'batlantirishga qodir. Faqatgina o'zini o'zi ta'minlaydigan jamiyatda barcha mumkin bo'lgan turlarga nisbatan bag'rikenglik namoyon bo'lishi mumkin: iqtisodiy, etnik, konfessional, Shaxslararo.

2. O'ziga xos madaniyatni saqlab qolish, o'z qadr-qimmatini his qilish, bu sizga boshqa odamlarning madaniyati va Shaxsiyatiga hurmat bilan munosabatda bo'lishga imkon beradi.

3. Oddiy ijtimoiy va etnik o'ziga xoslik. Gipo-va giperidentiklikning yo'qligi, odamlarning ijtimoiy va ijtimoiy-psixologik marginallaShuvining pasayishi, munosabatlarda ikki tomonlama standartlarning yo'qligi.

4. Jamiyatning ochiqqligi, madaniyatlararo aloqalar imkoniyati, boshqa xalqlar vakillari bilan mulotot qilish tajribasi va boshqa mamlakatlarda yashash tajribasi.

5. Huquqiy davlatning qurilishi, millatlararo va boshqa nizolarni huquqiy asosda tartibga solish imkoniyati. Inson huquqlariga rioya qilish.

6. Ijtimoiy kapitalni to'plash yo'li sifatida fuqarolik jamiyatini yaratish. Tolerantlik faqat ijtimoiy ishonch jamiyatida mumkin.

7. Millatlararo, dinlararo bag'rikenglikning oshishiga olib keladigan terrorizm sabablari va holatlarini bartaraf etish.

Umuman olganda, tolerantlikni o'rganishning asosiy etnopsixologik tamoyillarini shakllantirish mumkin:

1. Shaxsning ijtimoiy bag'rikenglik darajasini uning ijtimoiy o'ziga xosligi darajasi bilan bog'liq holda o'rganish;

2. Shaxsning huquqiy ongi turlarini o'lchash bilan birgalikda bag'rikenglik darajasini aniqlash; Shaxsni har tomonlama o'rganish, uning etuklik darajasini aniqlash, o'zini o'zi ta'minlash, o'zini o'zi anglash;

3. Shaxsning kommunikativ xususiyatlari tizimidagi bag'rikenglik darajasini o'lchash.

E. A. Klimovning kasblarni tasniflash tizimidagi sotsionomik tipdagi kasblarga sub'ekt-sub'ekttipidagi kasblar kiradi, ya'ni. tadqiqot va faoliyatning asosiy ob'ekti turli yoshdagi odamlar va ijtimoiy jamoalar bo'lgan kasblar. Kasbiy faoliyatning maqsadi boshqa odamning (ijtimoiy hamjamiyat) turli muammolarini hal qilishda yordam berishdir. Tarkib reabilitatsiya va Shaxsning asosiy ijtimoiy funktsiyalarini rivojlantirish, uni jamiyatning barcha sohalaridagi faoliyatga integratsiya qilishdir.

Tolerantlik namoyon bo'lishida ijtimoiy-kognitiv operatsiya sifatida quyidagi ketma-ketlik sodir bo'ladi: boshqa kishilarning nuqtai nazarini hisobga olish; Shaxsning muammoni o'zi mustaqil hal eta olishi yoki boshqalarning yordamiga muhtojligini baholay olishi; empatiya asosida tolerantlik motivasiyasini shakllantirish; zaruriy yordamni ko'rsatish borasida Shaxsiy imkoniyatlarini baholashi; hamkorlikdagi faoliyat

jarayonida yordam ko'rsatishni rejalashtirish.

Psixologlar tolerant Shaxsda sezilarli darajada borligini aniqladilar "men mukammalman" o'rtasidagi katta bo'shliq (men qanday bo'lishimni tasavvur qilishmen bo'lishni xohlardim) va "men haqiqiymen" (mening kimligim haqidagi tasavvur) ikkala "men" deyarli bir-biriga mos keladigan murosasiz odam.

Yoshlar muhitida bag'rikenglik sohasidagi sotsiologik tadqiqotlar 1 oy ichida tashkil etildi va o'tkazildi. Shu vaqt ichida jami 50 respondent so'rov o'tkazildi. Respondentlar tarkibiga 17 yoshdan 21 yoshgacha bo'lgan o'g'il-qizlar kirgan. Ular orasida 17 yosh so'rovda qatnashgan yoshlarning 8 foizini, 18 yosh 48 foizni, 19 yosh 20 foizni, 20 yosh 14 foizni va 21 yosh 10 foizni tashkil etdi. So'rovda yigitlarning 42 foizi va qizlarning 58 foizi ishtirok etdi.

Respondentlardan 8 ta savoldan iborat "zamonaviy jamiyatda bag'rikenglik" mavzusida so'rov o'tkazish so'ralgan.

So'rovda qatnashganlarning aksariyati "bag'rikenglik" nima ekanligini bilishadi (90 %) va uni boshqa millat, din, e'tiqod va boshqalarga nisbatan bag'rikenglik munosabati sifatida aniqladilar. So'rovda qatnashganlarning atigi 4 foizi berilgan savolga javob bera olmadi va respondentlarning 3 foizi aniqlashga qiynaldi.

Tolerant odamlar o'zlarining afzalliklari va kamchiliklarini bilib, kamroq ular o'zlaridan mamnun, ammo Shu munosabat bilan ular o'zlarini rivojlantirish imkoniyatiga ega. Tolerant odam odatda o'zini xavfsiz his qiladi, Shuning uchun emas o'zini boshqa odamlardan himoya qilishga intiladi. Tahdid yoki ishonchning etishmasligi u bilan kurashishni bardoshli Shaxsshakllantirish muhim shartdir. Tolerant odamlar mas'uliyatni boshqalarga yuklamaydilar, ular har doim o'zining harakatlaringiz uchun javobgar bo'lishga tayyor.

Shaxs tolerantligini namoyon bo'lishida xulq-atvor stereotiplarini anglay boshlagandan so'ng refleksiv empatiyani shakllantirishga urg'u berish lozim. Refleksiv empatiyani shakllantirishda turli rolli o'yinlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Shu tariqa axloqiy stereotiplarni intereorizasiyasiga erishiladi, natijada Shaxs qadriyatlar tizimiga singib boradi. N.Ayzenberg Shaxsda tolerantlik rivojlanishida ijtimoiy-kognitiv faktorlar, Shu bilan birga refleksiv empatiya (Shaxsning haqiqiy psixologik holatini baholay olish qobiliyatining o'rnini alohida ta'kidlaydi

Shaxs xulq-atvorini korreksiyalashda qo'llaniladigan terapiya usullaridan biri – bu imagoterapiyadir. Imagoterapiya ikki bosqichda amalga oshiriladi. Birinchi bosqichda Shaxsga o'z xatti-harakatlari, kechinmalarini og'zaki bayon qilishga imkon beriladi. Bunda talaba o'zining kimgadir yordam bergan va kimdir uning yordamiga muhtoj bo'lgan vaqtida yordam qo'lini cho'zmaganligi bilan bog'liq xatti-harakatlarini hikoya qilib beradilar. O'zlarining holatlarini hikoya qilishda albatta tahliliy ma'lumotlar berilishiga e'tibor qaratish darkor. Ikkinchi bosqichda, esa aynan guruh ishtirokchilari tomonidan "yordam berish" va "yordam bermaslikka" asoslangan syujet sahnalashtiriladi. Ishtirokchilar ijro etilgan personajning xulq-atvoridagi "ijobiy" va

“salbiy” tomonlarini tahlil qiladilar . Shaxsdagi refleksiya natijasida talabalar o‘zlarintolerantlik namoyon bo‘lishida ijtimoiy-kognitiv operatsiya sifatida boshqa kishilarning nuqtai nazarini hisobga olishni, Shaxsning muammoni o‘zi mustaqil hal eta olishi yoki boshqalarning yordamiga muhtojligini baholay olfdilar.

Shaxsdagi tolerantlikni namoyon bo‘lishida uning emosional komponentlari-emosional intellekt, ayniqsa, emosional bilimdonlik va o‘z-o‘ziga emosional motivatsiya berish muhim ahamiyat kasb etadi. Talabalik davri emosional sezitivligi bilan ajralib turuvchi davrlardan hisoblanishi bilan bir qatorda, Shaxsga nisbatan empatiyani his etish va uning emosiyalarini tahlil qilish orqali identifikatsiyalash Shaxsni bevositatolerantligini oshishida katta ahamiyat kasb etadi.

Tolerantliknisamarali tartibga solish vositasiga aylantirish uchun, bag‘rikenglik madaniyatlararo birgalikda yashash, norma va madaniy ma’noga ega bo‘lishi kerak.Shuning uchun zamonaviy jamiyat - bag‘rikenglik normasi yarashtiradi globallaShuv va zamonaviy tsivilizatsiyaning madaniy xilma-xilligi. Aynan bu bag‘rikenglik tuShunchasining mazmuni va rolini o‘zgartiradi. Asosiysi, boshqa odamning o‘rnida turish va dunyoni ko‘rish uning ko‘zlari bilan, axloqiy egosentrizmni engib, dunyoni ko‘rishga harakat qilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoev SH.M. erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini barpo etamiz. – T.: «O‘zbekiston», 2016. – 14 b.
2. Tolerantlik ksenofobiyaqa qarshi omil sifatida: xavf jamiyatida ksenofobiya xavfini boshqarish / Ed. M.: firo, 2011 yil. 608 s.
3. GerShunskiy B. S. ta’limning qiymat-maqсадli ustuvorliklari tizimidagi bag‘rikenglik // Pedagogika. 2003. № 1. 3-10-betlar.
4. Mehnat psixologiyasi, muhandislik psixologiyasi va ergonomikasi / Ed.M. Yurayt Nashriyoti, 2015 Yil. 618 s.
6. Kislyakov P. A. ta’lim muhitining Ekopsixologiyasi: loyihalash va monitoring yondaShuvlari // inson ekologiyasi. 2017. № 4. 42-50 betlar.
7. Gushchin yu. V. oliy maktabda o‘qitishning Interaktiv usullari // xalqaro psixologik jurnal
8. Asmolov A.G. Tolerantnost: ot utopii k realnosti // Na puti k tolerantnomu soznaniyu. – M.: Smysl, 2000. – S. 5–8.
9. Yoshlar tarbiyasida tolerantlik davr talabi // Respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari (26–27 sentyabr 2008 yil). – T.: O‘zMU, 2008. – 324 b.
10. Karimova V.M. O‘zbek tolerantligi. – T.: Aloqachi, 2005. B.7–12.

PEDAGOGLARDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRISHDA SHAXSNING KREATIVLIGI

Sh.D.Ablakulov

Nizomiy nomidagi O‘ZMPU PhD., Amaliy psixologi kafedrası

Kirish. Yangilanayotgan O‘zbekiston ertangi kunini farovon bo‘lishi uchun hamda uchinchi renesans muvofaqiyatli amalga oshirish yo‘lida yoshlar tarbiyasiga alohida e‘tibor berib kelmoqda. XXI asr birinchi choragi yakunlanish arafasida prizenditimiz tomonidan qabul qilingan 2024-yil 1-fevralida tasdiqlangan “Pedagog maqomi” to‘g‘risidagi Qonun bo‘ljak pedagoglarni va faoliyat ko‘rsatayotgan yosh pedagoglarni yangi kuch-g‘ayrat bilan sayi harakta olib borishga undamoqda⁷.

Yuqoridagi qonundan kelib chiqib, pedagoglarni tayyorlaydigan oliy ta‘lim muassasasi professor-o‘qituvchlari o‘zlarining namunaviy va ishchi rejalarida bo‘ljak pedagogning kasbiy kreativligini ta‘minlash maqsadida pedagog maqomiga mos mavzularni ilmiy asosda talqin etib borishmoqda.

“Ta‘lim to‘g‘risida”gi qonunning 46-moddasida “Pedagog xodimlarning majburiyatlari” sifatida quyidagilar ko‘rsatib o‘tilganligi bugungi kun pedagoglariga mas‘uliyatli vazifalarni yuklaydi: ta‘lim-tarbiya jarayoni ishtirokchilarining sha‘ni, qadr-qimmati va ishchanlik obro‘sini hurmat qilishi; o‘quv mashg‘ulotlarini sifatli o‘tkazishi; axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan, o‘qitish va tarbiyaning ilg‘or hamda innovatsion shakllari va usullaridan foydalanishi” kabilar bilan belgilanganki, bu majburiyatlar pedagog kasbiy kompetensiyasini takomillashtirishning institutsional asosi sifatida xizmat qilib kelmoqda.

Prezident Shavkat Mirziyoyev: “Bugun har bir va tarbiyachi, oliygoh domlasi ta‘lim va ilm-fan sohasidagi eng so‘nggi ijobiy yangiliklarni o‘quv jarayonlariga tatbiq eta oladigan, chuqur bilim va dunyoqarash egasi, bir so‘z bilan aytganda, zamonamiz va jamiyatimizning eng ilg‘or vakillari bo‘lishlari kerak”⁸-deb bildirgan fikrlarida chuqur ma‘no bor. Binobarin, ijodkor shaxsning shakllanishi va rivojlanishi uning ichki va tashqi olami o‘zgarishining o‘zaro mos kelishi, ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoitlar hamda inson ontogenezi – tug‘ilishidan boshlab to umrining oxiriga qadar uzluksizlik, vorisiylikni taqozo etadigan faoliyat mazmuniga bog‘liq.

So‘nggi yillarda etakchi xorijiy mamlakatlarning ta‘lim tizimi talabalarning kreativlik sifatlarini shakllantirish masalasiga alohida, jiddiy e‘tibor qaratilmoqda.

Olib boriladigan amaliy harakatlar talabalarda yutuqlarga erishish, olg‘a intilishga bo‘lgan ehtiyojni muayyan darajada yuzaga keltiradi, ularning o‘quv-biluv qobiliyatlarini bir qadar rivojlantirishga yordam beradi.

⁷ O‘zbekiston Respublikasining Qonuni, 01.02.2024 yildagi O‘RQ-901-son, “Yangi O‘zbekiston” gazetasi 26-son

⁸ O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning O‘qituvchi va murabbiylar kuniga bag‘ishlangan tantanali marosimdagi “O‘qituvchi va murabbiylar–yangi O‘zbekistonni barpo etishda katta kuch, tayanch va suyanchimizdir” mavzusidagi nutqi. 2020 yil 30 sentyabr. www.xs.uz

Kreativlik xususiyatlari chet ellik olim Drepau Patti tomonidan ilmiy jihatdan asoslangan ⁹. Shaxsda kreativlik sifatlarini rivojlantirish jarayonining umumiy mohiyatini to'laqonli anglash uchun dastlab "kreativlik" tushunchasi ma'nosini tushunib olish talab etiladi [3].

Gardner esa o'z tadqiqotlarida "kreativlik" tushunchasini shunday izohlaydi: "kreativlik – shaxs tomonidan amalga oshiriladigan amaliy harakat bo'lib, u o'zida muayyan yangilikni aks ettirishi va ma'lum amaliy qiymatga ega bo'lishi lozim" [2].

Emebaylning yondashuvi nuqtai nazaridan esa, kreativlik "muayyan soha bo'yicha o'zlashtirilgan puxta bilimlar bilan birga yuqori darajada noodatiy ko'nikmalarga ham ega bo'lish" demakdir [4].

"Kreativlik" tushunchasi o'zida madaniy xilma-xillikni aks ettiradi. G'arb kishilari uchun kreativlik, umuman olganda, yangilik sanaladi. Ular kreativlik negizida noan'anaviylik, qiziquvchanlik, tasavvur, hazil - mutoyiba tuyg'usi va erkinlik mavjud bo'lishiga e'tiborni qaratadilar. Sharqliklar esa, aksincha, kreativlikni ezgulikning qayta tug'ilish jarayoni, deb tushunadilar [3].

Bo'lajak pedagoglarda ijtimoiy-pedagogik kompetensiyalarni rivojlantirishda shaxsning kreativligi uning tafakkurida, muloqotida, his-tuyg'ularida va muayyan faoliyat turlarida namoyon bo'ladi. Pedagogning kasbiy kreativligi yaxlit holda yoki uning muayyan xususiyatlarini tavsiflaydi.

Bo'lajak pedagoglarning kasbiy kreativlik kompetensiyalarini rivojlantirish ijtimoiy-pedagogik nuqtai nazaridan o'z tadqiqotlarida tushunchani shunday izohlaydi: "kreativlik – pedagog shaxsi tomonidan amalga oshiriladigan amaliy harakat bo'lib, u o'zida muayyan yangilikni aks ettirishi va ma'lum amaliy qiymatga ega bo'lishi lozim"¹⁰.

Kreativlik - inson hayotining barcha jahatlarida o'z aksini topgan, shuning bilan birgalikda u ta'lim tizimiga ham kirib borgan. Binobarin, hozirgi kunda o'qituvchining ijodkorligi u tomonidan tashkil etiladigan kasbiy faoliyatni tashkil etishga ijodiy (kreativ) yondashuvi aks etadigan holat "pedagogik kreativlik" tushunchasi bilan ifodalanmoqda.

Pedagogik improvizasiya asosida kreativ fikrlashga erishish o'qituvchining ijtimoiy pedagogik faoliyatida yaqqol aks etishi mumkin. O'qituvchining ijodkorligi esa u tomonidan tashkil etiladigan kasbiy faoliyatni tashkil etishga kreativ yondashuvida aks etadi.

Pedagogik kreativlik – pedagogning an'anaviy pedagogik fikrlashdan farqli ravishda ta'lim va tarbiya jarayonini samaradorligi ta'minlashga xizmat qiluvchi yangi g'oyalarni yaratish, shuningdek, bo'lajak pedagoglarning kasbiy kreativlik

⁹ Drapeau Patti. Sparking student creativity (practical ways to promote innovative thinking and problem solving). – Alexandria – Virginia, USA: ASCD, 2014. – p.

¹⁰ Ken Robinson Our Minds: Learning to be Creative www.livelib.ru

kompetensiyalarini rivojlantirishning ijtimoiy va psixologik muammolarni ijobiy hal qilishga bo'lgan tayyorgarligini tavsiflovchi qobiliyatlar turiga kiradi[5].

“Kompetentlik” tushunchasi ta'lim sohasiga psixologik ilmiy izlanishlar natijasida kirib kelgan. Psixologik nuqtai nazardan kompetentlik “noan'anaviy vaziyatlar, kutilmagan hollarda mutaxassisning o'zini qanday tutishi, muloqotga kirishishi, raqiblar bilan o'zaro munosabatlarda yangi yo'l tutishi, noaniq vazifalarni bajarishda, ziddiyatlarga to'la ma'lumotlardan foydalanishda, izchil rivojlanib boruvchi va murakkab jarayonlarda harakatlanish rejasiga egalik”ni anglatadi [5].

Pedagog o'z faoliyatida pedagogik intuitsiya, pedagogik kreativlik va pedagogik improvizatsiya elementlarini bir vaqtning ichida, o'z kasbiy mahoratini umumlashtirib o'z ichiga olgan holda ijod qilishi mumkin. Ushbu faoliyatning ob'ektiv shart-sharoitlari dinamikasi o'qituvchilarga ko'proq yangi vazifalarni taqdim etadi, doimiy o'zgaruvchan vaziyatlarni tez tahlil qilish va baholashni talab qiladi va tez-tez tezkor qarorlar qabul qiladi va amalga oshiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Белих А.С. Мировоззрение студенческой молодежи: проблемы формирования: монография /А.С.Белих. -Луганск: Изд-во «Noulidj», 2012. -232 с.
2. Лернер И.Я. Подготовка будущих учителей трудового обучения и трудовому воспитание школьников.Педагогические образование.-Вип.№2,-М.:Педагогика,1990.-238-242 с.
3. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка Текст.: 80 000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова; Российская АН.; Российский фонд культуры. 2-е изд., испр. и доп. - М.: АЗЪ, 1995.-928 с.
4. Islamova M.Sh.The formation of a culture of professional outlook on the basis of forseit technologies in cluster conditions/ Journal NX a multidisciplinary Peer Reviewed Journal (ISSN: 2581-4230) page № 306-309
5. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 29-apreldagi «O'zbekiston Respublikasi xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish kontseptsiyasini tasdiqlash to'g'risida”gi PF-5712-son Farmoni. – Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi, 06/19/5712/3034-son, 29.04.2019 y.
6. Sultonova G.A. Pedagogik komptensiya. – Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU, 2005. 48-53 с

TALABALARDA KOGNITIV JARAYONLARNI RIVOJLANTIRISHNING O'QUV MOTIVLARI

*Ahmedov Davlatbek,
University of Business and Science
pedagogika-psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimining asosiy vazifalaridan biri – shaxsning intellektual salohiyatini shakllantirish va rivojlantirishdir. Ayniqsa, oliy ta'lim muassasalarida o'qiyotgan talabalarning kognitiv jarayonlari – diqqat, xotira, idrok, tafakkur va boshqa yuqori psixik funksiyalari – bilim olishning samarali va chuqur shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Kognitiv jarayonlar insonning tashqi muhitdan olingan axborotni qabul qilish, uni qayta ishlash va yangi bilimlar yaratish jarayonlarini tashkil etadi.

Shu sababli, kognitiv jarayonlarning samarali rivojlanishi ta'lim jarayonining asosiy natijalaridan biri hisoblanadi. Zamonaviy ta'lim tizimlarida talabalarning kognitiv jarayonlarini rivojlantirish, ularda mustaqil fikrlash, tanqidiy tahlil qilish va ijodkorlikni shakllantirish ta'lim sifatini oshirishning asosiy omillaridan biridir. Kognitiv jarayonlar – bu, axborotni qabul qilish, qayta ishlash, saqlash va uni amaliyotda qo'llash kabi yuqori darajadagi psixik faoliyatlarni o'z ichiga oladi. Ushbu jarayonlarning samarali rivojlanishi, o'z navbatida, talabalarning o'quv motivatsiyasi bilan chambarchas bog'liqdir.

O'quv motivatsiyasi – bu, talabaning o'rganishga bo'lgan ichki istagi (ichki motivatsiya) hamda tashqi rag'batlantiruvchi omillar (tashqi motivatsiya)ning kombinatsiyasidir. Psixologiya va pedagogika sohasidagi ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ichki motivatsiya talabalarning kognitiv faoliyatini faollashtiradi va ularning o'rganishga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Masalan, Moyano va boshqalar (2020) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, ichki motivatsiya va o'z-o'zini hurmat qilishning kognitiv qobiliyatlar (masalan, og'zaki erkinlik va mantiqiy fikrlash) orqali akademik muvaffaqiyatga ta'siri o'rganilgan. Tadqiqot natijalari ichki motivatsiya va o'z-o'zini hurmat qilishning akademik muvaffaqiyatga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ko'rsatdi.

Kognitiv jarayonlar inson ongining asosiy komponentlari bo'lib, ular bilim olish, qayta ishlash, eslab qolish, tahlil qilish va muammolarni hal etish kabi faoliyatlarni o'z ichiga oladi. Talabalarda bu jarayonlarning rivojlanishi ularning mustaqil fikrlashi, yangilikka intilishi va muammolarga ijodiy yondashuvini ta'minlaydi. Pedagogik jarayonda talabalarning diqqat, xotira, tafakkur, idrok va nutq kabi kognitiv funksiyalarini rivojlantirish muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, oliy ta'lim bosqichida kognitiv kompetensiyalarni shakllantirish talabaning professional va ijtimoiy faoliyatga tayyorligini belgilovchi asosiy omillardandir.

O'quv motivlari – bu talabaning o'quv faoliyatidagi ichki va tashqi rag'batlantiruvchi omillaridir. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kuchli ichki motivatsiyaga ega bo'lgan talabalar bilimlarni chuqurroq o'zlashtiradi, mustaqil izlanishlarga intiladi va yuqori darajadagi kognitiv strategiyalarni qo'llaydi.

O'quv motivlari quyidagilarga ajratiladi:

Ichki motivlar: bilimga qiziqish, o'zini rivojlantirish istagi, mustaqil fikrlashga intilish.

Tashqi motivlar: baho olish, stipendiyaga ega bo'lish, ota-onaning talabini bajarish, raqobat muhitida o'z o'rnini topish.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ichki motivlar ustuvor bo'lgan ta'lim muhitida talabalar yuqori kognitiv yutuqlarga erishadi. Bunday sharoitda o'quv jarayoni faqat bilim uzatish bilan cheklanmay, balki talabaning ongli, faol ishtirokini ta'minlaydi.

Talabalarda kognitiv jarayonlarni faollashtirish uchun quyidagi yondashuvlar samarali hisoblanadi:

1. **Muammoli ta'lim** – talabalarni muayyan muammolarni mustaqil hal etishga undaydi, bu esa tafakkur va ijodiy yondashuvni rivojlantiradi.

2. **Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish** – ochiq savollar, mantiqiy tahlil va dalillarga asoslangan bahslar orqali amalga oshiriladi.

3. **Interfaol metodlar** – guruhli ishlash, rolli o'yinlar, debatlar kognitiv faollikni kuchaytiradi.

4. **Reflektiv tahlil** – o'qilgan material bo'yicha tahliliy yozuvlar (esse), kundaliklar yuritish orqali fikrlash faoliyati chuqurlashadi.

5. **Axborot-kommunikatsion texnologiyalar** – multimedia, simulyatsiya va raqamli o'quv resurslari yordamida bilimni interaktiv tarzda egallash.

Afsuski, ko'plab talabalarda o'quv motivatsiyasining sustligi, bilim olishga nisbatan faollikning pastligi kuzatiladi. Bu holat, ko'pincha, ta'limning faqat nazariy yo'nalishga qaratilgani, amaliyot va interfaollikning yetarli emasligi bilan bog'liq. Shuningdek, baholash tizimining motivatsiyaga ta'siri ham salbiy bo'lishi mumkin.

1. Talabalar manfaatlarini hisobga olgan holda ta'lim mazmunini yangilash.
2. Motivatsion treninglar va psixologik qo'llab-quvvatlov dasturlarini joriy etish.

3. O'qituvchilarning pedagogik mahoratini oshirish, ularni zamonaviy metodikalarga o'rgatish.

4. Baholash mezonlarini kognitiv faoliyatni inobatga olgan holda qayta ko'rib chiqish.

O'quv motivatsiyasi va kognitiv jarayonlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganish, ta'lim jarayonini takomillashtirish uchun muhimdir. Masalan, Xitoyda o'tkazilgan uzoq muddatli tadqiqotda, talabalarining ichki motivatsiyasi va kognitiv ishtirokchilik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik tahlil qilingan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, ichki motivatsiya kognitiv ishtirokchilikka ijobiy ta'sir ko'rsatadi, bu esa o'z navbatida akademik muvaffaqiyatga olib keladi. Ta'lim falsafasi nuqtai nazaridan, o'quv motivatsiyasining rivojlanishi talabaning o'z-o'zini anglashiga, o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchiga va ta'lim jarayoniga bo'lgan munosabatiga bevosita ta'sir qiladi. Bu jarayonlar talabaning o'quv faoliyatiga bo'lgan yondashuvini shakllantiradi va uning akademik muvaffaqiyatiga ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, mazkur maqolada talabalarda kognitiv jarayonlarning rivojlanishida o'quv motivatsiyasining roli, uning yosh davrlari bo'yicha xususiyatlari, shuningdek ichki va tashqi motivatsiyaning ta'lim jarayoniga

ta'siri keng qamrovda tahlil qilinadi. Bu tadqiqotning natijalari pedagogika va psixologiya fanlari sohasida ilmiy va amaliy ahamiyatga ega bo'lib, oliy ta'lim muassasalarida ta'lim jarayonini takomillashtirish uchun asosiy metodologik baza bo'lib xizmat qiladi. Kognitiv jarayonlarning faollashuvi va sifatli ishlashi ko'p jihatdan talabaning o'quv faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasiga bog'liqdir.

O'quv motivatsiyasi — bu shaxsning o'rganishga qiziqishi, bilim olishga bo'lgan ichki istagi hamda tashqi rag'batlantiruvchi omillar majmuasi bo'lib, u ta'lim jarayonida talabani faol va samarali ishtirok etishga undaydi. Motivatsiyaning o'ziga xosligi shundaki, u nafaqat o'quv faoliyatining boshlanishida, balki uning davomiyligida, muammolarni yengish va yangi bilimlarni o'zlashtirish jarayonlarida ham ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan, talabalarda o'quv motivatsiyasining kognitiv jarayonlarni rivojlantirishga ta'siri ilmiy jihatdan chuqur o'rganilishi lozim. Motivatsiya shakllanishining yosh xususiyatlari, uning ichki va tashqi motivlar ko'rinishida namoyon bo'lishi ham kognitiv faoliyatga turlicha ta'sir qilishi mumkin. Yosh davrlarining o'ziga xos psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda motivatsiya va kognitiv jarayonlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tadqiq etish, ta'lim samaradorligini oshirishda yangi ilmiy yondashuvlar va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish imkonini beradi.

Talabalarda kognitiv jarayonlarning rivojlanishida o'quv motivatsiyasining roli, uning yosh davrlari bo'yicha xususiyatlari, shuningdek ichki va tashqi motivatsiyaning ta'lim jarayoniga ta'siri keng qamrovda tahlil qilinadi. Bu tadqiqotning natijalari pedagogika va psixologiya fanlari sohasida ilmiy va amaliy ahamiyatga ega bo'lib, oliy ta'lim muassasalarida ta'lim jarayonini takomillashtirish uchun asosiy metodologik baza bo'lib xizmat qiladi. Diqqat, xotira va tafakkur kabi asosiy kognitiv ko'rsatkichlarni sezilarli darajada oshiradi, bu esa o'quv jarayonining samaradorligini yaxshilashga xizmat qiladi. Ichki motivatsiya orqali talaba o'z-o'zini rag'batlantirib, ta'lim jarayoniga faol va ijobiy munosabat bilan yondashadi, bu esa bilim olish sifatining oshishiga olib keladi. Tashqi motivatsiyaning ham kognitiv jarayonlarga ta'siri borligi aniqlangan bo'lsa-da, u ichki motivatsiyaga qaraganda kamroq ahamiyatga ega ekanligi kuzatildi. Bu natija o'quv jarayonida tashqi rag'batlantirish vositalarini qo'llashda, ularni ichki motivatsiyani mustahkamlovchi yordamchi vosita sifatida ko'rish zarurligini ko'rsatadi. Shuningdek, tashqi motivatsiyaning o'quvchilarda faqat vaqtincha rag'batlantirish effektiga ega bo'lishi, ichki motivatsiya esa uzoq muddatli ta'sir ko'rsatishini anglash muhimdir.

Yosh guruhlari bo'yicha olib borilgan tahlil natijalari yosh oshishi bilan o'quv motivatsiyasi va kognitiv faoliyat ko'rsatkichlarining biroz kamayishini ko'rsatdi. Bu o'zgarishlar talabalar psixologiyasidagi rivojlanish jarayonlari, shaxsiy va ijtimoiy muhitning ta'siri, shuningdek ta'lim tizimidagi murakkabliklar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Shu sababli, ta'lim jarayonida yoshga mos motivatsiya va kognitiv qo'llab-quvvatlash strategiyalarini ishlab chiqish zarurati yuzaga keladi. Bu yondashuv yosh

talabalarning o'z qobiliyatlariga ishonchini oshirish, stress va tushkunlik holatlarini kamaytirish hamda o'quv jarayonida faol qatnashishlarini ta'minlashda yordam beradi. Tadqiqot davomida qo'shimcha sifatida olingan intervyu va kuzatuv natijalari ta'lim muhitining o'quv motivatsiyasini shakllantirishda muhim omil ekanligini ko'rsatdi. Shaxsiy qiziqishlar, o'z-o'zini rivojlantirish istagi va kelajakdagi maqsadlar talabalarda ichki motivatsiyani kuchaytiradi, shu bilan birga o'qituvchilar va ota-onalarning qo'llab-quvvatlashi tashqi motivatsiyaning samarali ishlatilishini ta'minlaydi. Bu esa ta'lim jarayonini yanada interaktiv, qiziqarli va natijali qiladi.

Kelajakdagi tadqiqotlar uchun motivatsiyaning boshqa turlari, jumladan ijtimoiy va emotsional motivatsiya, shuningdek o'zini boshqarish ko'nikmalari bilan kognitiv jarayonlar o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish tavsiya etiladi. Bundan tashqari, motivatsiya va kognitiv faoliyatning uzoq muddatli o'zaro ta'sirini kuzatish uchun longitudinal tadqiqotlarni olib borish dolzarb hisoblanadi. Bu ma'lumotlar ta'lim jarayonini yanada shaxsiylashtirish va samaradorligini oshirishga imkon yaratadi. Xulosa qilib aytganda, ta'lim jarayonida o'quvchilarning ichki motivatsiyasini rivojlantirishga yo'naltirilgan pedagogik yondashuvlar kognitiv jarayonlarning yuqori darajada shakllanishi va mustahkamlanishida asosiy omil hisoblanadi. Shu bois, ta'lim muassasalari o'quv motivatsiyasini oshirish uchun maxsus dasturlar, treninglar va metodologiyalarni ishlab chiqishi va joriy etishi muhimdir. Bu nafaqat talabalarning o'quv natijalarini yaxshilashga, balki ularning shaxs sifatida rivojlanishiga ham katta hissa qo'shadi.

Zamonaviy ta'lim tizimida talabalar shaxsini har tomonlama rivojlantirishda kognitiv jarayonlarni shakllantirish va faollashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu jarayonlar – diqqat, xotira, tafakkur, nutq va idrok – talabaning bilimni o'zlashtirishi, tahlil qilishi va amaliyotda qo'llashi uchun zarur bo'lgan psixologik asosdir.

Tadqiqotlar va amaliy kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, kuchli o'quv motivatsiyasiga ega bo'lgan talabalar kognitiv jihatdan faolroq bo'ladi, bilimga bo'lgan qiziqishi mustahkamlanadi va o'z-o'zini rivojlantirishga intiladi. Ayniqsa, ichki motivlar asosida shakllangan ta'lim muhiti talabalarning intellektual salohiyatini maksimal darajada namoyon etishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, talabalarda kognitiv jarayonlarni rivojlantirish uchun:

1. o'quv motivlarini chuqur o'rganish va individual yondashuvni yo'lga qo'yish;
2. interfaol, muammoli, reflektiv va raqamli metodlardan keng foydalanish;
3. ta'lim jarayonida mustaqil fikrlash va ijodiy yondashuvni qo'llab-quvvatlash;
4. pedagoglar tomonidan shaxsga yo'naltirilgan va motivatsion yondashuvni ta'minlash zarur.

Shuningdek, ta'lim tizimi va baholash mezonlarini ham talabaning kognitiv faolligini rag'batlantirishga yo'naltirish zarur. Ana shundagina oliy ta'lim tizimi nafaqat

bilim beruvchi, balki tafakkur qiluvchi, tahlil qiluvchi va ijodkor yoshlarni tarbiyalovchi tizimga aylanishi mumkin. Bugungi kunda raqamli texnologiyalar, sun'iy intellekt, axborot oqimining ortishi kabi global o'zgarishlar sharoitida talabalarning faqat bilim egallashi emas, balki o'z bilimlarini mustaqil izlab topa olish, tahlil qilish, tanqidiy fikrlash va ijodiy yondashuvga ega bo'lishi dolzarb vazifa sifatida qaralmoqda. Bu esa kognitiv jarayonlarni shakllantirish va rivojlantirishni ta'lim tizimining ustuvor yo'nalishiga aylantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdullaeva, N. A. (2015). Ta'limda o'quv motivatsiyasini shakllantirish va rivojlantirish muammolari. *Pedagogika va psixologiya*, 2(10), 45-50.
2. Rasulova, M. T. (2018). Talabalarda kognitiv jarayonlarni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari. *Ta'lim va rivojlanish*, 3(25), 72-78.
3. Badritdinova, M. (2015). TA' LIM JARAYONIDA IDROKGA XOS KOGNITIV USLUB SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI. *Ilmiy axborotnoma*.
4. Бадритдинова, М. Б. (2014). НЕКОТОРЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ. *ИНСТИТУТЫ И МЕХАНИЗМЫ ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ: МИРОВОЙ ОПЫТ И РОССИЙСКАЯ ПРАКТИКА*, 37.
5. Бадритдинова, М. Б. (2016). ПРОГРЕССИВНЫЕ И РЕГРЕССИВНЫЕ ТИПЫ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ. *NovaInfo. Ru*, 2(40), 199-202.

BOLALARGA TIBBIY YORDAM KO'RSATISHDA INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNING AHAMIYATI

Toshkent davlat tibbiyot universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrası
O'qituvchisi: **Alimirzayev.N.A**

Kirish. Zamonaviy tibbiyotda bolalarga yordam ko'rsatishda nafaqat jismoniy, balki psixologik yondashuv ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Chunki bolaning ruhiy holati uning sog'ayish jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Psixologiya fanlari doktori, professor Vasila Mamanosirovna Karimova o'z ilmiy merosida aynan bola shaxsiyatining rivoji, oila muhiti va ijtimoiy omillarning ruhiy salomatlikka ta'sirini chuqur o'rganib chiqqan. Uning ilmiy qarashlari bugungi kunda tibbiy yordam ko'rsatishda individual psixologik xususiyatlarni hisobga olish zarurligini asoslab beradi.

Bugungi kunda pediatriya amaliyotida bolalarga tibbiy yordam ko'rsatish

jarayoni faqat biologik davolash usullari bilan cheklanib qolmaydi. Har bir bolaning shaxsiy psixologik xususiyatlari — temperament, xarakter, emotsional holat, oilaviy muhit va ijtimoiy tajribasi — davolanish samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, shifokor va tibbiy xodimlarning individual psixologik yondashuvi bolaning davolanish jarayonidagi qo'rquv va tashvishini kamaytirib, davolashga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi. Shuningdek, ota-onaning hissiy qo'llab-quvvatlashi bolaning reabilitatsiya jarayonini tezlashtirishi aniqlandi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti va O'zbekiston Milliy pediatriya ilmiy markazi tadqiqotlari asosida individual psixologik xususiyatlarni hisobga olish davolanish samaradorligini 25–35% oshirishi ko'rsatib berildi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO, 2023) ma'lumotlariga ko'ra, pediatriya bo'limlarida bolaning psixologik qo'llab-quvvatlanishi davolanish jarayonini o'rtacha 25–30% tezlashtiradi [2]. Shu sababli O'zbekistonda ham bolalar sog'lig'ini saqlash tizimida psixologik xizmatlarni kuchaytirish davlat siyosati darajasiga ko'tarilmoqda. Ushbu ishda bolalarga tibbiy yordam ko'rsatishda klinik psixologiya, ijtimoiy psixologiya va oila psixologiyasi yondashuvlari integratsiyalashgan holda ko'rib chiqildi. Natijalar pediatriya amaliyotida psixologik xizmatlarni yanada kengaytirish, shifokor–bola–oila hamkorligini mustahkamlash zarurligini tasdiqlaydi. Mazkur tezisda bolalarga tibbiy yordam ko'rsatishda individual psixologik xususiyatlarning ahamiyati ilmiy tadqiqotlar, nazariy yondashuvlar va amaliy misollar asosida tahlil qilinadi.

Asosiy qism. Bolaning shaxsiyati juda erta davrlardan shakllana boshlaydi. Uning psixik taraqqiyotida oila muhitining ahamiyati nihoyatda kattadir. Karimova (2003) ta'kidlaganidek, bola sog'lom rivojlanishi uchun oiladagi mehr, tinchlik va ruhiy qo'llab-quvvatlash eng muhim shartdir. Agar oilada doimiy stress, nizolar yoki befarqlik hukm sursa, bu bolaning ruhiy barqarorligiga va hatto jismoniy sog'ligiga ham salbiy ta'sir qiladi. Shu bois shifokorlar bolaga tibbiy yordam ko'rsatishda uning oilaviy muhitini ham hisobga olishlari lozim.

Bola kasal bo'lganda, u ko'pincha qo'rquv, tashvish va og'riqni boshdan kechiradi. Har bir bolaning bu jarayonlarga munosabati turlicha bo'ladi: biri tezda ko'niksa, boshqasi esa tibbiy muolajadan qo'rqadi yoki rad etadi. Karimova (2008) ta'kidlaganidek: “Shifokor bolaning individual xususiyatlarini hisobga olmasa, davolash jarayoni sekinlashadi va bolaning psixologik jarohatlanish xavfi ortadi.”

Shu nuqtai nazardan, individual psixologik xususiyatlarni aniqlash va ularga mos yondashuvni tanlash muhimdir:

Qo'rqoq bolalar- uchun xavfsizlik hissini yaratish va qo'llab-quvvatlash;

Faol bolalar- uchun ularning energiyasini konstruktiv yo'naltirish;

Injiq bolalar- bilan sabr-toqatli muloqot va ishonch muhitini shakllantirish.

Karimovanning ilmiy maktabi vakillari, xususan, oila psixologiyasi bo'yicha tadqiqotlarda ota-onaning ruhiy holati ham katta rol o'ynashini ta'kidlashadi. Agar ota-

ona xavotirli bo'lsa, bu kayfiyat bola ruhiyatiga o'tadi. Aksincha, ota-onaning ijobiy, quvvat beruvchi munosabati bolaning sog'ayishga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi (Karimova, 2010).

Bundan tashqari, bola bilan ishlashda shifokor va psixologning muloqot madaniyati ham muhimdir. Psixolog olimlardan G.B. Shoumarov bolalarda stress va qo'rquvni kamaytirishda mehribon, sokin ohangdagi muloqot, oddiy tushuntirish va ko'rgazmali usullarning samarali ekanligini ko'rsatgan. Shu jihatdan qaraganda, Karimovanning nazariy qarashlari amaliy tadqiqotlar bilan ham tasdiqlanadi.

Individual psixologik xususiyatlarning mazmuni bolaning individual psixologik xususiyatlari deganda temperament, xarakter, emotsional barqarorlik, kognitiv qobiliyatlar va stressga chidamlilik tushuniladi. Masalan, sangvinik tipdagi bolalar yangi sharoitga tezroq moslashadi, flegmatik bolalar esa sokin kuzatuvchan bo'ladi, melanxoliklar tashvishga ko'proq moyil bo'ladi. Bolaning psixologik tayyorgarligi va davolash jarayoni bolaning tibbiy muhitga moslashuvi ko'pincha uning emotsional xavfsizlik hissiga bog'liq. Tibbiy kuzatuvlarga ko'ra, ota-onasi tomonidan psixologik qo'llab-quvvatlangan bolalarda davolanish samaradorligi 30–35% yuqori bo'lgan. (O'zbekiston pediatriya markazi.2021). Shuningdek, Jarrohlikdan oldingi tashvish va qo'rqinchni kamaytirish bolaning sog'ayish tezligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Masalan, AQShdagi Children's Hospital (2020) tadqiqotida psixologik suhbatlar o'tkazilgan bolalarda jarrohlikdan keyin reabilitatsiya muddati 1,5 baravar qisqargan [7].

Individual psixologik yondashuv bolalarga quyidagi klinik foydalarni beradi:

- Stressni kamaytirish – bolaning psixologik xususiyatiga mos muloqot qilish og'riqni yengil qabul qilishiga yordam beradi.
- Davolanishga motivatsiya – o'ziga hurmat bilan yondashilgan bola shifokor bilan hamkorlikka tayyor bo'ladi.

- Psixosomatik bog'liqlik – stress va emotsional beqarorlik immun tizimining faoliyatini susaytiradi (Gan. Selye, 1974) [9]. Shu bois, psixologik qo'llab-quvvatlangan bolalarda sog'ayish jarayoni tezlashadi.

Rossiya Pediatriya psixologiyasi markazi (2019) olib borgan tadqiqotida individual psixologik xususiyatlarga asoslangan qo'llab-quvvatlash dasturi qo'llanilganda davolanishdan qoniqish darajasi 42% ga oshgani aniqlangan [10].

O'zbekiston Milliy pediatriya ilmiy markazining (2022) tadqiqotida 150 nafar bola kuzatilib, ota-onasi davolanish jarayonida faol ishtirok etgan guruhda dori qabul qilish intizomi 28% yuqori bo'lgani qayd etilgan [6].

Bolaning shaxsiyati shakllanishida maktab va do'stlar muhiti ham katta ahamiyatga ega. Oiladan tashqari bolaning ijtimoiy muhitida yuzaga keladigan munosabatlar uning ruhiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, maktabdagi do'stlar bilan munosabatlar, o'qituvchilar bilan bog'liq tajribalar ham bolaning o'zini baholashiga, ijtimoiy ko'nikmalariga ta'sir qiladi. Shu bois, bola bilan ishlashda ta'lim

muhitini ham e'tiborga olish zarur.

Oilaviy muhitdagi mehr-muruvvatning bolalarning o'zini-o'zi boshqarish va stressga chidamliligini oshirishda roli katta. Mehribon ota-ona mehr-muhabbatni faqat so'zda emas, balki amalda ham ko'rsatishi — bola bilan birga vaqt o'tkazishi, uning fikrlarini tinglashi, xatolarini tushunishi ruhiy farovonlikni mustahkamlaydi.

Bolaning shaxsiyati va psixik xususiyatlarini aniqlashda hozirgi kunda psixodiagnostika vositalari keng qo'llaniladi. Masalan, temperamentni baholash uchun "Eysenck shkalasi" yoki "MBTI" kabi testlar yordam beradi. Bu usullar bolaga individual yondashuvni yanada samaraliroq qilish imkonini yaratadi.

Tibbiy muhitda bolalar uchun maxsus mo'ljallangan o'yin terapiyasi, san'at terapiyasi va boshqa psixoterapevtik usullar ko'plab mamlakatlarda joriy etilgan. Bu usullar bolaning stressini kamaytirish, muolaja jarayonini yengillashtirishda samarali hisoblanadi.

Shuningdek, ota-onalarga mo'ljallangan psixologik treninglar va maslahatlar ularning ruhiy holatini yaxshilash hamda bolaning davolanish jarayoniga faolroq ishtirok etishini ta'minlaydi. Ota-ona psixologik barqarorligi bolaning ham sog'ayish jarayonida muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

AQSh va Yevropa mamlakatlarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlari bolalarda faqat ruhiy holatni yaxshilabgina qolmay, balki ularning fiziologik holatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, stressni kamaytirish qon bosimini pasaytiradi, yurak urish tezligini barqarorlashtiradi va immunitetni mustahkamlaydi.

Bundan tashqari, bolaning shaxsiyati va individual psixologik xususiyatlarini chuqurroq o'rganish va baholash uchun multidisipliner yondashuv zarur. Bu jarayonda pediatr, psixolog, ijtimoiy ishchi va o'qituvchi kabi mutaxassislar birgalikda ishlashi lozim. Shunday yondashuv bolaning nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy va ta'lim sohalaridagi ehtiyojlarini ham qamrab olishga yordam beradi.

Zamonaviy texnologiyalar, xususan, virtual reallik (VR) va interaktiv o'yinlar tibbiy muhitda bolalarni stressdan ozod qilishda samarali vosita sifatida sinovdan o'tkazilmoqda. Ushbu usullar bolaning tibbiy jarayonlarga ko'proq moslashishini ta'minlab, uning ruhiy holatini yaxshilaydi.

Shuningdek, ota-ona va tibbiyot xodimlari o'rtasida samarali kommunikatsiya o'rnatilishi bola sog'lig'ini yaxshilashda muhim omil hisoblanadi. Bola uchun ishonchli muhit yaratish — uning kasallik bilan kurashishidagi eng asosiy kuch manbai hisoblanadi.

Kelajakda bolalar sog'lig'ini yaxshilash maqsadida psixologik yondashuvlar va individual terapiya usullarini yanada rivojlantirish, shuningdek, ota-onalarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash bo'yicha dasturlarni kengaytirish muhim vazifalardan biridir.

Xulosa

Bolalarga tibbiy yordam ko‘rsatishda individual psixologik xususiyatlarni hisobga olish samarali davolashning muhim omili hisoblanadi. Temperament, emotsional barqarorlik, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va shifokor–bola o‘rtasidagi ishonchli muloqot davolanish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Shu sababli pediatriya amaliyotida psixologik maslahat, klinik psixolog yordami va oila bilan hamkorlik qilish bo‘yicha tizimli yondashuvni keng tatbiq etish lozim.

Professor Vasila Karimovanning ijtimoiy psixologiya va oila psixologiyasi haqidagi qarashlari bugungi tibbiyotda ham dolzarb bo‘lib, bola ruhiy salomatligi va sog‘ayish jarayonining muhim omili sifatida xizmat qilmoqda. Demak, bolaga nafaqat dori-darmon va muolajalar, balki ruhiy qo‘llab-quvvatlash ham berilishi zarur. Bu esa sog‘lom avlod tarbiyasining kafolatlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. (2003). “Oila psixologiyasi asoslari”. Toshkent: Fan.
2. Karimova V.M. (2008). “Ijtimoiy psixologiya: nazariya va amaliyot”. Toshkent: Universitet.
3. Karimova V.M. (2010). “Bola ruhiy salomatligi va tarbiya muammolari”. Toshkent: O‘qituvchi.
4. Shoumarov G‘.B. (2015). “Stress va uni yengish psixologiyasi”. Toshkent: Innovatsiya ziyo.
2. World Health Organization. (2023). Child and adolescent mental health in hospitals. Geneva.
6. O‘zbekiston Milliy pediatriya ilmiy markazi. (2021–2022). Bolalarda psixologik qo‘llab-quvvatlash samaradorligi tadqiqot hisobotlari. Toshkent.
9. Selye H. (1974). Stress without Distress. Philadelphia: Lippincott.
10. Rossiya Pediatriya psixologiyasi markazi. (2019). Bolalar individual psixologik xususiyatlari va davolanish samaradorligi ilmiy hisobot. Moskva.
11. Bronfenbrenner U. (1979). The Ecology of Human Development. Harvard University Press.

TALABALAR IQTIDORINI TADQIQ ETISHNING PSIXOLOGIK O‘ZIGA XOSLIKLARI

*J.Amirqulov,
Qarshi davlat universiteti “Psixologiya”
kafedrasi o‘qituvchi*

Kirish. Talaba shaxsi tafakkuri, ularning izlanuvchanligi tabiatning insoniyatga bergan ajoyib tuhfasidir. Bunday qobiliyat hamma odamlarda bo‘lishiga shubha yo‘q. Biroq tabiat uni hammaga birdek taqsimlamaydi, balki kimgadir ko‘proq, kimgadir

kamroq, kimgadir esa, ushbu tuhfani kechroq in'om etishi ham tabiiydir. Iqtidorli shaxs muammosi fanlararo tadqiqotlarning predmeti bo'lganligi bois, uni ta'riflashda va ilmiy asoslashda o'ziga xos yondoshuvlar mavjud. Hattoki, iqtidorlilik haqida o'ta qadimiy qarashlar ham uchrab turadi. Bir paytlar Aflotun she'riyat "san'at va bilimdan emas, ilohiy qat'iyat va shiddatli tuyg'udan kelib chiqadi", degan edi [1,174]. Suqrot esa, o'zining o'ziga xos fazilati haqida gapirar ekan, "Mehribon farishta – daholik hamisha menga yordamga keladi" deb ta'kidlab o'tgan [2, 225]. Hozirga kelib, shaxs iqtidorini o'rganishning nazariy va amaliy masalalari tubdan takomillashdi. Fanda iqtidorli shaxsning ta'rifi va o'ziga xosligi bo'yicha turli qarashlarni uchratish mumkin.

Kanadalik olim D.Xebb "genotipik intellekt" tushunchasini ilk bor fanga kiritdi. Bu sof irsiy intellekt tashqi muhit bilan o'zaro ta'sirlashib, keyinchalik "fenotipik intellekt"ni tashkil qiladi. Muallifning so'zlariga ko'ra, genetika va atrof-muhit ta'siri o'rtasidagi nisbat 8: 2 ni tashkil qiladi. Bu yerda 8 - irsiyat, 2 - tashqi muhit. Tadqiqotchi quyidagi xulosaga keladi: aql-zakovat madaniy-ijtimoiy muhit va shaxs tajribasining mahsulidir va bu tajribani assimilyatsiya qilish (to'plash) va undan samarali foydalana olish qobiliyati 80% genotipga bog'liqdir[3,77]. Xudi shu bois, XX asr boshlarida assotsiativ psixologiyada iqtidorlilik muammosiga funksional yondashish vujudga keldi. F.Galton, A.Ben, V.Vundt, D.Mill, G.Spenser, T.Zigen kabi psixologlar intellektual iqtidorga tashxis qo'yish uchun beshta asosiy funksiyani o'lchash va o'rganish kerakligini ta'kidlaydilar. Ya'ni fikrlash, diqqat, iroda, idrok va xotira kabi jarayonlar shular jumlasidandir deb ta'kidlashadilar [4,11]. Nemis olimi V.Shtern aytishicha, umumiy iqtidor aql-zakovatdan farq qiladi, ya'ni umumiy iqtidor bu - shaxsning o'z fikrini ongli ravishda yangi talablar, maqsad va vazifalarni bajarishga yo'naltira olishidir. Maxsus iqtidor - ma'lum bir yo'nalishda maxsus qobiliyatlarni namoyon qilish qobiliyati. Masalan, hunarmandchilik, rasm chizish, she'riyat va boshqalar.

XX asrning 50-60-yillarida "ijodkorlik" tushunchasining psixologiyada keng qo'llanishi, iqtidor tushunchasini ta'riflashni butunlay o'zgartirib yubordi. D.J. Renzullining fikricha, iqtidor uchta bog'liqlik: yuksak intellekt, ijodkorlik va natijaga erishish ishtiyoqi kabi xususiyatlardan tashkil topgan. Ushbu sifatdan biri bo'lmasa, inson iqtidorli shaxs sifatida shakllanmaydi. Inson aql-zakovati yo'qligi sababli yaxshi natijalarga erisha olmaydi. Natijaga erishish istagi bo'lmasa, har qanday faoliyatda yuqori natija bo'lmaydi deb ta'kidlaydi [5, 214]. L.A. Venger, G.V. Burmenskayalarning "Iqtidorli bolalar" kitobida yozilishicha "Agar o'quvchi har qanday ishda, ijodiy ishda yuqori natijaga erishib, tengdoshlaridan ajralib tursa, bunday o'quvchini iqtidorli deb aytish mumkin". Mualliflarning xulosalariga ko'ra, iqtidorli talabalar va o'quvchilarning quyidagi psixologik xususiyatlari mavjud[6, 45]:

- Fikrlashdagi o'ziga xoslik;
- Tez fikrlash, tez natija, tez rivojlanish;

- G‘ayrioddiy qiziqish, ko‘p savollar berish va javob izlash;
- Keng ko‘lamli bilimlarni egallash, yuqori xotira sig‘imiga ega bo‘lish.
- Ichki his-tuyg‘ularning xususiyatlari:
- Ma‘lumotlarga nisbatan yuqori sezgirlik yoki idrok etish tezligi. Demak, iqtidorli o‘quvchi yoki talabalar o‘z tengqurlaridan nafaqat kognitiv faolligi bilan balki, biror sohaga bo‘lgan yuqori motivatsiya darajasi bilan ham ajralib turadi. Ammo iqtidor tushunchasini tushuntirishda qobiliyat va layoqatlar masalasi ham chet qolib ketmasligi lozim. Chunki ushbu uch xususiyatlar bir-biri bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, biri ikkinchisini ta‘minlovchi psixologik unsurlardir. Qobiliyat inson sifatleri bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, u kuchli e‘tiqod va ishonch, kuchli iroda, barqaror xarakter, diqqat, mehnatevarlik, o‘ziga kuchli talablar qo‘yish kabi fazilatlar iste‘dodga aylanadi. Qobiliyatga yaqin bo‘lgan xususiyat bu moyillik (layoqat) bo‘lib, u shaxsning muayyan faoliyat bilan shug‘ullanishga, unga alohida e‘tibor qaratishga bo‘lgan belgilardir.

Boladagi iqtidorning alohida sifatini o‘rgangan N. S. Leytes qobiliyatga “faoliyatning muayyan turida muvaffaqiyatga olib keladigan psixologik sifat” deb ta‘rif beradi[7,13-18]. Bundan kelib chiqadiki, faoliyat va o‘z-o‘zini tartibga solish aqliy qobiliyatning zaruriy shartidir.

Qobiliyat muayyan faoliyat turi bilan shug‘ullanish imkonini beruvchi moyillikda kuzatiladi. “Moyillik – shaxsning harakatga burilishi, unga ye‘tibor qaratishi, qobiliyatlarning uyg‘onishining birinchi belgisi” deb yozadi. Mallifning aytishicha, iqtidorli bolalar va yoshlarni aniqlash, ularni o‘qitish va rivojlantirish konsepsiyasi quyidagi g‘oyalarga asoslanishi kerak:

- Iqtidorli bolalarni ijtimoiy-huquqiy himoya qilishni insonparvarlashtirish va demokratlashtirish;
- Iqtidorli bolalarni aniqlash va ular bilan ishlashda biologik va ijtimoiy omillarni hisobga olish;
- Mamlakatlarda iqtidorli bolalar va yoshlar bilan ishlash tizimini markazlashtirish va mustaqil boshqarish o‘rtasidagi uyg‘unlik va bog‘liqlik ta‘minlash;
- Iqtidorli yoshlar bilan ishlash tizimini boshqarishning davlat va jamoat tashkiliy tuzilmalarining birligi;
- Iqtidorli yoshlarni tanlashda psixodiagnostik usullar majmuasidan keng foydalanish;
- Iqtidorli bolalar va talabalar bilan ishlash bo‘yicha o‘qituvchilarning maxsus tayyorgarligi.
- Iqtidorli yoshlarni jamiyatning ilmiy kelajagi sifatida erta e‘tirof etish va hokazo.

Yuqorilagilardan farqli o‘laroq, Yu.D.Babaeva iqtidorni “shaxs – muhit” tizimida asta-sekin yuzaga keladigan xususiyat sifatida tushuntiradilar. Ya‘ni iqtidorli yoshlar bilan ishlashda ularning o‘sishi bilan istidorlilik belgisining yo‘qolishlarini hisobga olish lozim[8, 66].

Iqtidorli yoshlar ayniqsa, ijtimoiy moslashuv davrida xarakterining o‘ziga xosligi bilan alohida ajralib turadi. Noyob qobiliyati tufayli iqtidorli yoshlar har doim standart hayotiy vaziyatlarga moslasha olmaydi va ko‘pincha nizolar paydo bo‘ladi.

Hozirgi psixologiyada shaxs iqtidorini tushuntiruvchi ko‘plab nazariy yondoshuvlar mavjud bo‘lib, ular orqali ayrim tadqiqotlar iqtidorli shaxslarning psixologik xususiyatlarini tushuntiruvchi o‘ziga xos modellar ishlab chiqishgan.

A.I.Sovenkov o‘zining “iqtidorli shaxs” modelida asosiy komponentlar sanalgan motivatsiya yoki orientatsiya, ijodkorlik kabi psixologik darajalarni, o‘rtachadan yuqori bo‘lgan qobiliyat turlari deb ta’kidlaydi va iqtidorli yoshlarga xos quyidagi psixologik xususiyatlarni ajratib o‘tadi[9,77]:

- Bilimga aniq qiziqish;
- Quvonch va qoniqish keltiradigan qat’iyatlilik va mehnatsevarlik bilan birga keladigan aqliy faoliyat;
- O‘z-o‘zini tarbiyalash, ijodiy tadqiqot faoliyatiga intilish va qiziqish;
- O‘quv mashg‘ulotlari va maktabdan tashqari tadbirlarning turli shakllarida ishtirok etishga intilish;
- O‘z-o‘zini baholash, rivojlantirish, o‘z-o‘zini anglash, o‘z-o‘zini takomillashtirish, o‘z harakatlarini o‘z-o‘zini baholash kabilarga bo‘lgan qobiliyat;
- Ixtiyoriy bosimga, bashorat qilishga, g‘oyalarni yaratishga, diqqatni jamlashga tayyorlikning yuqori darajasi;
- Individuallik, tezkor fikrlash, xulq-atvor vazifalarini hal qilish qobiliyati.
- Shaxsiy mas’uliyatning ongli namoyon bo‘lishi;
- Yuqori darajadagi ta’sirchanlik, sezgirlik va itoatkorlikning mavjudligi va hokazo. Demak, shaxs iqtidorini empirik jihatdan tadqiq etish, murakkab vazifa sanalib, u har bir mutaxassis psixologlar uchun dolzarb vazifalar yuklaydi. Chunki, iqtidorlilikning turlari ko‘p bo‘lganligi bois, ularni aniqlashning psixodiagnostik testlari, anketalari va metodik aparati ham xilma -xil bo‘lishi lozim sanaladi. Ya’ni qobiliyatlarni aniqlash testi, intellekt darajasini baholash so‘rovnomalari, umumiy savodxonlik testlari, psixosotsial xususiyatlarni aniqlash metodikalari kabilardan keng foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Ta’kid joizki, iqtidorli yoshlarni o‘qitish va tarbiyalashda har bir pedagoglarning o‘rni o‘ta muhim hisoblanadi. O‘qituvchining yuksak kasbiy saviyasi nafaqat fanni chuqur bilish bilan, balki ijodkor shaxsni tarbiyalash mahorati bilan ham xarakterlanadi. O‘qituvchi o‘quvchilarni innovatsion tarzda ijodiy jarayonga safarbar eta olishi, ularning faolligini, mustaqilligini, tashabbuskorligini o‘z vaqtida rag‘batlantira olishi kerak. Shu bilan birga, o‘z fanini tezkor o‘zlashtirishning psixologik xususiyatlarini, o‘quvchilarning individual kognitiv imkoniyatlarini yaxshi bilishi, o‘z diqqatini to‘g‘ri taqsimlay olishi, o‘quvchilar bilan o‘zaro munosabat usullarini yaxshi rejalashtira olish mahorati, kognitiv jarayonning borishini bashorat qila olish, uning natijasini ko‘rish qobiliyati kabi sifatlarga ham ega bo‘lishi lozim.

Xotima qilib aytganda, iqtidor – shaxsning har tomonlama rivojlanish manbai, shaxsning tafakkur darajasi va o'ziga xos faolligini keltirib chiqaradigan individual qobiliyatlarning eng yuqori rivojlanish natijasidir. Iqtidorli yoshlar ta'lim jarayonida, boshqa tengdoshlaridan o'zlarining diqqatlilik, tez fikrlash, tez natijalarga erishish, tez rivojlanish, g'ayrioddiy qiziquvchanlik, ko'p savol berish va javob topishdagi talabchanlik, keng bilimlarni egallash, yuqori xotira, intellektual rivojlanishning o'ziga xos tezligi, bilim va yangi narsalarni yaxshi ko'radigan, olingan bilimlarni istalgan vaqtda eslay oluvchi va undan samarali foydalana oladigan yoshlardir. Zamonaviy psixologiyaeng eng asosiy maqsadlaridan biri bu, har bir o'quvchining individual xususiyatlarini rivojlantirish, ularning qobiliyatlarini hisobga olgan holda, iqtidorlilik uchun alohida shart-sharoitlarni yaratishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Донских, О.А. Античная философия. Мифология в зеркале рефлексии / О.А. Донских. - Москва: Огни, 2010. – 535 с.
2. Античная философия. Энциклопедический словарь. - М.: Прогресс-традиция, 2015. – 896 с.
3. Hebb D. The organization of behavior. New York: Wiley. (Reprint) 2010 . – PP.152.
4. Гальтон Ф. Наследственность таланта, ее законы и последствия. М.: Мысль, 1996. – 272 с.
5. Дж. Рензулли. Модель обогащающего школьного обучения: практическая программа стимулирования одаренности детей // Особенности современные концепции творчества и одаренности. М., Молодая гвардия, М. 2014 . – С.214-242.
6. Венгер Л.А.Психология: учебное пособие / Л.А. Венгер, В.С. Мухина. - М.: Просвещение, 2006. – 347с.
7. Лейтес Н.С О признаках детской одаренности// Вопросы психологии. - 2003. – №4. - с. 13 - 18.
8. Бабаева Ю.Д. Психология одаренности детей и подростков / Ю.Д.Бабаева, Н.А. Лейтис. М., 1996. – 408 с.
9. Савенков А. И. Психология детской одаренности: учебник. - 2-е изд, испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 440 с.

THE INFLUENCE OF THE MOTHER WITH THE PSYCHOPATHIC CHARACTER ON THE DEVELOPMENT OF THE PSYCHE OF THE CHILD

Askarova Nargiza Abdivaliyevna. Doctor of Philosophy (PhD) Docent of Pedagogy and Psychology of Tashkent State Medical University

The development process is determined not by the child, but by society, while the central figure for children of infancy is the mother, and in subsequent years it is impossible to overestimate the role of the family. Among the main factors of the environment, in recent decades, adversely affecting the normal mental development of the child, the destruction of the culture of the family and the loss of maternal behavior skills should be noted, therefore, the tasks of reviving and educating family traditions, preserving the continuity of the national culture of family education become extremely relevant. The influence of mothers on the development and mental health of children cannot be overestimated. However, when it comes to mothers with psychopathic features, the consequences for the child can be especially severe and long. The psyche of the child, in need of reflection and love, often encounters instead with negative aspects, such as insensibility, manipulative behavior, lack of compassion and emotional depth. Seeing, care and warmth are alien to such a child.

G. Newfeld and G. Mate notes that natural parental instincts are laid down by nature and aimed at creating a healthy generation, and hence the development of the human race as a whole. However, raising children has never been an easy occupation, and, sometimes, solving problems and not to miss a child is extremely difficult. Often problems arise not because of the child or his parents, but due to attitude towards him. The parent can become biologically, as a result of marriage or adoption, but exclusively mutual communication can maintain relations in the family. If the connection between parents and children is strong, obstacles in the dialogue are easily avoided. From this understanding and sincere interest of parents in raising children, natural knowledge is born - a source of successful education. Nevertheless, the family often has to deal with situations that negatively affect the general atmosphere in the house, and it, in turn, extremely destructively affects the plastic children's psyche. The point is that the problem may also be caused by the orientation of the child on peers. Orientation on peers can interfere with the healthy development of personality, since children cannot know what they need, although they know what they want, in addition, their perception of the real world differs from brutal reality, for them the boundaries of responsibility are blurred and far from clear. For the first time, these ideas were nominated by an American psychologist, Dr. James Coleman in the 1960s, noting that any negative impact, whether it is an atmosphere in the family or the influence of peers, can lead to serious mental disorders.

Emotional instability. Children of mothers with psychopathic features often face emotional instability. Such mothers can show extreme emotional reactions: from excessive love and attentiveness to complete ignoring and coldness. This creates a child's sense of emotional chaos, making his psyche vulnerable. In children, an alarming attitude to the world is formed - they cannot predict what exactly expects them from the mother at the next moment.

Manipulation and control. A psychopathic mother can use manipulations as a

method of control. Often, such mothers involuntarily educate in their children the need to please, which affects their self-esteem and self-confidence. The child may begin to feel that his value depends on his abilities to satisfy the needs of the mother, and not on his own qualities and achievements. This can lead to the formation of dependent personal patterns in the future. A person will unconsciously strive to "adapt" to another, ignoring his needs and constantly afraid to show himself the true, relax and trust.

Use as an attribute of love. The grown children of psychopaths realize that they were often used in order to get certain benefits. For example, to receive benefits, financial support from relatives "to a child for gifts and clothes" that they assigned to themselves. The child could be given to the exhausting sport to the sadistic coach or other classes, without taking into account his interests - all for the sake of brilliant results that the mother could boast of. At the same time, any attempts to "jump" with use were punishable by flashes of rage or rejection, coldness and ignoring. Thus, a person assimilates for himself the connection of a warm attitude, love with use and sometimes unconsciously "offers himself to use" as a sign of love and trust. And then, being used, but without receiving returns, he faces pain and devastation, which he organized for himself.

Lack of empathy. Psychopathic mother's figure is often not able to show real empathy. Children growing in such conditions may not learn how to correctly identify and express their emotions. This causes problems in interpersonal relationships in adulthood. The inability to sympathize and understand the emotions of others can lead to loneliness and isolation. It is difficult for a person to understand his inner world, and, therefore, convey his needs and feelings to another. The productive dialogue becomes difficult, instead of him a person can either swear, in affecting the other to fluff, or run away, breaking off contact.

The formation of a negative model of relations. Mothers with psychopathic features can direct children to the path of forming distorted models of relationships. Children can perceive manipulations and aggression as a norm in a relationship. In adulthood, they can repeat these models, becoming either manipulators or victims in their interactions. But more often they choose such a partner with whom they can alternately feel in both roles.

Psychosomatic disorders. It is observed that children with psychopathic features often suffer from psychosomatic diseases. The stress and anxiety caused by the instability of the home environment can manifest itself in the form of physical ailments - headaches, digestive disorders and other symptoms. This is a fairly serious aspect that requires the attention of doctors and psychologists.

The inability to build healthy boundaries. Children of mothers with psychopathic features often have problems with borders. Mother may not understand the importance of personal space, which makes the child feel unacceptable and unimportant. This can cause difficulties in building a healthy relationship in adulthood. A person

strives for a merger, expecting a complete correspondence from a partner, a complete coincidence in desires and views. Almost so, it means that this is not the same person and it is necessary to break the relationship with him. Either the merger, or nothing.

Thus, the influence of the mother with the psychopathic features on the psyche of the child is a multi -factor and complex process. This can lead to serious problems in the emotional sphere and interpersonal relationships. It is important to realize that such situations require professional assistance for both children and mothers. Psychotherapy can be an important step towards restoring and improving mental health. While some stressful factors associated with the symptoms of mental disorders are inevitable, how parents cope with stressful situations, can be influenced, for example, with the help of teaching effective skills to overcome stress and psychotherapeutic interventions for adults. In addition, it is important to understand what behavior when overcoming stress can be considered adaptive, and which is non -adaptive, since the way parents cope with stress has significant consequences not only for themselves, but also for the mental health of their children. It can also help in the development of effective psychological and supportive measures for parents aimed at changing the attitude to the disease and contributing to the formation of adaptive strategies for overcoming difficulties, which will ultimately improve the mental health and quality of the family's life.

Cognitive and behavioral strategies for overcoming difficulties are usually aimed at reducing or managing situational requirements that exceed human capabilities. Coping methods can be directed directly to the source of stress-copy, focused on the problem, to attempt to regulate emotions-coping, focused on emotions, on the search for social support or to avoid threatening situations by mental and physical removal from them. It is not easy to deal with symptoms of mental disorders and their larger consequences, and often this process lasts all life. Parents with mental disorders have to cope with a double load: to treat a mental disorder and educate children. Problems with reference can be related to the diagnosis and treatment, stigmatization, difficulties in interpersonal relationships, a decrease in social support, parental responsibilities and guardianship issues.

Thus, the consequences of psychopathic disorders affect various spheres of human life. If a person's disorder is detected in a person in early childhood, then timely psychocorrection can help prevent the development of a serious personality disorder in adulthood. According to the material investigated, it was revealed that psychological difficulties, as well as temporary emotional disorders and behavior disorders are quite common in most children. Family conflicts, a lack of love, the death of one of the parents or divorce, the upbringing of cruelty and spirituality in an atmosphere or complete indifference is the circumstances that injure the children's psyche, and later leading to the development of mental disorders and serious diseases.

LITERATURE

1. Askarova N.A. (2025). PSIXOPATIK XUSUSIYATLI ONALAR MUNOSABATINING BOLA PSIXIK TARAQQIYOTIGA TA'SIRI . Inter Education & Global Study, (4).
2. Интервью З.Кекелидзе в программе «Угол зрения» (группа «Эксперт») // «Эксперт Online», 16.03.2010 г.
3. Скрипкарь М.В. Понятие и классификация социальных регуляторов // Вопросы управления. 2011. № 16. С. 197-201.
4. Скрипкарь М.В. Поливариантность социологических категорий (на примере трактовок понятия «социализация») // Вестник Забайкальского государственного университета. 2012. № 1. С. 105-110.

OILADA BOLA TARBIYASIGA OILA MUHITINING TA'SIRI

Asranboyeva Munajat Halimjanovna

NamDPI professori, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Kirish. Barkamol inson tarbiyasini tashkil etish azal-azaldan xalqimizning ezgu orzusi, ijtimoiy jamiyatning muhim talabi va asosiy maqsadi, millat ma'naviyatining uzviy bir qismi bo'lib kelgan. Bu g'oya nafaqat alohida shaxslarni, balki butun-butun xalqlarni yuksak taraqqiyot sari boshlagan, ularni ma'naviyat va ma'rifat sohasida ulkan yutuqlarga erishishga undagan. Komillikni orzu qilmagan, barkamol avlodni tarbiyalab voyaga yetkazish haqida qayg'urmagan xalqning, millatning kelajagi yo'q. SHu bois, mamlakatimizda ma'naviy-axloqiy qadriyatlarning ahamiyati tobora o'sib borayotganligi ma'naviy barkamol avlodni tarbiyalashni muhim masala sifatida kun tartibiga qo'yimoqda.

O'zbekistonning buyuk kelajagini bunyod etish asosan bugungi yosh avlodning zimmasida ekan, ularni bilimli, madaniyatli, mehnatsevar, tashabbuskor, izlanuvchan etib shakllantirish hayot tajribasiga ega, qiyinchiliklarda toblangan yoshi ulug'larimiz, faxriylarimizning, shu bilan birga mazkur ishga da'vat etilgan tarbiyachilar, muallimlar, olimlarning va umuman barchaning asosiy vazifasi bo'lib qoladi. Bu borada yoshlar tarbiyasi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Yoshlar muammolari instituti, iste'dodlarni tanlash markazlarining tashkil etilishi yoshlarni ma'naviy va jismoniy shakllantirish, iqtidorli yoshlarni tanlash, rag'batlantirish borasida davlatimiz olib borayotgan siyosatning namunasidir.

Yoshlar jamiyatda sodir bo'ladigan har qanday voqeliklarga o'zgacha, ruhiy his-kechinmalar doirasida munosabat bildiradilar, qiyinchiliklar vujudga kelganda esa ehtirolarga beriladilar. SHuning uchun bizning oldimizda turgan muhim masala – yoshlarni to'g'ri yo'lga boshlash, bunda oiladagi tarbiya bilan birgalikda jamoatchilikning uzviy hamkorligini ta'minlash taqozo etiladi.

Oilalardagi psixologik muhitni sog'lomlashtirish, ota-onalarning psixologik-pedagogik savodxonligini rivojlantirish ertangi kunimizning davomchilari bo'lgan

sog'lom avlodni tarbiyalashdek muhim vazifani samarali amalga oshirishning eng asosiy omilidir.

Oilaviy qadriyatlarning bir-biriga mos kelishi, funktsional-rolli o'zaro muvofiqlik, ijtimoiy – rolli adekvatlik, mikroijtimoiy munosabatlarga moslashuvchanlik, emotsional to'yinganlik, oilaviy munosabatlarni uzoq muddat davom etishiga intilish va boshqalar oilaning psixologik salomatligini kompleks tarzda baholash mezonlari hisoblanadi [1].

Oiladagi muhim masalalardan biri bo'lmish emotsional qo'llab-quvvatlashning muvaffaqiyatli kechishi eng avvalo, oila a'zolarining yaqinlari bilan shaxslararo munosabatlari hamda ulardagi emotsional fonning qulayligini saqlab qolishiga intilishlariga bog'liqdir. Oilaviy munosabatlarga moslashish oilaning kattalarni ish kunidan so'ng oilani ijtimoiy-psixologik muhitiga moslasha olishi bilan tavsiflanadi.

Har qanday sog'lom oilaning ajralmas qismi – bu oilaviy maqsadlarning yagonaligidir. Maqsadga erishish usullarini tanlash va uning shakllanishi hamda kutilayotgan natijalarda har bir oila a'zosining ehtiyojlari, qiziqishlari, intilishlari, istak-xoxishlari va ustanovkalari namoyon bo'ladi. Uzoq umr birga bo'lishga intilish doimo oilaviy maqsadlarga qiziqish, ularni aqlan rejalashtirish va maqsadga erishishi uchun butun oila a'zolari faolligining ta'minlashni o'zida mujassamlashtiradi.

Oilaviy yakdillik – bu oilaning emotsional va kognitiv “Biz”idir. Oilaviy yakdillik shaxsning o'z-o'zini anglashi bilan bog'liq va “Biz”ga qarshi “Men”ni namoyon qilishi mumkin. Oilaning barqarorligi “o'zgarishlardagi o'zini saqlab qolish” bilan bir xil bo'lib, keyinchalik taraqqiy etish uchun oilaviy nizolarni nazorat qilish va hayotiy o'zgarishlarga moslasha olishi, oilaviy yakdillikni saqlay olishi bilan tavsiflanadi.

Zardushtiylikning qadimgi kitobi–“Avesto”da oila muqaddas dargoh ekanligi, oila barqarorligida er-xotinning farzand tarbiyasi to'g'risidagi bir qator fikrlar bayon etilgan.

XI asr buyuk mutafakkiri Yusuf Xos Hojib o'zining “Qutadg'u bilig”–“Saodatga boshlovchi bilim” kitobida farzand ko'rish va unga tarbiya berish har bir inson uchun buyuk baxtdir. Lekin, bu narsa ota–onaga juda katta mas'uliyat yuklaydi, uning uddasidan chiqmoq har bir ota–ona uchun ham farz, ham qarzdir – deydi. Olim oilaviy tarbiya bola axloqiy taraqqiyotining asosi deb hisoblagan.

Rus psixologi V.I.Silevanov oilada shaxsni shakllantirish jarayonini o'rganib, baxtli bolalik-bu oiladagi quvonchli hamjihatlikning hamda ota-onaning o'z bolalariga g'amxo'rligining samarisidir degan xulosaga keladi [2].

A.Y.Varga va V.V.Stolinning fikriga ko'ra, “ota-ona munosabati”-bu bolaga bo'lgan rang-barang tuyg'ular tizimi, xulq-atvor streotiplari, ular bilan muloqot ular bilan muloqot qilish amaliyoti bola shaxsi uning xulqi xarakterini tushunish va qabul qilish xususiyatidir [3].

Hozirgi kunda psixologlar sotsiologlar va keng jamoatchilik tomonidan oila va

oilaviy tarbiya muammosi dolzarb masala sifatida e’tirof etib kelinmoqda. Jumladan E.G’oziev, V.M.Karimova, B.K.Qodirov, N.Sog’inov G’.Shoumarov singari psixologlar tomonidan o‘zbek oilalarining ijtimoiy-psixologik masalalariga doir tadqiqotlar olib borilgan [4].

Psixolog M.M.Raximova va L.S.Luchanskaya oilaviy munosabatlarning bolalar soni va ota-ona bilan bolalar muloqotiga bog‘liqligini tahlil qiladilar.

V.M.Karimovanning “Yoshlarda o‘zbek oilasi haqidagi ijtimoiy tasavvurlar” deb nomlangan ilmiy ishida o‘zbek oilasidagi ijtimoiy tasavvurlarning turli guruhlarda namoyon bo‘lishini empirik jihatlariga asoslanib tadqiq etiladi va oila to‘g‘risidagi ijtimoiy tasavvurlar shaxsning oilaviy munosabatlar doirasidagi xulq-atvorni boshqaruvchi va aniq sharoitlarga moslashtiruvchi vazifalarni bajarishini ilmiy asoslab berishga harakat qiladi. Shuningdek, empirik tadqiqot jarayonida oilaviy ijtimoiy tasavvurlarning turli yosh va jins guruhlarida o‘ziga xos tarzda namoyon bo‘lishi, hamda ularning shaxs va guruhlarining hayot tarzi, ma’lumot darajasi, kasb-kori va hayotiy tajribasiga bog‘liqligi isbot qilinadi. Unda birinchi marta o‘zbek ayoli va erkakning oiladagi psixologik mavqei, er-xotin munosabatlarining bolalar tarbiyasi va oilada tutgan o‘rinlari taqsimotiga ta’siri, yoshlarda to‘g‘ri maqbul oilaviy ijtimoiy tasavvurlarning shakllanish shart-sharoitlari va psixologik omillari yoritildi.

Professor E.G’oziev boshchiligida Toshkent Davlat Universitetida o‘tkazilgan qator ilmiy tadqiqot ishlari oilada bola tarbiyasining etnopsixologik muammolariga bag‘ishlangan [5]. O‘zbek oilasida tarbiya mohiyati mazmuni tarbiyaning kundalik va istiqbol rejalarga bolalarga ta’sir o‘tkazish vositalarini tanlash va undan unumli foydalanish o‘ziga xos xususiyatga ega. Chunki uning asosida xalq an’analari yotadi-deb yozadi muallif o‘zbek xalqining etnopsixologiyasidan unumli foydalanishdan iborat. Har tomonlama taraqqiy etgan inson shaxsini tarkib toptirishda muhim rol o‘ynaydi.

Maqolada sog‘lom bola ma’naviyatini shakllanishiga oila muhitining ta’siri haqida fikr yuritilgan. Shuningdek, oilaviy vaziyatni, bola shaxsiga nisbatan ota-ona munosabatini o‘rganish maqsadida tajriba-sinov ishlari tashkil etilib, tadqiqot natijalari bayon etilgan. Oilada bola shaxsida o‘z-o‘zini anglashni rivojlantirish maqsadida ota-onalar va o‘qituvchilarga tavsiyalar ishlab chiqildi.

Biz yoshlarimizning ma’naviy tarbiyasida oilaning ta’sirini ular ongida aks etganlik darajasini o‘rganish maqsadida “Qanday oilalarda ma’naviy sog‘lom farzandlar tarbiyalanadilar?” degan savolnoma bilan oliygohda tahsil olayotgan talabalarga murojaat qildik. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari quyidagi jadvalda ko‘rsatilgan.

“Qanday oilalarda ma’naviy sog‘lom farzandlar tarbiyalanadilar?” (% da)

Javoblar:	%

Mehnatkash va halol oilalarda	50,7
Inoq va tinch oilalarda	38,9
Ma’naviy sog’lom oilalarda	37,8
Ziyoli oilalarda	21,3
Ko‘p bolali oilalarda	3,9
Dindor oilalarda	3,3
Boshqa javob	1,0

Jadvalda kuzatiladigandek, aksariyat yoshlarimiz mehnatkash, halol, inoq, tinch, ma’naviy sog’lom oilalarda ma’naviy yetuk farzandlarning voyaga yetishi va tarbiyalanishini ma’qul deb olganlar. Biz yoshlarning yaxshi oilaga nisbatan psixologik ustanovkalari yuqori ekanligini bilib oldik. SHuningdek qaysi ijtimoiy ta’sir shaxsning ma’naviyatiga ta’siri qanday bo‘lishini ham qay darajada o‘rganilganligi bilan qiziqqanimizda shunday tadqiqotlarga duch keldik. Talaba-yoshlarga psixolog olimlarimiz tomonidan “Sizning fikringizcha, bizning jamiyatda inson ma’naviyatiga nima eng ko‘p darajada ta’sir ko‘rsatadi?” savolini berilgan. Unga ko‘ra olingan javoblarda oila barcha ijtimoiy maskanlar orasida eng yuqori darajada shaxs ma’naviyatiga ta’sir etishi tan olingan. SHuning uchun oila maskani, uning ma’naviy muhiti, unda voyaga yetayotgan farzandning jismoniy sog’lom bo‘lishi, ma’nan yuksak bo‘lishi, aqlan kamolga yetishi masalalari doimo jamiyat miqyosida eng muhim masalalardan biri ekanligini ham angladik. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari quyidagi jadvalda ko‘rsatilgan.

“Sizning fikringizcha, bizning jamiyatda inson ma’naviyatiga nima eng ko‘p darajada ta’sir ko‘rsatadi?” (% da)

Javoblar:	%		
		Televidenie	28,1
Oila	77,1	Matbuot	7,2
Mahalla	43,2	Din	6,8
Ta’lim muassasasi	43,1	Adabiyot	3,4
Ijtimoiy muhit	36,9	Kino, teatr	2,2

Demak, shaxs ma’naviyatini shakllantiradigan omillar orasida oila va oilaviy tarbiya, mahalla, ta’lim-tarbiya tizimi maskanlari hamda ijtimoiy muhit ta’siri yuqori ekan-da.

O‘zbekiston Respublikasining Prezidenti Sh. Mirziyoyev barkamol shaxsni shakllantirish ishining hayotiy zarurati va dolzarbligi haqida gapirar ekan, “Inson shaxsini, uning yuksak ma’naviy fazilatlarini kamol toptirish, milliy istiqloq mafkurasini shakllantirish, yosh avlodni boy madaniy merosimiz hamda tarixiy qadriyatlarimizga hurmat-e’tibor, mustaqil Vatanimizga mehr-muhabbat ruhida tarbiyalash talablari oldimizga muhim vazifalarni qo‘ymoqda”, deb alohida ta’kidlaydilar. Bu vazifalar,

birinchi navbatda kelajakning bunyodkorlari bo'lmish yosh avlodning bilim olish, yuqori malakali kadrlar bo'lib o'z yurti va halqiga sitqidildan mehnat qilish, ozod yurt ravnaqi va baxt-saodati uchun halol mehnat qilishga o'rgatishni nazarda tutadi. Zero, mustaqillik aynan fidoiy, o'z Vatani manfaatlariga g'oyat sadoqatli, yuqori malakali kadrlarning jamiyatni boshqarishini taqozo etadi-deydi [6].

Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagi tamoyillarga asoslanish lozimligi tavsiya etiladi. Jumladan;

- ** Yoshlarda ijobiy xulq-atvor va xarakter xislatlarini shakllantirishga yo'naltirilgan tarbiyaviy jarayonni tashkil etish.
- ** Psixolog yoshlardagi eng yaxshi insoniy fazilatlarni ko'ra olishi va ularda o'ziga ishonish, o'z xulqini o'zi yaxshilash motivlarini shakllantirishi zarur.
- ** Yoshlarni o'zlaridagi ijobiy xarakter hislatlarini anglashini rag'batlantirish.
- ** Yoshlarni o'z xulq-atvorini o'zi baholashga o'rgatib borish.
- ** Yoshlar oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarishda erishgan yutuqlarini rag'batlantirish.
- ** Yoshlarni kasbga bo'lgan qiziqishlarini oshirish.
- ** Yoshlarni bo'sh vaqtlarini to'g'ri tashkil etishlarini nazorat qilish.
- ** Yoshlarga tarbiya berishning optimal strategiyasini aniqlash.
- ** Yoshlarni oilaviy hayotga har tomonlama: psixologik, huquqiy, tibbiy, ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy va ma'rifiy jixatdan tayyorlab borish.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Акрамова Ф.А. “Оилада муомалани ташкил этиш психологияси” Т.: “Шамс АСА” 2006. 90-бет.
2. Каримова В.М. Оилавий ҳаёт психологияси Т.: 2006 172 бет
3. Салаева М.С. “Ўзбек оилаларида ота-она ўзаро муносабатларининг ижтимоий психологик хусусиятлари” Автореферат Т-2005
4. Файзиева М, Жабборов А “Оилавий муносабатлар психологияси” Т.: “Янги аср авлоди” 2007.
5. Xalimjanovna, A. M. (2022). MANIFESTATIONS OF STRESS IN PROFESSIONAL ACTIVITY AND WAYS TO ELIMINATE IT. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(11), 841-844.
6. Badritdinova, M. B. (2019). HE DEVELOPMENT OF METAMETHODS ASSOCIATED WITH COGNITIVE METHODS. Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology, 1(6), 483-489.

BO'LAJAK RSIXOLOGLARDA ALTRUISTIK XULQ MOTIVLARINI RIVOJLANGANLIGINING GENDER FARQLARI

Atabayeva N.B.,

O'zMPU, psixologiya fanlari doktori, professor.

Nusratova M.B.,

BuxDU, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dosent

Kirish Respublikamizda so'nggi yillarda «Vatan taqdirini yoshlar tarbiyasi hal qiladi»¹¹ tamoyiliga ko'ra, Yangi O'zbekiston yoshlarini ijod, ilm, ta'lim-tarbiyada peshqadam qilib tarbiyalashning konseptual g'oyalari bo'yicha zarur huquqiy-me'yoriy asoslar yaratilib, «yoshlarni Vatanparvarlik, fuqarolik tuyg'usi, bag'rikenglik, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat ruhida, zararli ta'sirlar va oqimlarga qarshi tura oladigan, hayotga bo'lgan qat'iy ishonch va qarashlarga ega qilib tarbiyalash»¹² ustuvor vazifa sifatida belgilangan. Bu borada shaxsning axloqiy sifatlarini tarbiyalash, altruistik xulq-avtoring shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni jihatlarini aniqlash, altruistik kechinmalar namoyon bo'lishini tadqiq etish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Shunga ko'ra, bugungi kun yoshlarining altruistik motivlarini rivojlantirish muhimdir.

Natijalar Bizga ma'lumki, bo'lajak psixologlar shaxslararo munosabatlar hamda kasbiy shakllanish jarayonining sub'ekti sifatida muayyan bir guruh, jamiyat, etnos a'zosidir. Har bir guruh, jamiyat, millat shaxsning shakllanishiga o'ziga xos tarzda ta'sir etadi va uning ijtimoiy dunyoqarashi, axloqiy tamoyillarini shakllanishiga ta'sir etadi. Shaxsdagi altruistik xulq motivlarining reprezentatsiyalanishi ham aynan ijtimoiy ta'sir mexanizmlarini shaxs tomonidan anglanilganligi hamda axloqiy tushunchalar tizimini shakllanganlik darajasiga bog'liqdir.

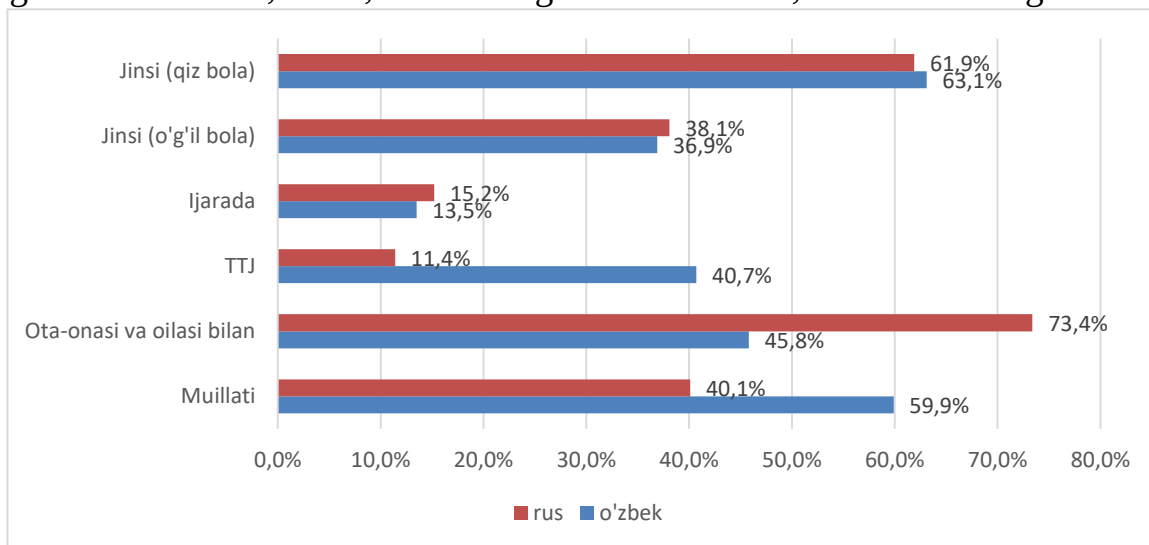
Yuqoridagi mulohazalardan kelib chiqqan holda, tadqiqotimizda sinaluvchilar guruhlarida maxsus ijtimoiy-psixologik mualliflik so'rovnomasi yordamida so'rov o'tkazildi.

Tadqiqot vazifalaridan kelib chiqqan holda mazkur so'rov jami 262 nafar (157 nafar o'zbek va 105 nafar rus) bo'lajak psixologlar bilan o'tkazildi. Tadqiqotga jalb etilgan respodentlarning 98 nafari o'g'il (shundan, 58 nafari o'zbek, 40 nafari rus), 164 nafari qiz bolalar (shundan, 99 nafari o'zbek, 65 nafari rus)ni tashkil etadi. Tadqiqot ob'ekti sifatida Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetining 96 nafar (shundan, 25 nafari rus), Buxoro davlat universitetining 112 nafar (shundan, 80 nafari rus), Qarshi davlat universitetining 54 nafar psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalari jalb qilingan. Jumladan, so'rovnomaning birinchi qismida sinaluvchilar yoshi, millati, yashash sharoiti kabi ma'lumotlar qayd etildi. So'rov natijalariga ko'ra,

¹¹ O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning «O'qituvchi va murabbiylar kuni»ga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi. 2020 yil 30 sentyabr. - <https://uza.uz/uz/posts/uzbekiston-respublikasi-prezidenti-shavkat-mirziyeevning-ituv-30-09-2020>

¹² O'zbekiston Respublikasining «Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida»gi Qonuni O'RQ-406. - <https://lex.uz/docs/-3026246>

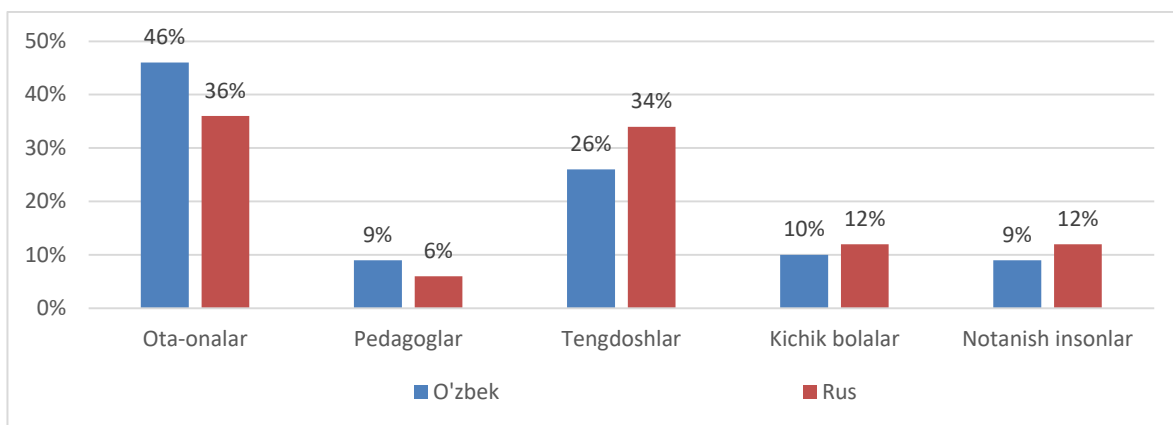
sinaluvchilarimizning 40,1%ini rus, 59,9%ini o‘zbek millatiga mansub bo‘lgan psixologiya ta’lim yo‘nalishi talabalari tashkil etmoqda. Shundan, o‘zbek millatiga mansub qiz bolalar respondentlarning umumiy sonini 63,1%ini, rus millatiga mansublar 61,9%ini, o‘zbek millatiga mansub o‘g‘il bolalar 36,9%ini, rus millatiga mansublar esa 38,1%ni tashkil etgan. Yashash makoniga ko‘ra esa, ota-onasi va oilasi bilan yashaydigan talabalarining o‘zbek millatiga mansubi 45,8%ni, rus millatiga mansublari 73,4%ni, talabalar turar joylarida yashovchilarning o‘zbek millatiga mansublari 40,7%ni, rus millatiga mansublari 11,4%ni, ijarada yashovchi talabalarining o‘zbek millatiga mansublari 13,5 %ni, rus millatiga mansublari 15,2%ni tashkil etgan.



1-rasm. Bo‘lajak psixologlarning ijtimoiy-demografik xususiyatlari (n=262)

Olingan natijalar tadqiqot maqsadimizda ko‘zda tutilgan bo‘lajak psixologlarda altruistik xulq motivlarini ijtimoiy psixologik jihatdan asoslash uchun reprezentativ hisoblanadi. Shu bilan bir qatorda tadqiq etilayotgan muammoning etnik xususiyatlarini tahlil qilish imkoniyatini yaratadi.

So‘rovnomaning ikkinchi qismi bo‘lajak psixologlarning kimga, qanday va nima uchun yordam berishi bilan bog‘liq fikrlarini aniqlashga qaratilgan savollardan iborat edi. Buning uchun talabalrga quyidagi 3 ta savol bilan murojaat qilingan: “Siz ko‘proq kimlarga yordam berish kerak deb hisoblaysiz?”, “Sizningcha atrofdagi insonlarga ko‘proq qanday yordam berish kerak?”, “Sizningcha kimgadir yordam berishda quyidagi maqollarning qaysi biriga amal qilish lozim?” So‘rov natijasida to‘plangan miqdoriy ko‘rsatkichlarning birlamchi qayta ishlanishi natijalari chastotali tahlil materiallarida keltirildi. Biz dastlab respondentlarimizning altruistik xulq motivlari haqidagi verbal tushunchalari va real xulq shakllarini o‘zaro identiv ekanligini aniqlash uchun kuzatish va ijtimoiy-psixologik so‘rovnomani o‘tkazish asosida quyidagi holatlarni tadqiq etdik.



2-rasm. Bo'lajak psixologlardagi altruistik xulq «yo'nalgan ob'ekt»larning o'ziga xos xususiyatlari (n=262)

Ijtimoiy psixologik so'rovnomaning savollariga javob berish davomida respondentlarning altruistik xulq yo'nalgan ob'ekti haqidagi tushunchalarini qayd etish uchun mini blankalardan foydalanildi va natijalar qayd etildi. Olingan natijalarga ko'ra altruistik xulq «yo'nalgan ob'ekt»lar shartli ravishda 5-guruhga birlashtirildi. O'zbek millatiga mansub talabalar auditoriyasida esa «altruistik xulq yo'nalgan ob'ekt» sifatida eng katta ko'rsatkich ota-onalar va tengdoshlar guruhi ko'rsatilgan. Talabalik davriga kelib shaxs o'z hayotida bilishga oid, ijtimoiy, kasbiy qiyinchiliklarni boshidan kechira boshlaydi. Bu qiyinchiliklarning ichida ijtimoiy qiyinchiliklar shaxsning shakllanishiga katta ta'sir etadi. Xususan, mazkur qiyinchiliklar talabaning nafaqat yangi muhitga adaptatsiyasi, balki yangi rollarga adaptatsiyasi bilan kechadi. Aksariyat insonlar bu davrga kelib ma'lum sabablarga (turmush qurganligi, ota-onasidan uzoqda tahsil olayotganligi, o'zi ham ota-onalik mavqeiga erishganligi) ko'ra, ota-onasiga yordam berishi kerakligi haqidagi ahloqiy hislar emotsional qadriyatlar ta'sirida faollashadi. Talabalarning tengdoshlari bilan munosabatlari tizimidagi altruizm ko'proq ijtimoiy identifikatsiya mexanizmi ta'sirida kechadi. Bunda talaba tengdoshini o'zining o'rniga qo'yib ko'rishga intilishi orqali, ularga yordam berishim kerak deb hisoblaydi. Talabaning tengdoshlariga nisbatan altruistik xulqni amalga oshirishiga undaydigan omillarning ichida ijtimoiy almashinuv motivi yetakchilik qiladi. Chunki, talaba tengdoshiga yordam berishga intilish orqali o'zining ijtimoiy maqomini tan olinish bilan bir qatorda «keraklilik» hissini tuyishga musharraf bo'ladi.

Xalqaro baxtlilik indeksi bo'yicha statistik ma'lumotlarning ko'rsatishicha, insondagi chinakam baxt hissi va beg'araz altruistik ustanovkalarni namoyon bo'lishida «notanish insonlarga yordam ko'rsatish» chastotasi eng yuqori o'ringa ega. Talabalarning natijalarida kichik bolalar, pedagoglar va notanish insonlar auditoriyasiga yordam ko'rsatish tendensiyasi deyarli bir xil qiymatga ega bo'lgan. Buning asosiy sabablari, eng avvalo talabalarning kasbiy shakllanish nuqtai nazaridan altruizmning beg'arazlik indeksini ortganligi (notanish insonlarga qaratilgan altruizm) va altruistik motivlarning kasbiy muhim sifatlar sirasiga singib borilayotganligidan dalolat beradi.

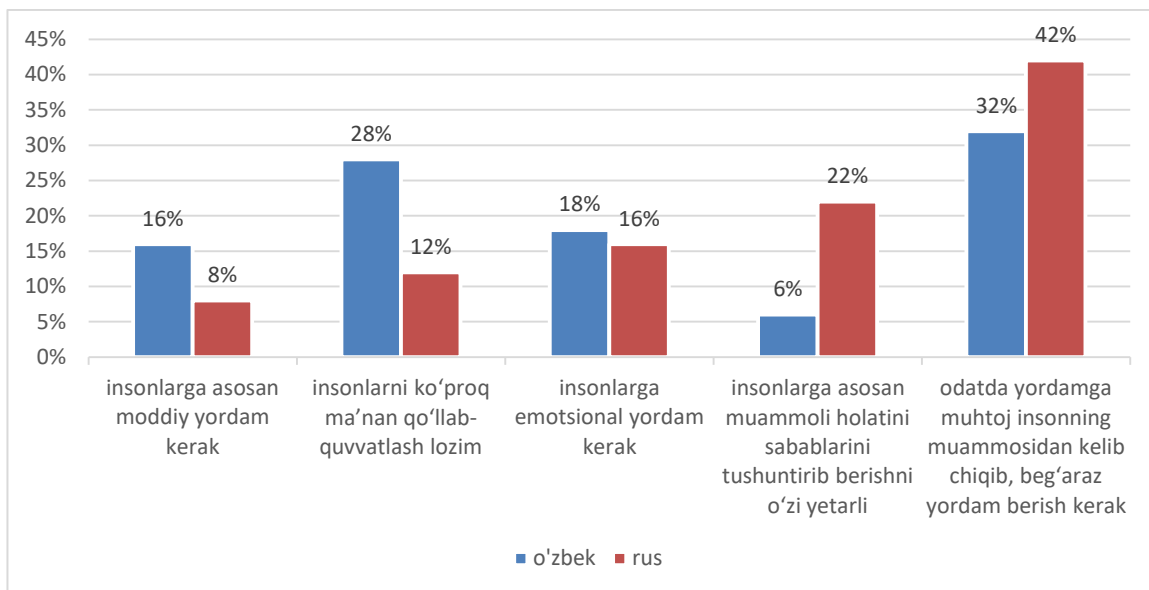
Qolaversa, respondentlarimizning kontingenti pedagogika va psixologiya ta'lim yo'nalishida tahsil olayotganligini hisobga olsak, altruizm motivlarini shaxsning kasbiy muhim sifatleri negizida shakllanishi katta ahamiyatga ega.

Rus millatiga mansub bo'lajak psixologlarda esa «altruistik xulq yo'nalgan ob'ekt» sifatida ota-onalar va tengdoshlar auditoriyasi deyarli bir xil natijaga ega bo'lgan. Mazkur holat talabalarining ota-onalari bilan munosabatlari tizimida erkin fikrlashlari, o'zlarini mustaqilligi, oiladagi referentometrik ta'sir do'stona muhitga asoslanganligi bilan ifodalansa, tengdoshlariga nisbatan "tengdoshdan-tengdoshga" tamoyiliga muvofiq o'zaro munosabatlar tizimini barpo etilganligini bildiradi. Mazkur ikki guruh vakillariga nisbatan altruistik xulqning yo'nalganligini dominantligi o'zaro fikrlashdagi hamda munosabatlardagi simbiotik yondashuvning kuchli ekanligini anglatadi.

Rus millatiga mansub talabalarimizda kichik bolalar va notanish insonlar guruhiga nisbatan altruistik xulqni namoyon bo'lishi ham deyarli bir xil natija bergan. Mazkur holat bo'lajak psixologlarning "inson-inson" tipidagi kasbiy faoliyat doirasida ijtimoiy faolligini ortib borishi hamda "beg'araz ijtimoiy adolatlilik" tamoyiliga muvofiq kasbiy Ego xususiyatlarning xulqdagi realizatsiyasini identiv rivojlanayotganligini ko'rsatadi.

Rus millatiga mansub bo'lajak psixologlarning pedagoglarga nisbatan altruistik xulqni ifodalashlari bir oz past natija bergan. Mazkur holatni biz quyidagicha izohlaymiz: rus millatiga mansub talaba pedagoglarni ilmiy ustoz, yo'l ko'rsatuvchi, har qanday holatda qo'llab-quvvatlovchi shaxs, mutaxassis deb biladi. Talaba nigohida pedagog shaxsining ideallashtirilishi pedagoglarni "yordam berish ob'ekti" emas, balki "yordam olish sub'ekti" deb baholashga sharoit yaratadi.

Endi navbatdagi savolimizzga olingan javoblarni tahlil qilsak. Bo'lajak psixologlardan "Sizningcha atrofdagi insonlarga ko'proq qanday yordam berish kerak?", deb so'ralganda quyidagi javoblar aniqlandi:



3-rasm. Bo‘lajak psixologlardagi altruistik xulqni namoyon bo‘lish jihatlari (n=262)

Olingan natijalardan ko‘rinib turibdiki, bo‘lajak psixologlardagi altruistik xulqni namoyon bo‘lishida o‘ziga xos etnik differentsiatsiya mavjud. Xususan, o‘zbek va rus millatiga mansub respondentlarimizning har ikkisi ham “odatda yordamga muhtoj insonning muammosidan kelib chiqib, beg‘araz yordam berish kerak”, deb hisoblagan bo‘lsalar ham rus millati vakillari bu mezonga ko‘proq ustuvorlik berganlar. Buning asosiy sabablaridan biri rus millati vakillarida realistik tafakkur va ijtimoiy dadillikning yuqoriligidir. Chunki, odatda shaxsning muammosidan kelib chiqib beg‘araz yordam berishda insonga ijtimoiy dadillik, spontan ijtimoiy tafakkur va vaziyatni boshqara olish qobiliyati zarur bo‘ladi. O‘zbek millati vakillarida mazkur ko‘rsatkich oiladagi qadriyatlar, tarbiyaga mos ravishda namoyon bo‘lmoqda.

Insonlarga yordam berish deganda asosan moddiy yordamni ustun biluvchilar ham uchraydi. Mazkur mezon bo‘yicha o‘zbek respondentlarimiz 16%ni, rus respondentlarimiz 8%ni tashkil etgan. Bu holat shaxsdagi moddiylikni birlamchi deb biluvchi respondentlarda “axloqiy burch”, “empatiyaviy yo‘nalganlik”, “ijtimoiy persepsiya” darajasining sust rivojlanganligini hamda bo‘lajak psixologlarning kasbiy sifatleri yetarli darajada shakllanmaganligini anglatadi.

O‘zbek millatiga mansub respondentlarimizda ikkinchi mezon sifatida “insonlarni ko‘proq ma‘nan qo‘llab-quvvatlash lozim”, degan fikr berilgan. Mazkur mezon rus millatiga mansub respondentlarda to‘rtinchi o‘rinda turibdi. O‘zbek millatining mental xususiyatiga ko‘ra, farzand “g‘amxo‘r, dardkash” inson obrazida tarbiyalanadi, ayniqsa qiz bolalar. Rus millati vakillari esa farzand tarbiyasida “mard, dadil, mustaqil fikr egasi” obraziga katta e‘tibor qaratadilar. Shu boisdan, o‘zbek millati vakillarida yordamga muhtoj kishilarni ma‘nan qo‘llab-quvvatlash bilan bog‘liq empatiyaviy yo‘nalganlik darajasi ustunroq chiqqan.

So‘rovnomaning navbatdagi mezonni “insonlarga emotsional yordam kerak”ligi haqidagi fikrlardir. Mazkur mezon o‘zbek va rus millatiga mansub talabalarda uchinchi o‘rinda tanlangan. Ushbu holat har ikki millat vakili insonlarga yordam berishda altruistik xulq motivlari emotsional determinantlarga asoslanishini ta’kidlaganligini anglatadi. Xususan, emotsional yordamda altruistik xulq empatiya, emotsional intellekt, kayfiyatning ta’sirida faollashuvi nazarda tutiladi. Milliy mental xususiyat bilan bog‘lasak o‘zbeklarda empatiya, ruslarda emotsional intellekt shaxsni altruistik xulqini yuzaga keltiradi deyish mumkin.

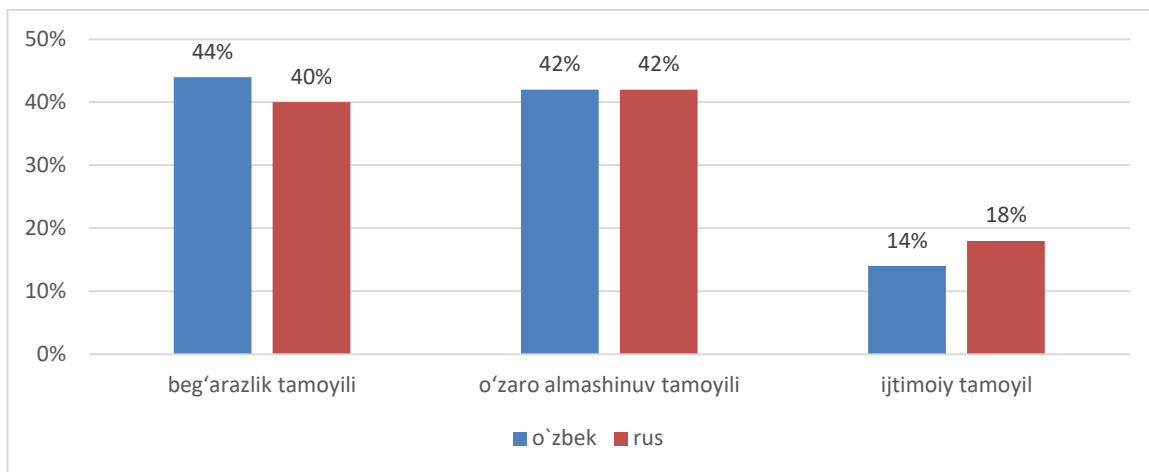
“Insonlarga asosan muammoli holatini sabablarini tushuntirib berishni o‘zi yetarli”ligini ifodalovchi altruistik xulqning kognitiv jihatida rus millatiga mansub respondentlarda yuqori natijani bergan. Bu holat mazkur sinalluvchilarimizni har qanday holatda “aql bilan ish yuritish” tamoyiliga amal qilishlarini anglatadi. O‘zbek millatiga mansub respondentlarda mazkur komponent bo‘yicha natijalarning pastligi ularda avvalgi mezon bo‘yicha har qanday vaziyatda dastlab “emotsional qo‘llab-quvvatlash”, keyin esa “aql bilan maslahat berishni” avfzal bilishlarini anglatadi.

Umuaman olganda, shaxsning altruistik xulqni realizatsiyalash borasidagi fikrlari etnik xususiyatlarga mos ravishda differensiallashuv harakteriga ega. Xususan, o‘zbek millati vakillarida emotsional empatiyaviy yo‘nalganlik, rus millatiga mansublarda esa ratsional yondashuvning ustuvor harakterga ega ekanligi asoslangan.

So‘rovnomanimizning navbatdagi savoli altruistik xulq motivlarining ichki determinantlarini aniqlashga qaratilgan bo‘lib, respondentlardan quyidagi savollarga javob olindi: “Sizningcha kimgadir yordam berishda quyidagi maqollarning qaysi biriga amal qilish lozim?” Respondentlarga javob variantlarida maqollar berildi. Ular qaysi maqolga asoslanib, odamlarga yordam berish kerakligini tanladilar va maqollarning mazmuniga muvofiq respondentlarning javoblari 3-guruhga birlashtirildi:

1. Shaxsda altruistik xulq motivlarini namoyon bo‘lishidagi beg‘arazlik tamoyiliga asoslangan maqol;
2. Shaxsda altruistik xulq motivlarini namoyon bo‘lishidagi o‘zaro almashinuv tamoyiliga asoslangan maqol;
3. Shaxsda altruistik xulq motivlarini namoyon bo‘lishidagi ijtimoiy tamoyilga asoslangan maqol.

Respondentlarning javoblari quyidagi rasmda aks etgan:



4-rasm. Bo'lajak psixologlardagi altruistik xulq motivlarining ichki determinantlari (n=262)

Olingan natijalardan ko'rinib turibdiki, har ikki millat vakillarining altruistik xulq motivlarini ichki determinantlari deyarli bir xil reprezentatsiyalangan. Mazkur holat millat turlicha bo'lgani bilan yashash muhiti, sharoitining bir xilligi har ikki millatning umuminsoniy qadriyatlarga bo'ysunishidan dalolat beradi. Natijalar orasida "beg'arazlik", "o'zaro almashinuv" tamoyilhlari o'zining ustuvorligi bilan ajralib turibdi. Ushbu holat ham respondentlarimizdagi axloqiy tushunchalar tizimi hamda refleksiv empatiyaviy yo'nalganlikning yuqori darajada shakllanganligi, altruistik xulq motivlarining axloqiy motivlarga asoslanishi, bo'lajak psixologlarda kasbiy refleksiyaning rivojlanganligidan dalolat beradi.

Kam foizdagi respondentlarimizda (rus millati vakillarining 18%i, o'zbeklarning 14%i) "ijtimoiy" tamoyilning yuqori chiqishi, ular tomonidan amalga oshiriladigan altruistik xulq "niqoblangan egoizm" bo'lib, respondentlarimiz o'zlarining jamiyatdagi "Men"ini mavqeini oshirish uchun "aqli ravishda altruistik harakatlarni" amalga oshiradilar. Demak, ularning har qanday altruistik xulqlarini negizida o'z ijtimoiy mavqelarini tasdiqlash bilan bog'liq "egoistik ustanovkalar" yotadi. Mavzkur holat bo'lajak psixologlarda kasbiy refleksiyaning yetarli darajada shakllanmaganligidan dalolat beradi.

Xulosa sifatida shuni aytish mumkinki, bo'lajak psixologlarda altruistik xulq motivlarini namoyon bo'lishida o'ziga xos ijtimoiy psixologik, etnik xususiyatlarning differentsiatsiyasi mavjudligi ilmiy izlanishlarimiz asosida o'z tasdig'ini topdi.

Dissertatsion tadqiqotimizning navbatdagi bosqichida altruistik xulqning gender farqlarini aniqlashni oldimizga vazifa qilib belgilab olgan edik. Shu maqsadda, gender, ya'ni jins farqlarini aniqlash uchun qaratilgan tahlillarni amalga oshirdik. Umuman olganda jins farqlarni o'rganish ko'p yillar davomida olimlarning diqqat markazida bo'lgan muammolardandir. Lekin, shunga qaramay, dastlabki ilmiy asoslangan jins farqlarni o'zida mujassamlashtirgan ilmiy asar – bu 1974 yilda nashr qilingan Eleanor

Makkobi va Kerol Djeklinning «Jinsiy tafovutlar psixologiyasi» nomli kitobidir¹³. Qolaversa, gender psixologiyaga oid masalalar qator olimlar tomonidan tadqiq etilgan.

Shaxsda altruizm va altruistik xulq shakllanganligining jins farqlari masalasida ham qator ilmiy izlanishlar olib borilgan. Bizga ma'lumki, ayollar erkaklarga nisbatan g'amxo'rroq va o'zgalarga hamdard bo'la oladilar va shu boisdan ayollar ko'proq altruistdir degan umum qabul qilingan gender stereotiplar mavjud. Lekin, 1986 yilda Igli va Krouli tomonidan o'tkazilgan ijtimoiy psixologik tadqiqotlar mutlaqo buning aksini ko'rsatdi, ya'ni erkaklar ayollarga nisbatan altruistiroq ekanligini ular asoslab berdilar. Mualliflar o'z tadqiqotlari davomida qisqa muddatli inqirozli holatda notanish kishiga yordam berishga qaratilgan vaziyatni yaratadilar va erkak respondentlarning aksariyatini yordamga tayyor ekanligini aniqlaydilar¹⁴.

Xulosa. Keyinchalik olimlarning o'zlari tomonidan olib borilgan metaanaliz shuni ko'rsatdiki, ayollar ham erkaklar singari yordamga tayyorlar. Biroq, bu ikki jinsni yordam berishga undovchi motivlar turlicha ekanligi aniqlandi. Bu motivlar ayol va erkaklarning turli ijtimoiy rollari natijasida shakllanadi. Shaxsning jamiyatda bajaradigan rollariga qarab, turli ijtimoiy me'yorlar uning xulq-atvoriga o'z ta'sirini o'tkazadi va shu asosida shaxsda muayyan xulq-atvor shakllari tarkib topib boradi.

Umuman olganda, har doim ham olimlarni muayyan psixologik hodisa yoki fenomenning namoyon bo'lishida gender farqlarning o'rni qiziqtirib kelgan. Chunki, psixologik hodisa alohida kategoriya sifatida namoyon bo'lish jarayonida muayyan gender stereotiplarga ham bog'liq bo'lishi mumkinligi ko'pgina tadqiqotlarda o'z isbotini topgan.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasining «Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida»gi Qonuni O'RQ-406. - <https://lex.uz/docs/-3026246>
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning «O'qituvchi va murabbiylar kuni»ga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi. 2020 yil 30 sentyabr. - <https://uza.uz/uz/posts/uzbekiston-respublikasi-prezidenti-shavkat-mirziyeevning-ituv-30-09-2020>
3. Бек А. Техника когнитивной психотерапии // Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия / под. Ред. А.Б.Игнатъевой, М.Ю.Локтаева. – М.: Московский психотерапевтический журнал. 1998. – Т.1. – С. 142-166.

¹³ Бек А. Техника когнитивной психотерапии // Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия / под. Ред. А.Б.Игнатъевой, М.Ю.Локтаева. – М.: Московский психотерапевтический журнал. 1998. – Т.1. – С. 142-166.

¹⁴ Детская психология. Методические указания/ Автор-составитель Р.П.Ефимкина. - Новосибирск. Научно-учебный центр психологии МГУ. 1995. – 25- с.

4. Детская психология. Методические указания/ Автор-составитель Р.П.Ефимкина. - Новосибирск. Научно-учебный центр психологии МГУ. 1995. – 25- с.

MILLATNING MA'NAVIY SALOHİYATI IJTIMOİY VA SHAXSIY FAROVONLIK MANBAI

*Atadjanov Mampirjon Yusupovich –
psixologiya fanlari nomzodi, dotsent,
Farg'ona davlat universiteti*

Kirish.Etnik va milliy psixologiya tadqiqotlari doirasida millatning ma'naviy salohiyati va milliy yoki xalq ruhi tushunchalaridan foydalaniladi. Ma'naviy salohiyat millatning ma'naviy-axloqiy rivojlanishi jarayonida shakllangan qadriyatlar va tamoyillar, shuningdek, me'yorlar va munosabatlar majmuini anglatadi. Ushbu tushuncha axloq, etika, madaniyat, e'tiqod kabi muhim tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi. Milliy yoki xalq ruhi tushunchasi doirasida xalq umumiy ma'naviyat va umumiy ruhiy tuzilishga ega bo'lgan o'ziga xos yaxlit organizm sifatida qaralib, unga yaqin tushuncha milliy xarakter hisoblanadi. «Milliy xarakter» yoki «milliy ruh»ning namoyon bo'lishi ko'pincha harbiy mojarolar tarixida ko'rinadi. Odatda yuksak ma'naviy salohiyatga ega xalq harbiy mag'lubiyatlar yoki siyosiy mustaqillikni yo'qotish sharoitida ham «matonat», «jasorat», «qahramonlik», «Vatanni sevish» va boshqa fazilatlarini namoyon etaveradi.

Xalq ruhi xalqning tarixiy va til taraqqiyoti xususiyatlarida, uning ma'naviyatini aks ettiruvchi ilmiy hamda badiiy asarlarda namoyon bo'ladi. Tarixiy tajriba shuni ko'rsatadi-ki, umumiy ma'naviy salohiyatga ega bo'lgan xalq umumiy manfaatlarga, yagona mafkuraga, yagona umumxalq davlatiga ega bo'ladi. Ba'zan «milliy ruh» din bilan tenglashtiriladi, shuning uchun ayrim xalqlarda o'z dinini yaratish yoki qayta tiklash yoki jahon dinlaridan birini milliyalashtirish istagi paydo bo'ladi.

Ayrim nazariyalarda xalqning «ruhi» muayyan tabiiy muhit bilan belgilanadi, boshqa madaniyatlar bilan yaqin aloqalar «millat ruhi»ni yemiradi, deb hisoblanib, tarixiy jarayonga turli xalqlar va irqning kurashi sifatida qaraladi. Tarixda milliy madaniyatni «boshlang'ich soflikda» saqlashga, o'z xalqini go'yo unga dushman bo'lgan xalqlar va irqlardan himoya qilishga intilish etnik tozalash g'oyasiga olib kelgan.

Aleksis de Tokvil «Milliy tarixlar»ning yaratuvchilari haqida shunday yozadi: «Ular nafaqat alohida fuqarolarga o'z xalqi taqdiriga ta'sir ko'rsatish imkoniyatini rad etadilar, balki xalqlarning o'z taqdirini o'zgartirish imkoniyatini ham yo'qqa chiqaradilar. Ularning fikricha, har bir millat o'zining mavqei, kelib chiqishi, o'tmishi va tug'ma xususiyatlari bilan belgilangan muqarrar taqdiriga ega va bu taqdirni hech qanday harakat o'zgartira olmaydi. Ular avlodlarni o'zaro uzviy bog'liqlikda

ifodalaydilar va shu tariqa asrdan asrga, bir muqarrar hodisalardan boshqa muqarrar hodisalarga ko‘tarilib, dunyoning yaratilish davrigacha yetib boradilar va butun insoniyatni o‘rab turgan qudratli zanjirlarni hosil qiladilar».

Zamonaviy qarashlarga ko‘ra, millatning ma’naviy salohiyati mamlakatning ichki va tashqi resurslari, intellektual, iqtisodiy, siyosiy, madaniy va harbiy imkoniyatlarining yig‘indisi bo‘lib, uning mustaqil taraqqiyoti, jahon hamjamiyatidagi o‘rni va nufuzini belgilaydi. Millat ma’naviy salohiyatining **iqtisodiy asosini** tabiiy resurslar, ishlab chiqarish, sanoat, qishloq xo‘jaligi, xizmat ko‘rsatish sohalari, moliyaviy tizim va iqtisodiy barqarorlik tashkil qilsa, **intellektual asosini** ta’lim sifati, oliy ta’lim muassasalari va ilmiy tadqiqot markazlari, innovatsion rivojlanish va texnologik yangiliklar tashkil qiladi. **Milliy qadriyatlar** va an‘analar, til, din, urf-odatlar, madaniyat, san‘at va adabiyot, jamiyatning ma’naviy yetukligi va milliy identifikatsiya millat ma’naviy salohiyatining **madaniy va ma’naviy asosini**, davlat boshqaruvi tizimi samaradorligi, qonunchilik bazasi, ichki siyosiy barqarorlik, xalqaro munosabatlar va tashqi siyosatdagi nufuz siyosiy asosini, **qurolli kuchlar jangovar tayyorgarligi**, qurol-yarog‘ va harbiy texnologiyalar, mudofaa strategiyasi va xavfsizlik tizimi harbiy asosini, **milliy birlik** va jipslik, ijtimoiy adolat va tenglik, fuqarolarning davlatga va bir-biriga nisbatan ishonchi millat ma’naviy salohiyatining ijtimoiy barqarorlik asosini tashkil qiladi.

Yuqoridagi aniqlanmalardan kelib chiqib O‘zbekistonning milliy ma’naviy salohiyatini uning boy tabiiy resurslari, yosh va bilimli aholisidan iborat intellektual boyligi, geosiyosiy joylashuv o‘rni, boy madaniy merosi va qadimiy sivilizatsiya markazlarining mavjudligi, mustaqil tashqi siyosati va mintaqaviy hamkorligi bilan belgilash mumkin. Bularning hammasi kelajakda O‘zbekistonning qudratli davlatlar qatoridan munosib o‘rin egallashi uchun yetarli imkoniyatlarga ega ekanligini ko‘rsatadi. Aynan shu omillar mustaqillikni mustahkamlashda, iqtisodiy va siyosiy barqarorlikni ta’minlashda, xalqaro maydonda davlatning raqobatbardoshligini oshirishda, ijtimoiy-ma’naviy muhit barqarorligini ta’minlashda, millat kelajagi, uning o‘ziga xosligini saqlashda muhim asoslar bo‘lib xizmat qiladi.

Ma’naviy salohiyatning muhim tarkibiy qismi milliy yoki xalq ruhi hisoblanadi. **Milliy ruh** jamiyatning ma’naviy asosi, millatni millat sifatida saqlab qolishga va uning taraqqiyotiga xizmat qiluvchi ichki kuch va ruhiy quvvatdir. U xalqning umumiy tarixiy xotirasi, urf-odatlari, an‘analari, tili, dini, madaniyati, milliy g‘oya va ideallari bilan chambarchas bog‘liq. **Milliy ruh** jamiyat a‘zolarini umumiy tarixiy tajriba, umumiy qadriyatlar, umumiy maqsad va orzular asosida birlashtiradigan ruhiy-ma’naviy holat bo‘lib, vatanga sadoqat, milliy g‘urur, milliy ma’naviy merosga hurmat, milliy o‘zlikni anglash va kelajakka ishonchda namoyon bo‘ladi.

Millat yoki xalq ruhi identifikatsiya, milliy, ma'naviy-axloqiy va diniy qadriyatlar, vatanparvarlik, tarixiy xotira, diniy e'tiqod, milliy til, milliy madaniyat, milliy g'oya va mafkuradan shakllanadi. Milliy ruh shaxsiy darajada o'zlikni anglash, milliy mansubligi bilan faxrlanish, ma'naviy barkamollikka intilishda namoyon bo'ladi, **ijtimoiy darajada** mustaqillikni mustahkamlash, milliy birlikni ta'minlash, ijtimoiy ma'naviy muhit barqarorligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi, **xalqaro darajada** millatning o'ziga xosligi, madaniyati va axloqiy qiyofasini namoyon qiladi, milliy nufuzini oshiradi. **Milliy ruh millatning yuragi va jasoratidir.** U sinovli davrlarda xalqni birlashtiradi, tinchlikda esa uni buyuk maqsadlar sari yetaklaydi. Milliy ruhga ega xalq hech qachon yengilmaydi, chunki u ruhan barkamol, ma'nan boy va ma'rifatli bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Shavkat Mirziyoyev. Milliy tiklanishdan – milliy yuksalish sari. 5-jild. – Toshkent. O'zbekiston, 2020. – B.456
2. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. Toshkent: O'zbekiston, 2022. – B.416
3. Shavkat Mirziyoyev. Ma'naviyat boshqa sohalardan oldinda yurishi, yangi kuchga, yangi harakatga aylanishi kerak. 2023-yil 22-dekabr kuni bo'lib o'tgan Respublika Ma'naviyat va ma'rifat kengashining kengaytirilgan yig'ilishidagi nutq.
4. Малахов В.С. Национализм как политическая идеология: учебное пособие. – М.: КДУ, 2005. – [ISBN 5-98227-089-X](#).
5. [Народный дух](#) // Философский словарь [Пер. с нем.] / Под ред. Г. Шишкофа М. – [Иностранная литература](#), 1961.
6. Прожилов А.В. [Национальный характер или этнический стереотип. К вопросу о терминах и мифологемах](#) // Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. – 2014. – № 7. – С.82-85.
7. [Савельева И.М., Полетаев А.В. Национальная история и национализм](#) // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: История России. – 2006. – № 2 (6). – С.18-30.
8. *Токвиль Алексис де. Демократия в Америке:* Пер. с франц. / Предисл. Гарольда Дж. Ласки. – М.: Прогресс, 1992. – С.554., 16 с. илл. ISBN 5-01-002-688-0.
9. [Шнирельман В.А. Арийский миф в современном мире / Российская академия наук, Институт этнологии и антропологии имени Н.Н.Миклухо-Маклая.](#) – М.: [Новое литературное обозрение](#), 2015. – (Библиотека журнала «Неприкосновенный запас»). – [ISBN 978-5-4448-0279-3](#).
10. <https://ru.wikipedia.org/wiki/>

O'SMIR XULQ-ATVORIDAGI SALBIY O'ZGARISHLARNING IJTIMOIY VA PSIXOLOGIK OMILLARI

Axmedova Nasiba Achilovna

JDPU, Psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi

Kirish. Jamiyatda mavjud ma'naviy axloqiy me'yorlar yoshlarimizni jamiyatda o'z o'rinlarini topishlariga, intiluvchan, vatanparvar qilib tarbiyalashda muhim ahamiyatga ega. Albatta yoshlarga ta'lim-tarbiya berishda, ularni har tomonlama yetuk shaxs sifatida shakllantirishda ko'pgina ijtimoiy-psixologik omillar o'z ta'sirini ko'rsatmay qolmaydi. Tashqi va ichki muhit, shuningdek biologik va ijtimoiy omillar ta'sirida yoshlar o'rtasida jinoyatchilik, millatlar o'rtasidagi nizolar, oilalar o'rtasidagi konflikt kabi dolzarb ijtimoiy muammolar yuzaga kelmoqda.

Hozirgi davrda o'smirlarni tarbiyalashning o'ziga xos xususiyatlari, qonuniyatlari, imkoniyatlari xatti-harakat motivlarining ifodalanishi va vujudga kelishining murakkab mexanizmlari mavjud. Shuni alohida ta'kidlash kerakki, o'smirlarni tarbiyalashda ularning xususiyatlarini to'la hisobga olgan holda ta'limiy-tarbiyaviy tadbirlarni qo'llash shaxslararo munosabatda anglashilmovchilikni vujudga keltirmaydi, sinf jamoasi o'rtasida iliq psixologik iqlimni yaratadi.

O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik kabi salbiy xususiyatlar xosdir. Bunga asosiy sabab bu davrda o'smirlar katta yoshli odamlar ega bo'lgan hamma narsalardan foydalanishga harakat qiladilar, tevarak-atrofdagi odamlarga o'zining ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatish uchun esa kuchli, qo'rqmas, epchil va mustaqil ish yurituvchi bo'lishga intiladi.

G.K.To'laganova «Tarbiyasi qiyin» o'smirlarning motivatsion ehtiyoj doirasidagi qiziqishlarining psixologik xususiyatlarini tadqiq etar ekan, uning ta'kidlashicha, tarbiyasi «qiyin» o'smirlar qiziqish sistemasi ko'p jihatdan ularni qurshagan «muhit» yetakchi ehtiyojiga, yosh xususiyatiga, muomala doirasiga bog'liqdir. Mo'tadil o'smirlar tarbiyasi «qiyin»lardan farqli o'laroq o'z qiziqishlarini boshqarish imkoniyatiga egadirlar shuningdek, 6-sinfdan boshlab tarbiyasi «og'ir» o'smirlarda o'quv jarayoniga nisbatan qiziqish va motivatsiya susayadi, ammo ayrim tarbiyasi og'ir o'smirlar o'quv motivatsiyasi yuksakligi bilan ajralib turadilar. O'smirlik asosan, bilimli, talabchan, haqqoniy, o'quv materialini qiziqarli va tushunarli yo'l bilan yetkaza oladigan, o'quvchilarni ajratmaydigan, o'qituvchilarni ko'proq hurmat qiladilar va yaxshi ko'radilar. Ular o'qituvchi bilan munosabatlariga ham katta e'tibor beradilar.

N.I.Pirogov birinchi bo'lib bolalik o'z qonunlariga ega va ularni hurmat qilish kerak deb aytib o'tgan. Jumladan, «Agar bolalar jamiyat qonun-qoidalarini buzish huquqiga ega bo'lmasalar, bizning ham o'z navbatida bolalar dunyosining qonunlarini buzishga haqqimiz yo'q». Ota-onalar va pedagoglar o'smirlar bilan alohida ishlab, ularning ko'nglini topishi va xatti-xarakatlarini o'z vaqtida to'g'ri yo'lga solishlari

lozim. O'smirlik yoshi dunyoqarash, e'tiqod, o'zligini anglash, baholash kabilar shakllanadigan davr hisoblanadi. O'smir o'z faoliyatini muayyan prinsip, e'tiqod va shaxsiy nuqtai nazari asosida tashkil qila boshlaydi. Psixologlar o'tkazgan tadqiqotlardan ko'rinadiki, o'smirlarning ko'pchiligi qat'iyatlilik, kamtarlik, mag'rurlik, samimiylilik, dilkashlik kabi ma'naviy, axloqiy tushunchalarni to'g'ri anglaydi. Shuningdek, G.Ananyevning ta'kidlashicha – "Shaxs o'zi haqda bir fikrga kelishida, jamoa hayotini hamda o'ziga baho berishni shakllantiruvchi baholash munosabatlarining to'g'ri rivojlanishi muhimdir".

Deviant xulq-atvorli o'smirlarda o'z-o'ziga baho berishning o'ziga xos xususiyatlari masalalari N.G.Kamilova ishlarida yoritilgan bo'lib, ijtimoiy maqbul xulq-atvorni ta'minlashda yordam beradigan o'z-o'ziga baho berishning asosiy xususiyati o'ziga bo'lgan emotsional-qadriyatli munosabatni belgilovchi, kongruentlik va o'z-o'zini anglash bilan xarakterlanuvchi konstruktivlik ekani ta'kidlanadi. Deviant xulq-atvorli o'smirlarda esa destruktiv o'z-o'ziga baho berish xos bolib, bu holat ularning shaxslararo munosabatlar jarayonida o'z o'rnini topishiga to'sqinlik qiladi, turli nizolarni vujudga keltiradi va shaxsdagi xulqiy buzilishlarga sabab boladi. Ko'pincha o'smirlar o'zlariga salbiy baho beradilar, kamchiliklarining uzun ro'yxatiga faqat bitta ijobiy xislat qo'shiladi. Bu o'smirning o'ziga «tashqaridan» qarashiga bogliq, kattalarning salbiy bahosi ortib boradigan va ijobiy baho kamdan-kam ko'rsatiladigan tasavvurlari interiorizatsiya qilinadi. O'smirlarga o'zini baholashning shaxsiy mezonlarini ishlab chiqishga, o'zini «ichdan» ko'rishga va o'z yutuqlarini baholashga, shaxsining kuchli tomonlariga suyanishga o'rgatmoq lozim. Shunday ekan, o'smirlarda tarbiyasi qiyinlikning yuzaga kelishida nafaqat o'smirning individual-psixologik xususiyatlari, jumladan ota-onaning unga bo'lgan munosabati, xatto jamiyat ham muhim ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik davrining og'ir, murakkab davr ekanligi ko'plab psixologik, fiziologik, ijtimoiy omillar bilan bog'liq. Bu davrda rivojlanishning barcha jihatlari: jismoniy, aqliy, axloqiy, ijtimoiy va shu kabilarning mazmun mohiyati ham o'zgaradi.

O'smirlarni tartibbuzarlikka jalb etayotgan qator ijtimoiy omillar mavjud. Bular:

1. O'smirlarda bo'sh vaqtning ko'pligi.
2. Kattalar tomonidan nazoratning yo'qligi.
3. Ko'ngilochar va zararli odatlarga imkon borligidir.

O'smir xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlar sabablarini ijtimoiy omillar bilan bog'lagan V.M. Karimovanning shogirdi A.T.Qodirova o'smirlarda oilaviy nizolar to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishida oila muhitining, xususan, ota-onalarning o'zaro munosabatlari, ularning farzand tarbiyasidagi mas'uliyati hamda har bir oila a'zosining ijtimoiy psixologik mavqeyi, oilaviy munosabatlarga tayyorlik xususiyatlari muhim ahamiyat kasb etishini e'tirof etadi. Shuningdek, o'smirlarda aniqlangan nizokashlik to'g'risidagi tasavvurlar mohiyatan oiladagi o'zaro

munosabatlarga, nafaqat ota-ona bilan, balki aka-ukalar, opa-singillar o'rtasidagi muomala xarakteriga ham bo'g'liq ekanligini ta'kidlaydi.

Xadicha Kubro Tongar „Men bolamni urmayman" nomli asarida qiziqishlari qabul qilinmagan bola ya'ni o'smir o'z qiziqishlarini kattalarnikiga moslashtiradi, qobiliyati qabul qilinmagan bola onasi xohlagan mavzularda ko'zga ko'rinishni xohlaydi. Yig'lashi va kulishi qabul qilinmagan bola his-tuyg'ularidan uzoqlashadi. Shunday qilib, vaqt o'tishi bilan o'zligini yo'qotadi. Rol o'ynashni hamda boshqalar kabi harakat qilishni boshlaydi. Farzandlarimizga to'g'ri tarbiya bermasdan turib farovon hayot haqida nutq so'zlashimiz o'rinli emas.

O'smirlik davrida yoshlar tarbiyasiga ta'sir ko'rsatuvchi asosiy psixologik va biologik omillar quyidagilardan iborat:

1. O'smirlik davrida vujudga keladigan morfologik va fiziologik o'zgarishlar.
2. Dastlabki asab va ruhiy kasalliklarga xos belgilarning namoyon bo'lishi.
3. Shaxs tarbiyasidagi nuqsonlar.
4. Bilish faoliyatidagi kamchiliklar.

O'smirlik davrda o'smir hayotida, uning ruhiyati, organizmining fiziologik holatlarida, uning ijtimoiy holatida jiddiy o'zgarishlar sodir bo'ladi. Tarbiyasi qiyin o'smirlarning psixik rivojlanishlari xususiyatlari va darajalarini o'rganish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, aksariyat dezadaptatsiyaga moyil o'smirlarda xotira mahsuldorligining pastligi, mexanik eslab qolishning ustun turishi, umumlashtirishning konkret va funksional darajalari ustunlik qilishi, abstrakt fikrlashning yetarlicha rivojlanmaganligi bilan ajralib turadilar. Bundan tashqari past darajadagi mehnatga layoqatlilik, tez charchab qolish hollari ham bunday toifadagi o'smirlarga xosdir. Bu omillar o'quv ko'nikma va malakalarining yetarli darajada shakllanmasligidagi sabablardan biridir. O'smirda psixik jarayonlarning keskin o'zgarishi bilan aqliy faoliyatida ham burilishlar seziladi. Shuning uchun shaxslararo munosabatda, o'quvchi bilan o'qituvchi muloqotida, kattalar bilan o'smirlarning muomalasida qat'iy o'zgarishlar jarayonida qiyinchiliklar paydo bo'ladi. Bular avvalo ta'lim jarayonida ro'y beradi: yangi axborot, ma'lumotlarni bayon qilish shakli, uslubi va usullari o'smirni qoniqtirmay qo'yadi. Odobli, dilkash o'smir kutilmaganda qaysar, intizomsiz, qo'pol, serzarda bo'lib qoladi. O'smir xulqidagi bunday o'zgarishlar tajribasiz o'qituvchi va ota-onasini qattiq tashvishga soladi. O'smirlar orasida asosan og'ma xulq-atvorning quyidagi ko'rinishlarini qayd qilish mumkin: Jumladan o'qish va ish faoliyatidan bosh tortish, maktabda darslardan qochish, doimiy tarzda vazifalarni bajarmaslik, dars davomida e'tiborsiz bo'lish, o'yinlarga beriluvchanlik holatlari kuzatilishi mumkin.

Tarbiyasi qiyinlik quyidagi mezonlar asosida tahlil qilinadi:

- o'zini-o'zi qabul qilishning past darajasi;
- boshqalarni qabul qilishning past darajasi,
- tabiatiga ko'ra turlicha bo'lishi mumkin bo'lgan emotsionallikning namoyon

etilishi;

- boshqalarga bog'liqlik, ya'ni eksternallik;
- ustunlikka intilish.

Xulosa qilib aytganda, oilaning o'smirlardagi tarbiyasizlikning yuzaga kelishini bartaraf etish uchun ota-ona tomonidan bolaning to'liq bandligini ta'minlashi, tengdoshlarining ijobiy fazilatlarini ko'rsatishi, yoshga oid xususiyatlaridan kelib chiqib individual xususiyatlarini inobatga olishi lozim. O'smirlardagi salbiy xatti-harakatlarni bartaraf etishda ta'lim muassasalarining ham o'rni muhim ahamiyatga ega. Maktab psixologi doimo o'qituvchilar bilan hamkorlikda ish olib borishi, do'stlik haqida seminar-trening o'tkazishi shuningdek maktabdagi ta'lim jarayoning adolatli ketishini ta'minlashi maqsadga muvofiqdir. O'smirlarni ijobiy tomonga o'zgartirish uchun esa kattalardan psixologik bilim va tajribani talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1. Z. Nishonova va boshqalar. O'smirlik davri psixodiyagnostikasi va psixokorreksiya.
2. Rivojlanish psixologiya. Pedagogik psixologiya.
3. Ivanov P.I. Zufarova M. Umumiy psixologiya T.2008 196-b
4. Karimova V, Akramova F. Psixologiya (ma'ruzalar matni).-T.:2002.-103b.
5. Kamilova N.G'. "Muammoli o'smir". Tashxis,tadqiqot metodlari. T. 2006 y.
6. Komilova N. "Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi" T. 2014. 91-102bet
7. Qodirova, M. (2022). O'smirlar tarbiyasining qiyinchilik xususiyatlari va ularning kelib chiqish sabablari. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(5). Извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5105>
8. Qaxramonovna, Q. M. (2022, March). Tarbiyasi qiyin o'smirlar borasidagi tadqiqotlar. *International Virtual Conference on Language and Literature Proceeding* (Vol. 1, No. 1).
9. Qodirova, M., & Abirqulova, S. (2022). O'smirlarga xos agressivlik va uning ko'rinishlari. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(5). Извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/6416>

THE IMPORTANCE OF CULTURALLY ADAPTABLE MATERIALS IN ENGLISH INSTRUCTION IN UZBEKISTAN

Ayyubkhon Tursunboev
BMBA instruktori

Introduction. English language education in Uzbekistan has undergone profound

reform in the last decade. Following the 2012 Presidential Decree, English instruction was introduced from Grade 1, with communicative approaches and CEFR standards applied nationwide. Textbook reform, new assessment policies, and large-scale teacher training programs such as English Speaking Nation and Future English have supported this transition. Yet despite these investments, national studies such as *English Impact* show that most students finish school at only A1 or A2 level, with speaking and writing lagging behind reading and listening. Urban schools consistently outperform rural ones, reflecting gaps in resources and exposure. Motivation has also emerged as a decisive factor: learners who find English meaningful and connected to their lives achieve higher levels, while those who perceive it as remote struggle to progress. This context highlights the critical role of culturally adaptable materials. When lessons incorporate Uzbek culture and contexts, learners see English as a tool to describe their world, not just a foreign subject. This article explores the theoretical rationale, national context, effects on learners, and classroom applications of culturally adaptive resources in Uzbekistan.

Theoretical Background. Language learning is deeply embedded in culture and social context. Vygotsky’s (1978) sociocultural theory emphasizes that learners develop knowledge through mediated interaction with cultural tools and peers. Materials that reflect familiar customs and contexts act as effective mediators, anchoring new English input in existing cultural knowledge. Krashen’s (1985) affective filter hypothesis further explains that motivation and low anxiety are essential for acquisition: culturally relevant topics lower barriers and encourage learners to take risks in speaking and writing. Byram (1997) adds the dimension of intercultural communicative competence, arguing that learners should not only absorb the target culture but also learn to explain and reflect on their own. Tomlinson (2011) synthesizes these perspectives in materials development, stressing that resources must engage learners, stimulate curiosity, and connect to their affective needs. Taken together, these frameworks suggest that culturally adaptable materials both accelerate language uptake and develop intercultural skills – outcomes highly relevant to Uzbekistan’s goals of global integration while preserving national identity.

English Education Context in Uzbekistan. Since independence, Uzbekistan has steadily elevated English as a strategic priority. The 2012 decree mandated early English instruction, CEFR benchmarks, and new textbooks. The *Fly High* and *Kid’s English* series, developed with the British Council, included Uzbek settings and names alongside global topics, a first step toward culturally responsive materials (Rakhmonova, 2020). More recently, the Education for Excellence Program adapted an international textbook for Uzbek classrooms, ensuring cultural fit and curriculum alignment. Teacher quality has also been addressed: the English Speaking Nation program trained more than 18,000 secondary teachers, building a cadre of leaders who introduced modern, communicative practices (American Councils, 2024). The British Council’s Future English program

created online communities and training modules for teachers to share strategies, including material adaptation (British Council, 2023). Yet despite these reforms, results remain modest. The *English Impact* study found that 68% of Grade 10 students were at A1 and 21% at A2, with productive skills weakest. Urban–rural gaps were significant, and student surveys showed that internal motivation, not extrinsic pressure, best predicted achievement (British Council, 2023). Many students, especially in rural schools, still view English as distant from their daily lives. This mismatch between curriculum goals and learner experience underscores the need for culturally adaptable materials that make English relevant and motivating.

Effects on Learners. When adapted effectively, materials can transform learners’ relationship with English. Motivation improves because students recognize themselves in the content. Reading a text about Navruz or writing about their own town makes English lessons meaningful and enjoyable, encouraging intrinsic interest. Participation rises as learners feel more confident discussing familiar topics, lowering the fear of mistakes. This is crucial in Uzbekistan, where classroom culture has often been teacher-centered. Culturally relevant activities shift the focus toward student voices. Importantly, adaptation promotes equity. Rural students who may have never seen a British supermarket or Western festival can fully engage with content about Uzbek bazaars or local holidays. This helps reduce urban–rural gaps by providing common ground for all learners. Moreover, exposure to both local and global perspectives builds intercultural awareness: students learn to articulate their own culture in English while appreciating others. In short, culturally adaptive materials enhance motivation, participation, equity, and intercultural competence – all of which directly support the goals of Uzbekistan’s reforms.

Conclusion. Uzbekistan has made impressive strides in modernizing English education through curriculum reform, CEFR adoption, and large-scale teacher training. Yet outcomes remain limited, with most learners at basic levels and rural–urban gaps persistent. Culturally adaptable materials offer a powerful lever to address these challenges. Grounded in theories of sociocultural learning, affective motivation, and intercultural competence, such materials connect English to learners’ lives, boosting motivation, participation, and equity. Classroom evidence shows that when students write, speak, and debate about familiar contexts, they use English more confidently and meaningfully. For policymakers and educators, the way forward is clear: reforms must go beyond structural change to ensure that the content of English lessons is culturally resonant. Teacher training programs should include explicit modules on material adaptation, and national curricula should balance global and local content. Assessments should also value students’ ability to express their culture in English. By embedding culturally responsive pedagogy into its reforms, Uzbekistan can empower its learners to see English not as a foreign imposition but as a tool for self-expression and international dialogue. In doing so, the country will cultivate a new generation of confident,

intercultural communicators who are rooted in their heritage and ready for global engagement.

References

1. American Councils. (2024). *English Speaking Nation program trains over 18,000 teachers in Uzbekistan*.
2. British Council. (2023). *English Impact: Uzbekistan*.
3. Byram, M. (1997). *Teaching and assessing intercultural communicative competence*. Multilingual Matters.
4. Krashen, S. (1985). *The input hypothesis*. Longman.
5. Rakhmonova, Z. (2020). Teaching English in secondary schools of Uzbekistan. *International Journal of Engineering and Research Development*, 5(ICIPPS).
6. Tomlinson, B. (2011). *Materials development in language teaching*. Cambridge University Press.

BOSHQARUV TIZIMIDA AYOLLAR VA ERKAKLAR O'RTASIDAGI GENDER XUSUSIYATLARINING AHAMIYATI

Badritdinova Madina Baxromovna

*Namangan davlat pedagogika instituti dotsenti, psixologiya fanlari bo'yicha
falsafa doktori (PhD)*

Kirish. Bugungi kunda ayolning oila va jamiyatdagi liderligi masalasi an'anaviy tasavvurlardagi paternalizm tamoyillariga zid bo'lsa-da, kuzatishlar, yoshlar va ayollar o'rtasida o'tkazilgan so'rovlarda bu hodisaga nisbatan yangicha yondashuv shakllanayotganligidan darak bermoqda. Gender muammolariga bag'ishlab o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oila va jamiyatdagi gender rollarining taqsimoti xalqning madaniyati, ma'naviyati va turmush tarzidan kelib chiqarkan. Ijtimoiy taraqqiyot manfaatlari nuqtai nazaridan olinganda, erkaklar va ayollarning jamiyatdagi gender o'rni masalasi barcha ijtimoiy-siyosiy tuzimlarda ham o'ziga xos ahamiyatga ega muammo sifatida qaralib kelingan. Lekin bevosita xotin-qizlarning jamiyatda tutgan o'rniga u yoki bu jins vakillari tomonidan berilgan baho turli sharoitlarda o'z ko'rinishini o'zgartirib borayotgan hodisadir[1].

Demokratik o'zgarishlar O'zbekistonda istiqomat qilayotgan barcha millat va elatlarga mansub bo'lgan fuqarolar, jumladan, xotin-qizlar ongi hamda tafakkurida ham ayrim o'zgarishlarni keltirib chiqarmoqda. Bu o'zgarishlar o'z navbatida ularning oila, mahalla va jamiyatdagi mavqeyi hamda ijtimoiy-psixologik maqomida, gender munosabatlarida o'z aksini topmoqda [2].

Gender munosabatlari va rollar taqsimoti tizimida bugungi O'zbekiston yigitlari va qizlarining o'rni tahlil qilinadigan bo'lsa, shuni alohida ta'kidlash lozimki, gender rollari to'lig'icha madaniy muhitga bog'liqligi va bu rol ular ma'lumotlilik darajasiga mos ravishda o'zgarayotganligini kuzatish mumkin. Lekin ijtimoiy fikr so'rovlarida o'zbek ayollarining gender munosabatlarida to'laligicha erkaklar bilan tengliklari e'tirof etilsa-da, asli ko'pchilik ongida ayol baribir o'sha o'zining an'anaviy rollari doirasida tasavvur qilinadi. Bu holatning ham ijobiy, ham salbiy jihatlari mavjud. Masalan, psixolog olimlarning olib borgan eksperimental kuzatishlarda shu narsa aniqlanganki, gender munosabatlarining xarakteri, erkaklik yoki ayollik vazifalarining qanchalik adekvat tasavvur qilinishi, eng avvalo, oila muhitiga, undagi erkak va xotin, ota va onaning o'z rollarini qanday bajarishlari hamda farzand tarbiyasidagi ulushlari salmog'iga bog'liqdir.

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, gender munosabatlarining to'g'ri bo'lishi ilk yoshlikdan, ya'ni amalda ota-onaning qiz yoki o'g'il bolaga nisbatan tutgan mavqelariga bevosita bog'liqdir. Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, oilada, ayniqsa, o'zbek oilasida o'g'il bolaga e'tibor va unga g'amxo'rlik kuchliroq ekan. O'rtacha xarid qilib olib beriladigan o'yinchoqlarning soni o'rganilganda, o'g'il bolaga o'nta o'yinchoq olinsa, qiz bolaga taxminan oltita olinarkan, qolaversa, o'yinchoqlarning saqlanish muddatlari ham har xil ekan, qiz bolaga olingan o'yinchoqlar ko'proq muddatga xizmat qilsa, o'g'il bolani 1-2 haftadan oshmas ekan. Bu holat [3]:

- birinchidan, turli jins vakillari psixologiyasidagi tafovutlarni keltirib chiqarsa;
- ikkinchidan, ularning maishiy muammolarga qarashlaridagi farqlarni ham taqozo etadi;

- uchinchidan, ular aqliy salohiyati oshishidagi ma'lum o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Aynan shu sabab, o'g'il boladagi konstruktorlik va kashfiyotchilik sifatlarini rivojlantirsa, qizlardagi buyumlarga munosabat unda kelajakda tadbirkorlik, saronjom-sarishtalik, tejamkorlik kabi qator yaxshi sifatlarini tarbiyalar ekan.

Ayollarning rahbarlik mavqelari nuqtai nazardan tahlil qilinganda, ba'zi murakkabliklar kelib chiqadiki, buni o'sha ayolning rahbarlik faoliyatini uddalashi uchun o'zini qay darajada erkin tutishiga juda bog'liq, ya'ni, rahbarlik kursidagi ko'pgina ayollar o'zlarini tutishlari, ish yuritishlari, hattoki, odamlarga munosabatlarda erkaklarga o'xshab ketadilar. Umuman, olganda, erkaklar va ayollar o'rtasida o'xshashliklar ham, tafovutlar ham mavjud, lekin tafovutlar hammaning diqqatini ko'proq tortadi. Har bir alohida olingan erkak yoki ayolning shaxs sifatidagi individual farqlaridagi tafovut gender rollaridagi tafovutlardan ortiqroq bo'lsa-da, eng muhim sifatlar nuqtai nazaridan – ya'ni tobelik va emosional bog'liqlik sifatlarida tub farqlar bo'lgani uchun ham ijtimoiy-psixologik farqlar kattaday tuyuladi.

Xususan, O'zbekistonda o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlar (V.Karimova, G'.Shoumarov, O.Shamiyeva va b.q.) o'rta bo'g'in rahbar ayolari faoliyatining o'ziga xos jihatlari borligini isbotladi. Masalan, bu o'ziga xosliklar quyidagilar [4]:

** Ayol rahbar o'z ish-faoliyatida bevosita rahbarlardan tashqari, o'z xodimlarining fikrlarini ham inobatga olib ishlaydi;

** Bunday rahbar eng avvalo o'zi boshqarayotgan jamoadagi insonlar o'rtasidagi shaxslararo munosabatlarga ko'proq e'tibor beradi;

** Ayol rahbar qarorlar qabul qilishda ham kamida 2-3 kishining ma'qullashiga erishib, so'ngra oxirgi qarorga keladi;

** Ayol-rahbar ish manfaatlari bilan oila manfaatlarini deyarli bir darajada ahamiyatli deb qaraydi;

** Uning xodimlarga beradigan ko'rsatmalari ko'proq konstruktiv bo'lib, tashabbus ko'rsatuvchi xodimlar bilan kompromisslarga borib ishlaydi;

** Ayol-rahbar o'z xodimlarining shaxsiy hayotlari hamda oilaviy sharoitlari bilan vaqti-vaqti bilan qiziqib turadi va hokazo.

Maxsus tadqiqotlar orqali ayrim katta yuqori lavozimlarda ishlaydigan ayollar sifatleri ham o'rganilgan. To'g'ri, aynan katta siyosat bilan shug'ulanuvchi ayollar soni erkaklarga nisbatan ancha kam bo'lsa-da, davlat rahbarligi, oliy majlis, senatlar, kongresslarda faolyat ko'rsatayotgan ayollar shaxsiy sifatleri shkalasida sof ayollik sifatlaridan tashqari, erkaklarga xos bo'lgan tavakkalchilik, shijoat, matonat, sabr-bardosh, faollik, intiluvchanlik, yuqori madaniyat, fikrlashning analitik qobiliyati kabi qator erkaklik sifatlarini o'zida mujassam etgan ayollarning siyosiy-ijtimoiy va tarixiy rollari muhim ekanligi isbotlandi. Ya'ni, ayol kishi rahbarlik lavozimida yuqoriga ko'tarilgan sari, o'zida erkaklarga o'xshash sifatleri ko'proq namoyon etishga moyil, oila manfaatlarini ham sekin-asta jamiyatnikidan keyingi o'rinlarga qo'yadigan bo'lib boradi.

Masalaning muhim jihati shundaki, aynan katta lavozimlardagi ayollarning noan'anaviy sifatleri xarizmtikmi yoki rahbarlik pillapoyalaridan ko'tarilgan sari orttiriladigan sifatlar ekanligini empirik materialda o'rganish lozim. Vaholangki, jamiyatning teng yarmini tashkil etadigan xotin-qizlarning davlat va jamiyat qurilishidagi o'rni va salohiyatidan oqilona va o'rinli, oila manfaatiga ziyon yetkazmagan holda foydalanish psixologik jihatdan oqlangandir.

Boshqaruv tizimida ayollar va erkaklar o'rtasidagi gender xususiyatlarning ahamiyati ko'p qirrali va muhim masala sifatida ko'rib chiqiladi. Bu mavzu harbiy tuzilmalarning samaradorligi, jamoaviy dinamika va zamonaviy talablarga moslashish nuqtai nazaridan muhimdir. Quyida bu masalaga oid asosiy jihatlarni ko'rib chiqamiz:

Boshqaruv tizimida ayollar va erkaklarning ishtiroki tashkilotning umumiy samaradorligiga turli xil ko'nikmalar, tajriba va nuqtai nazarlarni olib keladi. Gender xususiyatlarning ahamiyati quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi [5]:

- Turli nuqtai nazar va muammoni hal qilish: Ayollar va erkaklar ko'pincha turli yondashuvlar va qaror qabul qilish usullariga ega. Ayollar ko'proq hamkorlikka asoslangan, empatik va ijtimoiy ko'nikmalarga ega bo'lishi mumkin, bu esa jamoaviy muammolarni hal qilishda muvozanat yaratadi. Erkaklar esa ko'pincha strategik va

tezkor qaror qabul qilishda faolroq bo'lishi mumkin. Bu ikki xil yondashuvning uyg'unlashuvi harbiy operatsiyalarning sifatini oshiradi.

- Liderlik uslublari: Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ayollar ko'proq transformatsion liderlik uslubini (motivatsiya, ilhomlantirish) qo'llasa, erkaklar ko'pincha transaksion liderlik (topshiriqqa yo'naltirilgan) uslubiga moyil bo'lishi mumkin. Harbiy tizimda bu ikki uslubning kombinatsiyasi jamoa ruhini va samaradorlikni oshiradi.

- Operatsion moslashuvchanlik: Zamonaviy harbiy operatsiyalar nafaqat jismoniy kuch, balki razvedka, psixologik operatsiyalar, muloqot va tinchlikparvar missiyalarni talab qiladi. Ayollar ko'pincha ijtimoiy va psixologik operatsiyalarda yuqori natijalarga erishadi, bu esa harbiy tizimning kengroq kontekstda muvaffaqiyatli bo'lishiga yordam beradi.

Harbiy tizimda gender tengligini ta'minlash nafaqat adolat masalasi, balki tashkiliy samaradorlik uchun zarur [6]:

- Kadrlar salohiyatini oshirish: Ayollar va erkaklarning teng ishtiroki kadrlar tanlovini kengaytiradi, bu esa eng yaxshi nomzodlarni jalb qilish imkonini beradi.

- Jamoaviy dinamika: Turli jinsdagi xodimlarning ishtiroki jamoa ichidagi ishonch va hamkorlikni mustahkamlaydi.

- Xalqaro talablarga moslashish: Ko'plab davlatlar va xalqaro tashkilotlar (masalan, BMT) harbiy tuzilmalarda gender tengligini qo'llab-quvvatlaydi. Bu talablarga rioya qilish xalqaro hamkorlik va tinchlikparvar missiyalarda ishtirok etishni osonlashtiradi.

Gender xususiyatlarning ahamiyatiga qaramay, harbiy tizimda ba'zi muammolar mavjud [7]:

- Stereotiplar va kamsitish: Ba'zi hollarda ayollar harbiy sohada "yetarli darajada kuchli emas" degan stereotiplarga duch kelishi mumkin. Bu ularning martaba rivojlanishiga to'sqinlik qiladi.

- Jismoniy talablar: Harbiy xizmatning ba'zi yo'nalishlari yuqori jismoniy tayyorgarlikni talab qiladi, bu esa ayollar uchun qo'shimcha sinov bo'lishi mumkin. Ammo zamonaviy texnologiyalar va tayyorgarlik dasturlari bu farqni kamaytirmoqda.

- Ish va oila muvozanati: Ayollar ko'pincha oilaviy majburiyatlar tufayli qo'shimcha bosimga duch keladi, bu esa harbiy xizmatda uzoq muddat ishtirok etishga ta'sir qilishi mumkin.

Boshqaruvtizimida gender xususiyatlarning ahamiyatini oshirish uchun quyidagi choralar ko'rilishi mumkin:

- Ta'lim va treninglar: Gender tengligi bo'yicha treninglar o'tkazish, stereotiplarni bartaraf etish va inkluziv muhit yaratish.

- Teng imkoniyatlar: Ayollar va erkaklar uchun teng martaba rivojlanish imkoniyatlarini ta'minlash.

- Moslashuvchan siyosat: Oilaviy majburiyatlarni hisobga olgan holda moslashuvchan ish jadvallari va qo'llab-quvvatlash tizimlarini joriy etish.

- Ayollar liderligini rag'batlantirish: Ayollarni yuqori lavozimlarga ko'tarilishiga yordam beradigan mentorlik dasturlari tashkil etish.

Boshqaruvtizimida ayollar va erkaklar o'rtasidagi gender xususiyatlarning ahamiyati ularning turli ko'nikma, tajriba va yondashuvlari orqali tashkilotning umumiy samaradorligini oshirishda namoyon bo'ladi. Gender tengligini ta'minlash nafaqat adolatli, balki harbiy tuzilmalarning zamonaviy talablar va xalqaro standartlarga moslashishi uchun strategik jihatdan muhimdir. Shu bilan birga, stereotiplar va tashkiliy to'siqlarni bartaraf etish orqali ayollar va erkaklarning teng ishtirokini ta'minlash harbiy tizimning yanada muvaffaqiyatli bo'lishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. M.Badritdinova. Ayollar ijtimoiy faolligini ta'minlashda gender menejmentning o'rni. Ilmiy maqolalar to'plami. Toshkent.: 2011

2. V.Karimova, O.Hayitov, F.Akramova, N.Lutfullayeva. PSIXOLOGIYA: Nopedagogik va nopsixologik oliy o'quv yurtlari uchun darslik// V.M.Karimovanning umumiy tahriri ostida. – Toshkent. T.: TDIU, 2007.

3. Бадритдинова, М. Б. (2024). Методологические проблемы устранения фобий в современной психологии. *Science and Education*, 5(11), 311-318.

4. Вахромова, В. М. (2024). Та'лим jarayonida qo'rquvni bartaraf etishga innovatsion yondashuv. *TADQIQOTLAR. UZ*, 49(3), 13-19.

5. Бадритдинова, М. Б. (2014). НЕКОТОРЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ. In *ИНСТИТУТЫ И МЕХАНИЗМЫ ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ: МИРОВОЙ ОПЫТ И РОССИЙСКАЯ ПРАКТИКА* (pp. 37-42).

6 Бадритдинова, М. Б. (2024). Методологические проблемы устранения фобий в современной психологии. *Science and Education*, 5(11), 311-318.

7. Бадритдинова, М. Б. (2016). ПРОГРЕССИВНЫЕ И РЕГРЕССИВНЫЕ ТИПЫ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ. *NovaInfo. Ru*, 2(40), 199-202.

8. Badritdinova, M. B. (2024). TALABALARDA IMTIHON JARAYONI BILAN BOG'LIQ FOBIYALARNI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK MECHANIZMLARI. *UBS Scientific Bulletin*, 1(3), 102-109.

BOJXONA XIZMATCHILARIGA STRESS HOLATIDA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH NAZARIYAYASI VA AMALIYOTI

Barotov Shuxrat Sharipovich
Buxoro xalqaro universiteti o'qituvchisi

Kirish.O'zbekistonda psixologik xizmat tizimining joriy etilishi ko'p tarmoqli va

keng ko‘lamli jarayon ekanligi bilan alohida ajralib turadi. Qolaversa, har bir ijtimoiy tizimda psixologik xizmatning joriy etilishi shu tizimda faoliyat yuritayotgan shaxs va ijtimoiy taraqqaiyot uyg‘unligini ta‘minlashga xizmat qiladi. O‘ylaymizki, ushbu “ta‘minot” ning qanchalik mukammal va ilmiy tarzda tashkil etilishi shu hududda istiqomat qiluvchi har bir fuqaroning alohida shaxs sifatidagi ijtimoiy-psixologik istiqbollari belgilab berishga xizmat qiladi. Shu ma‘noda mazkur tadqiqot ishimiz aynan O‘zbekistondagi mahallalar tizimida psixologik xizmatning o‘rni va ahamiyatini alohida tadqiq qilish va shu tadqiqot natijalariga asosanib muayyan ilmiy-amaliy tavsiyalarini taqdim etish masuliyatini olganligi bilan boshqa tadqiqotlardan alohida ajralib turadi. Zero, har bir insonning o‘ziga xos psixologik tabiatini bilish va shu asosda unga ta‘sir etish orqaligina uning ijtimoiy muvaffaqiyatlarini taminlash mumkin.

Bojxona xizmatchilari faoliyati keng ko‘lamli, mas‘uliyatli va psixoemotsional jihatdan murakkab kasblar qatoriga kiradi. Bojxona xodimi ish jarayonida nafaqat yuridik va iqtisodiy bilimlarga, balki psixologik chidamlilik va stressga bardosh berish qobiliyatiga ham ega bo‘lishi shart.

Bojxona xizmatining mohiyatidan kelib chiqib, quyidagi psixologik xususiyatlar ajratib ko‘rsatiladi:

- Qaror qabul qilishning yuqori darajada tez va aniq bo‘lishi;
- Mustaqil fikr yuritish va tashabbus ko‘rsatish qobiliyati;
- Tashqi omillar ta‘sirida doimiy ruhiy bosimga chidamlilik;
- Ish vaqtidagi uzluksiz diqqat va mas‘uliyat hissining yuqoriligi;
- Mehnat faoliyatida yuqori darajadagi stress va emotsional charchoq xavfi.

Bojxona xizmatchilarida stress va ruhiy charchoq holatlari ko‘p uchraydi. Bularga sabab:

- Uzoq vaqt mobaynida ruhiy bosim ostida ishlash;
- Qonunbuzilish holatlarini fosh etishdagi xavf;
- Muloqotdagi qiyinchiliklar va agressiv muhitda ishlash;
- Noto‘g‘ri rahbarlik uslublari yoki ichki tashkilot muammolari.

Psixologik xizmat nazariyasida quyidagi tamoyillar asos qilib olinadi:

- Preventiv yondashuv (oldini olish choralari);
- Interaktiv yondashuv (xodim bilan individual ishlash);
- Sistemalilik (doimiy monitoring va tahlil);
- Maxfiylik va ishonchlilik.

Bojxona xizmatchilariga psixologik xizmat ko‘rsatish muammosi jahonning turli davlatlarida turli hil ko‘rinishlarda tashkil etilayotganini kuzatish mumkin. Jumladan, Amerikada “Gaydens” maktabining Kaunsling hizmati, Fransiyada “Bine-Simon” maktabi, Chexoslovokiya “Psixolog – maslaxatchilar maktabi” Xitoyda “Psixologik salomatlik maktabi”, Rossiyada I.V.Dubrovina maktabi tajribalari dunyo olimlari tomonidan alohida o‘rganilmoqda. Ushbu maktab olimlari tomonidan yaratilgan ilmiy

martabalar bugungi psixologik xizmat amaliyoti uchun metodologik asos sifatida xizmat qilishi mumkin.

Bojxona xizmatchilarida uchraydigan psixologik muammolarning nazariy tasnifi

- Fiziologik stress;
- Emotsional stress;
- Kasbiy deformatsiya (ishga nisbatan shubha va salbiy munosabat shakllanishi);
- Ijtimoiy izolyatsiya (shaxsiy hayotda aloqalar kamayishi).

Bojxona psixologik xizmatining nazariy vazifalari

- Stress va ruhiy charchoq darajasini muntazam baholash;
- Shaxsiy va kasbiy rivojlanishni qo‘llab-quvvatlash;
- Stressga qarshi chidamlilikni oshirish;
- Motivatsion treninglar tashkil qilish;
- Ruhiy sog‘lom muhitni ta’minlash.

Bojxona xodimlariga psixologik xizmat ko‘rsatishni ijtimoiy psixologik muammo sifatida o‘rganilishi O‘zbekistonda muayyan darajadagi psixologik bilimlarining bevosita amaliyotda ko‘llanilishi va maxallada istiqomat qiluvchi xar bir shaxsning o‘ziga xos ijtimoiy-psixologik istiqbollari ochib berishda muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki, insonni bilish va uning tashqi (real) hamda ichki (ideal) olamiga adekvat ta’sir ko‘rsatish va shu ta’sirlar orqali uni boshqarish mumkinligi aniq bo‘lsada, bu darajada turli xil ijtimoiy, iqtisodiy, ma’naviy va individual psixologik manfaatlar mushtarakligiga ham alohida e’tibor berishga to‘g‘ri keladi. Ayni paytda har bir insonning shakllanishi unga xizmat ko‘rsatuvchi tizimlarning to‘laqonli ilmiy-amaliy salohiyatiga bevosita bog‘liqdir. Shu ma’noda psixologik xizmat metodologiyasi o‘zining shakllanishi va tuzilishiga ko‘ra faqat insonga va uning betakror shaxs sifatidagi ijtimoiy-psixologik taraqqiyotiga bevosita xizmat qilishi bilan ahamiyatlidir. Shu boisdan psixologik xizmatga bo‘lgan ehtiyoj tobora ortib muayyan darajadagi dolzarblik kasb etmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Алиев А.Б. Таможенная психология. – Москва: Юнити-Дана, 2020.
2. Баратов Ш.Р. ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИЯ ВА ТАШКИЛОТЛАРДА СТРЕСС БОШҚАРУВИ. – Бухоро, 2022.
3. Мирзаев А. Стресс ва касбий фаолият психологияси. – Тошкент, 2019.
4. World Customs Organization Report, 2023: Customs Officers’ Mental Health Challenges and Solutions.
5. International Labour Organization: Occupational Stress and Emotional Burnout Studies, 2022.

OILADA O'SMIRLAR XULQ-ATVORINING SHAKLLANISHIDA ETNOPSIXOLOGIK OMILLARNING TA'SIRI

D.Sh.Barotova,

Buxoro xalqaro universiteti "Psixologiya va umumiy fanlar"

kafedrasi o'qituvchisi,

U.H.Rasulova,

BXU psixologiya kafedrasi 2-kurs magistranti

Kirish O'zbekiston Respublikasi mustaqillikka erishishi munosabati bilan ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyoti yangi bosqichiga ko'tarildi. Yangi demokratik jamiyatni barpo qilishning muhim omili hisoblangan umuminsoniy va umumbashariy qadriyatlarga hamda milliy an'analar rivojiga keng imkoniyatlar ochib berildi. Shu jumladan aytib o'tishimiz joizki, mustaqillik davrida jamiyatimiz negizi hisoblangan oilalarga alohida e'tibor qaratildi. Oila – o'zining reproduktiv funksiyasi tufayli inson hayotining davomi manbai hisoblanadi. Bu dastlab insonning shaxsiyatini shakllantiradigan ijtimoiy guruhdir. Oila jamiyatning ijodiy va ishlab chiqarish kuchlarini oshirishga yordam beradi. Oila o'zining yangi a'zolarini jamiyatga tanishtiradi, ularga til, urf-odat va urfodatlarni, ushbu jamiyatda majburiy bo'lgan asosiy xulq-atvor namunalarini o'tkazadi, insonni jamiyatning ma'naviy qadriyatlari olamiga kiritadi, uning xatti-harakatlarini nazorat qiladi. Oilaning ijtimoiy funksiyalari nafaqat bolalarga, balki turmush o'rtoqlarga nisbatan ham namoyon bo'ladi, chunki nikoh jamiyat hayotida katta rol o'ynaydigan jarayondir. Oilaning asosiy vazifalaridan biri uning barcha a'zolarining shaxsiyatini rivojlantirish uchun sharoit yaratishdir. Oila shaxsning turli ehtiyojlarini qondiradi. Bolalarning tug'ilishi nafaqat o'z turini davom ettirish ongidan quvonch keltiradi, balki kelajakka ishonch bilan qarashga imkon beradi.

O'smir yoshdagi bolalar shaxsining va xulq-atvorining shakllanishida etnopsixologik omillarning va oilaning o'rni juda muhimdir. Bolalar o'z oilasidan o'ziga xos etnopsixologik xususiyatlarni oladi. Etnopsixologik xususiyatlar oilaning ma'naviy va jismoniy taraqqiyotiga chuqur ta'sir qiladi va bolalarni o'zlarining etnik jihatlariga, millatiga va insoniy g'oyalariga oid shakllantirishda katta o'rin egallaydi. "Etnopsixologiya" – etnografiya va psixologiya fanlarining qo'shilishidan tashkil topgan bo'lib, grekcha "ethnos" – xalq, qabila, "psixologiya" – ruh ilmi, degan ma'nolarni anglatadi. Bu fan ma'lum millat va etnik birlik vakillarining o'ziga xos ruhiy qiyofasi, xulq atvorining, zamonaviy termin bilan aytsak, mentalitetni o'rganadi. Har bir xalqqa xos bo'lgan milliy xarakter, urf-odat va an'analar, millat tuyg'ulari va did, etnik ong va milliy o'zini o'zi anglashi, vujudga keltirishi, namoyon bo'lishi, o'zgarishi va rivojlanishi kabi masalalar ham etnopsixologiyani o'rganish obyekti hisoblanadi. Tadqiqotchilar tomonidan etnopsixologiya masalalarini o'rganishda ma'lum muvaffaqiyatlarga erishilgan bo'lsa ham, lekin uning ko'p muammolari hali o'zining yechimini to'la topgan emas. Buning o'rnini aniqroq tushuntirish uchun oilaning

jismoniy va ruhiy holati, ularning oila a'zolari bilan o'zaro munosabatlari, taraqqiyoti, ma'naviy-madaniy va diniy xususiyatlari kabi holatlar kengroq o'rganilishi lozimdir.

O'smir yoshidagi bolalar xulq-atvorining rivojlanishida etnopsixologik omillarning o'rni bilan bog'liq bo'lgan ko'p muhim xususiyatlari mavjud:

1. Oilaviy aloqalar: oilaning qanday ta'sir qilishi, qanday boshqarish ko'rsatishi va oila a'zolari orasidagi munosabatlarni qanday shakllantirishi. Bu, bolalarning psixologik rivojlanishiga va jamiyatda integratsiyasiga qanday ta'sir ko'rsatishi mumkinligini aniqlashda muhimdir.

2. Madaniy va diniy muhit: oilaning ma'naviy muhitining xususiyatlari, uning turli madaniy va diniy aniqlovchi belgilari, bolalarning manaviy tarbiyasini, qadriyatlarini va qo'llab-quvvatlash vositalarini shakllantirishda katta ro'l o'ynaydi.

3. Taraqqiyot va rivojlanish: oilaning ijtimoiy taraqqiyotining darajasini, ilmiy va ijtimoiy darajalarini, ma'naviy qulayliklari va istiqbollari, oilaviy faoliyati va boshqa shakllari, bolalarning o'sishi va rivojlanish jarayonini ko'rsatishda o'ziga xos o'rin egallaydi.

4. Oilaviy qo'llab-quvvatlash va do'stlar muhitining ahamiyati: bolalarning o'sish jarayonida do'stlar va oilaviy qo'llab-quvvatlash tizimi, ularning o'zaro aloqalari va maslahatlashish tizimlari o'rnini tashkil etadi.

5. Turli yoshdagi bolalar o'sish jarayonida o'zaro farq qilishlari: o'smir yoshdagi bolalar shaxsiy etnopsixologik xususiyatlari, oilaning o'rtacha oila o'rnini o'rganishga va o'smir bolalarning turli yoshdagi o'sishi jarayonida turli turlardagi farqliklarni tushunishga yordam beradi.

Shaxslararo munosabatlar, ulardagi psixologik va etnopsixologik iliq muhit muammosiga taalluqli adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadi-ki, ta'lim-tarbiya jarayoni bir necha asrlar davomida buyuk allomalarning diqqat markazida turgan. Chunonchi, Sharq mutafakkirlaridan Muhammad Ibn Muso Al-Xorazmiy (783-850), Abu Nasr Farobiy (870-950), Abu Rayhon Beruniy (973-1048), Abu Ali ibn Sino (980-1037), Alisher Navoiy (1441-1501), Abdulla Avloniy (1878-1934) va boshqalar oilada bolalarni tarbiyalash muammosiga o'zlarining diqqat-e'tiborini qaratganlar va o'zlaridan keyingi, ya'ni bugungi kun avlodlariga qoldirganlar.

Sobiq ittifoq psixologlaridan A.K.Bayburin, Y.V.Bromley, L.Levi-Bryul va boshqalar tomonidan ham milliy va madaniy xususiyatlarning shakllanishini o'rganish bo'yicha tadqiqot ishlari olib borilgan. Lekin, o'smirlarning milliy xarakter xususiyatlari, ya'ni etnopsixologik xususiyatlarini o'rganish bo'yicha olib borilgan tadqiqot ishlari, bizning fikrimizcha, yetarli emas.

L.S.Vigotskiy, A.N.Leontyev, L.I.Bojovich, A.V.Petrovskiy, D.B.Elkonin, I.V.Dubrovina, D.I.Feldshteyn va boshqalar o'smir o'quvchilar shaxsining muloqot jarayonidagi holatlarining shakllanishi yuzasidan o'z nazariy qarashlarini bildirishgan. Lekin mazkur tadqiqotlarda ham ham milliy xususiyatlar chuqur o'rganilmagan. Shu bilan birga, ular O'zbekistonning psixologik iqlim sharoitidagi yashayotgan

shaxslarning muloqot sifatlarini hammasiga har doim ham mos kelavermaydi. Shuningdek, sobiq ittifoq davrida psixologiya fanida o‘smirlarning etnopsixologik xususiyatlarini shakllantirish va saqlashning eng asosiy ijtimoiy institutlari bo‘lmish oila va maktabni ilmiy jihatdan tadqiq qilishga yetarli darajada e‘tibor berilmagan.

Respublikamizning psixolog olimlaridan M.G.Davlatshin, E.G‘.G‘oziyev, B.R.Qodirov, G‘.B.Shoumarov, V.M.Karimova, N.A.Sog‘inov, T.M.Adizova va boshqa psixologlarning oila va oilada o‘smir bolalar tarbiyasi bo‘yicha olib borgan ishlari e‘tiborga loyiq. Shuningdek, o‘zbek va rus tilida ta‘lim olayotgan o‘smirlarning etnopsixologik shaxs xususiyatlari va muloqot sifatlarining o‘ziga xosligining o‘rganilishi ham bugungi kunning eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Xulosa qilib aytish mumkin-ki, o‘smir yoshidagi bolalar xulq-atvorining etnopsixologik xususiyatlarini shakllantirishda oilaning roli, undan tashqari, tashqi muhitning o‘rni katta ahamiyatga egadir. Chunki oila bu, tarbiya o‘chog‘idir. Har bir bola ta‘lim-tarbiyani, milliy va umuminsoniy qadriyatlar nima ekanligini, milliy qadriyatlarimizga hurmat ruhini tarbiyalashda, qisqacha qilib aytganda, hayotning barcha jabhalari uchun kerakli ma‘lumotlar bazasini oila ostonasidan shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G‘oziyev E. “Umumiy psixologiya”. – T.; O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2010. B.548.
2. Davlatshin M.G. “Yosh va pedagogik psixologiya”. – T., 2004.
3. Nishanova Z.T. va boshqalar “Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya”. – T.; O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2018. B.332.
4. Qodirova M. (2020). Voyaga yetmagan o‘smirlar xulq atvorini shakllantirishda olib boriladigan ishlar mazmuni. Архив Научных Публикаций JSPI.
5. Qodirova M. (2020). Особенности периода взросления подростка. Архив Научных Публикаций JSPI.

BOLANING IJTIMOIYLASHUVIDAGI PSIXOLOGIK VA IJTIMOIIY OMILLAR

“TIQXMMI” MILLIY TADQIQOT UNIVERSITETI

**“Professional ta‘lim” kafedrası pofessori,
psixologiya fanlari doktori (DSC)**

Baykunosova Gulmira Yuldibayevna

Kirish.Ijtimoiy psixologiya inson va jamiyat munosabatlarini o‘rganuvchi muhim fan sifatida bola, oila va jamiyat o‘rtasidagi uzviy aloqalarni tahlil qiladi. Bola shaxsiyatining shakllanishi, uning ijtimoiylashuvi, oila muhiti va jamiyatning ta‘siri orqali kechadi. Shu bois, ushbu masala psixologiya fani va amaliyotida hamisha dolzarb e‘tibor markazida bo‘lib kelgan.

Oila bola hayotidagi birinchi ijtimoiy muhit hisoblanadi. U yerda bola nafaqat turmush tarzi, balki qadriyatlar, axloq normalari va emotsional munosabatlarni o'rganadi. Ota-onaning munosabati, ularning o'zaro muomalasi, tarbiya uslublari bolaning shaxsiy rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Masalan, mehribonlik va qo'llab-quvvatlash bor muhitda o'sgan bola o'zini erkin ifoda etadi, ijtimoiy munosabatlarda faol bo'ladi.

Oila o'z navbatida jamiyatning ajralmas qismi sifatida undan ta'sirlanadi va unga ta'sir ko'rsatadi. Jamiyatdagi iqtisodiy holat, madaniy an'analar va ijtimoiy munosabatlar oilaning ichki muhitiga to'g'ridan to'g'ri ta'sir qiladi. Shu bilan birga, oila ham jamiyatdagi ijtimoiy jarayonlarga hissa qo'shadi. Masalan, farzandlar orqali milliy an'analar, axloqiy me'yorlar va madaniy meros avloddan avlodga o'tib boradi.

Bolaning ijtimoiylashuvi – uning shaxsiy tajribalari orqali jamiyat qoidalarini, rollarini va munosabatlarini o'rganishi jarayonidir. Maktabdagi ta'lim, tengdoshlar bilan munosabat, ommaviy axborot vositalari va zamonaviy texnologiyalar bola dunyoqarashining kengayishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, ijtimoiylashuv jarayonida oila bolaga asosiy tarbiya va qadriyatlarni singdirishda yetakchi rol o'ynaydi.

Inson shaxsining shakllanish jarayoni jamiyat bilan uzviy bog'liqdir. Ayniqsa, bola uchun ijtimoiylashuv — bu uning jamiyatga kirib borishi, ijtimoiy tajribalarni o'zlashtirishi va shaxsiy sifatlarini rivojlantirish jarayonidir. Mazkur jarayon bolaning oilasi, maktabi, do'stlari hamda kengroq ijtimoiy muhit ta'siri ostida kechadi.

Ijtimoiylashuv — bu bolaning jamiyatda amal qiluvchi qadriyat, norma va qoidalarga moslashishi hamda ularni o'z xatti-harakatida namoyon eta olish qobiliyatini anglatadi. Psixologik adabiyotlarda ijtimoiylashuv ikki asosiy yo'nalishda ko'rib chiqiladi:

1. Jamiyatning bola shaxsiga ta'siri — ya'ni ijtimoiy institutlar orqali bola ongiga qadriyatlar singdirilishi.

2. Bolada individual moslashuv jarayoni — bolaning o'z tajribasi, qiziqishlari va ehtiyojlariga mos tarzda ijtimoiy muhitni qabul qilishi.

Oilada bola birinchi marta ijtimoiy munosabatlarni o'rganadi. Ota-ona va yaqin qarindoshlarning tarbiyaviy uslubi bolaning shaxsiyati va ijtimoiy qadr-qimmatini belgilovchi asosiy omildir. Masalan, mehribon va qo'llab-quvvatlovchi muhit bolaning o'ziga ishonchini oshirsa, zo'ravon yoki beparvo muhit ijtimoiylashuv jarayonini qiyinlashtiradi.

Bola maktabga borgach, ijtimoiylashuv jarayoni yangi bosqichga o'tadi. Bu davrda bilim olish, jamoaviy faoliyatda ishtirok etish, intizom qoidalariga rioya qilish kabi jihatlar shakllanadi. Tengdoshlar guruhi esa bolaning o'zini tutishi, ijtimoiy mavqei va liderlik qobiliyatini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi.

Zamonaviy davrda ijtimoiylashuv faqatgina oila va maktab bilan cheklanmaydi. Televideniye, internet, ijtimoiy tarmoqlar orqali bola global ijtimoiy qadriyatlar bilan ham tanishadi. Shu sababli raqamli ijtimoiylashuvning ijobiy va salbiy tomonlarini

o‘rganish dolzarbdir.

Bolaning ijtimoiylashuvi murakkab va ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, unda oila, maktab, tengdoshlar, ommaviy axborot vositalari va keng jamiyat omillari birgalikda ta'sir ko'rsatadi. Bizning fikrimizcha, samarali ijtimoiylashuv uchun bolaning yosh davrlariga mos, izchil va mehribon muhit yaratish zarur. Zero, ijtimoiylashuv darajasi nafaqat bolaning shaxsiy kamoloti, balki kelajak jamiyatining taraqqiyoti uchun ham bevosita ahamiyatga ega.

Bola — oila — jamiyat uyg'unligida ijtimoiy psixologiyaning amaliy ahamiyati katta. Oilaviy maslahat markazlari, psixologik xizmatlar va maktabdagi psixologiya kabineti bolalarning ijtimoiylashuvini qo'llab-quvvatlashda muhim hisoblanadi. Ota-onalarga doimiy ravishda psixologiya sohasidagi bilimlarni yetkazish, ularning farzand tarbiyasida zamonaviy yondashuvlarni qo'llashini ta'minlaydi. Jamiyatda esa bolalar va oilalarni qo'llab-quvvatlovchi davlat va nodavlat tashkilotlar faoliyati muhim ahamiyatga ega.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy psixologiya bola, oila va jamiyat o'rtasidagi uzviy aloqalarni o'rganish orqali inson rivojlanishini chuqurroq anglash imkonini beradi. Oilaning bola shaxsiyatidagi roli, jamiyat ta'siri va ijtimoiylashuv jarayonining tahlili shuni ko'rsatadiki, barqaror jamiyat sog'lom oila va ma'naviy yetuk avlod asosida shakllanadi. Bizningcha, bola — oila — jamiyat uyg'unligi kelajak taraqqiyotining asosiy omili hisoblanadi.

Polilingvizm va shaxsning psixologik rivojlanishi: O‘zbekiston sharoitida til o‘rganishning kognitiv, ijodiy va madaniy jihatlari.

Begjanova Aydana Nuratdinovna

Berdaq nomidagi QDU Pedagogika va psixologiya
kafedrası assistent o'qituvchisi

Kirish. O‘zbekiston Respublikasi taraqqiyot strategiyasida ta’lim tizimini xalqaro standartlar asosida modernizatsiya qilish ustuvor yo‘nalishlardan biri bo‘lib qoldi. Ayniqsa, chet tillarni o‘qitishni ilg‘or metodika va strategiyalar bilan boyitish borasida muhim yutuqlar mavjud.

Masalan, 2021-yil 19-mayda qabul qilingan Prezident qarori asosida Xorijiy tillarni o‘rganishni ommalashtirish agentligi tashkil etildi, bu agentlik darsliklar va pedagogik metodlarni tashkillashtirishda markaziy rolga ega qilib belgilandi [4].

2022/2023-o‘quv yilidan boshlab maktablar uchun zamonaviy metodika asosida ishlab chiqilgan chet tili darsliklari joriy etilmoqda, shuningdek, tinglab tushunish, o‘qish, yozish va gapirish ko‘nikmalariga asoslangan kasbiy imtihonlar ham amalga oshirilmoqda [9]. Shu bilan birga, 2022-yil 1-martdan boshlab chet tili o‘qituvchilarini malaka oshirish kurslariga jalb qilish hamda pedagoglarning sertifikatlash tizimi yo‘lga qo‘yildi [2].

Xususan, 2022-yil may oyida “Chet tillarni o'rganishni ommalashtirish” agentligi tashkil etildi, bu davlat bo'g'inlari kesimida chet tillarni o'rganish metodikasini konsolidasiyalash va rivojlantirish aks etgan siyosiy hujjatdir [11].

Shu tarzda polilingvizm O'zbekiston uchun nafaqat ta'limiy balki ijtimoiy anglash darajasida ham strategik ahamiyatga ega bo'ldi. Til bilish nafaqat akademik salohiyatni oshiradi, balki talabalar tafakkurini kengaytiradi, madaniyatlararo muloqot salohiyatini shakllantiradi hamda ijodkorlik va moslashuvchanlik egasiga aylantiradi. Shu sababli, bu mavzuni ilmiy psixologik yondashuvda o'rganish juda dolzarbdir.

Ammo chet tillarni o'qitishning bunday tizimli rivojlanishi faqatgina ta'limiy natijalarni emas, balki shaxsning psixologik xususiyatlarini ham tubdan o'zgartiradi. Masalan, ko'p tilli ta'lim jarayonida talabalar nafaqat yangi lingvistik bilimlarni o'zlashtiradi, balki tafakkur doirasini kengaytiradi, kognitiv moslashuvchanlikni rivojlantiradi va madaniy intellekt darajasini oshiradi. Bunga dalil sifatida psixologik tadqiqotlarda ko'p tilli shaxslarning diqqat, xotira va tafakkur jarayonlari monolingv shaxslarga qaraganda faolroq va samaraliroq kechishi ta'kidlanadi (Luriya, 1974). Vygotskiy (1934) esa til tafakkur shakllanishining asosiy vositasi ekanini ilmiy asoslab bergan. Demak, polilingvizm shaxs tafakkurining ijodiy salohiyatini oshiruvchi, shaxslararo muloqot qobiliyatini kengaytiruvchi va ijtimoiy moslashuvchanlikni kuchaytiruvchi omil sifatida psixologiyada alohida ahamiyat kasb etadi.

Psixologiya fanida til va tafakkur o'rtasidagi uzviy bog'liqlik ko'plab nazariy va amaliy izlanishlarning markazida turadi. L.S. Vygotskiy tafakkurni til vositasida ijtimoiylashadigan jarayon sifatida talqin etgan bo'lsa [1, 56–60], A.R. Luriya ikki tillilik sharoitida kognitiv jarayonlarning neyropsixologik xususiyatlarini ochib bergan [2, 77–85]. G'arb psixologiyasida esa Sapir–Uorf gipotezasi tilni inson dunyoqarashini shakllantiruvchi kognitiv tizim sifatida tushuntiradi [4, 21–28; 5, 45–52].

So'nggi yillarda rus olimlari G.U. Soldatova va M.A. Teterina (2022) polilingvizmni yangi identitet va madaniy intellekt shakllanishining muhim manbai sifatida tadqiq etishgan [3, 62]. Ularning qarashlari ko'p tillilikni nafaqat lingvistik, balki ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida tahlil qilish zarurligini ko'rsatadi.

O'zbekiston psixologiya fanida esa polilingvizm masalasi alohida yo'nalish sifatida keng tadqiq etilmagan bo'lsa-da, shaxs tafakkuri, kognitiv jarayonlar, ijodiy tafakkur va shaxslararo muloqot bo'yicha qator muhim izlanishlar olib borilgan. Jumladan, E.G'. G'oziyev kognitiv jarayonlarning psixologik asoslarini [6, 114–120], M.G. Davletshin yoshlar tafakkurida til va madaniy muhitning o'rnini [7, 88–94], V.M. Karimova esa ijtimoiy psixologik omillarning shaxs rivojlanishidagi rolini tahlil qilgan [8, 45–49]. Z.T. Nishonova ijodiy tafakkurning ijtimoiy tabiatini yoritgan bo'lsa, boshqa mahalliy olimlar til hodisalari va bilingvizmning o'quv jarayoniga ta'sirini o'rganishga alohida e'tibor qaratgan.

Shu bois, ushbu tadqiqotning dolzarbligi polilingvizmni faqat lingvistik hodisa sifatida emas, balki shaxsning intellektual, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishini

belgilovchi psixologik fenomen sifatida o'rganish zaruratida namoyon bo'ladi.

Ushbu tamoyillar asosida polilingvizmni o'rganish va amaliyotga tatbiq etish quyidagi ilmiy qoida bilan ifodalanadi: "Ko'p tillilik shaxs tafakkurini kengaytiradi, madaniy intellektini rivojlantiradi va shaxslararo muloqot qobiliyatini oshiradi." Bu qoida nafaqat psixologik tadqiqotlarda, balki ta'lim jarayonida ham amaliy ahamiyatga ega. Masalan, talabalarda kognitiv o'yinlar, muammoli vaziyatlar va ijodiy topshiriqlar orqali ko'p tillilik salohiyatini oshirish mumkin.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, polilingvizm shaxsning kognitiv, ijodiy va madaniy intellektual rivojlanishida markaziy omil sifatida namoyon bo'ladi. Chet tillarni tizimli o'rganish jarayonida shaxsning diqqat, xotira va mantiqiy tafakkur kabi kognitiv jarayonlari faollashadi, murakkab nutqiy va ijtimoiy vaziyatlarda moslashuvchanlik kuchayadi, muammolarni hal etish va ijodiy yechimlar topish qobiliyati rivojlanadi. Shu bilan birga, til va madaniyatlararo muloqotga asoslangan faoliyat shaxsning ijtimoiy intellektini ham oshiradi, ya'ni u boshqalar bilan samarali muloqot qilish, turli madaniyatlar va ijtimoiy kontekstlarga moslashish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Polilingvizm shaxsning identiteti va madaniy intellektini shakllantirishda ham muhim rol o'ynaydi. Turli lingvistik va madaniy kodlarni qabul qilish va integratsiya qilish orqali poliglot talabalar ijodiy tafakkurining ijtimoiy va madaniy jihatlarini rivojlantiradi, shu bilan shaxsning kognitiv salohiyati va ijodiy imkoniyatlari kengayadi. Bu jarayonlar shaxsning o'quv faoliyati va akademik muvaffaqiyatlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Shuni ta'kidlash lozimki, chet tillarni o'rganish nafaqat lingvistik maqsadlarni amalga oshirish vositasi, balki shaxsning psixologik rivojlanishi, kognitiv moslashuvchanligi, ijodiy tafakkuri va madaniy intellektini shakllantiruvchi integrativ mexanizm sifatida qaralishi kerak. Polilingvizm shaxsning turli lingvistik va madaniy tajribalarga moslashish qobiliyatini oshirib, uning ijtimoiy va akademik muvaffaqiyatlarini ta'minlaydi. Shu asosda, polilingvizmni rivojlantirish nafaqat ta'lim tizimi, balki psixologiya va pedagogika fanlari doirasida ham strategik ahamiyatga ega bo'ladi.

O'zbekiston psixolog olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalarda polilingvizm faqat til bilimlarini oshirish vositasi sifatida emas, balki shaxsning kognitiv jarayonlarini faollashtiruvchi, ijodiy tafakkur va madaniy intellektini rivojlantiruvchi muhim psixologik mexanizm ekanini tasdiqlaydi. Shu nuqtai nazardan, polilingvizmni o'rganish va unga asoslangan metodik yondashuvlarni ishlab chiqish shaxsni har tomonlama rivojlantirishga xizmat qiladigan dolzarb ilmiy yo'nalish hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Выготский Л.С. Мышление и речь. – Москва: Гос. соц.-экон. изд-во, 1934. – С. 56–60

2. Лурия А.Р. Язык и сознание. – Москва: МГУ, 1979. – С. 77–85
3. Soldatova G.U., Teterina M.A. Многоязычие как фактор формирования новой идентичности и культурного интеллекта // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 2022. – №2. – С. 60–67
4. Sapir E., Whorf B.L. Language, Thought and Reality. – Cambridge: MIT Press, 1956. – С. 21–28
5. Weinreich U. Languages in Contact. – New York: Linguistic Circle, 1953. – С. 45–52
6. Гозиев Э.Г. Психология. – Т.: Universitet, 2002. – С. 114–120
7. Давлетшин М.Г. Психология. – Т.: O‘qituvchi, 1980. – С. 88–94
8. Каримова В.М. Социальная психология. – Т.: Universitet, 1991. – С. 45–49
9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori № PQ-5185, 2021-yil 19-may
10. O‘zbekiston Respublikasi Xorijiy tillarni o‘rganishni ommalashtirish agentligi, 2022
11. “Chet tillarni o‘rganishni ommalashtirish” agentligi tashkil etilishi, 2022

OILAVIY ZO‘RAVONLIKNI OLDINI OLISHDA MAHALLA VA JAMOA INSTITUTLARINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK FUNKSIYALARI

Bekmirzayeva Dilyora Jo‘raboy qizi

г.Ташкент. Узбекистан.

Kirish.Bugungi globallashuv va tezkor ijtimoiy o‘zgarishlar davrida jamiyat hayotida jamoa institutlarining roli yanada ortib bormoqda. O‘zbekistonda amalga oshirilayotgan keng ko‘lamli islohotlar, inson huquq va manfaatlarini ta‘minlash, aholining turli qatlamlarini ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash jarayonida mahalla, xotin-qizlar qo‘mitasi, yoshlar tashkilotlari va boshqa jamoa institutlarining faoliyati beqiyos ahamiyat kasb etmoqda.

Jamoa institutlari davlat va fuqarolar o‘rtasida muvozanat va muloqot maydonini yaratadi, ijtimoiy birdamlikni mustahkamlaydi hamda mahalliy muammolarni hal qilishda tezkor va samarali mexanizm vazifasini bajaradi. Ayniqsa, oilaviy zo‘ravonlik, ijtimoiy nizolar va huquqbuzarliklarning oldini olishda ularning ijtimoiy-psixologik funksiyalari dolzarb hisoblanadi.

Sud statistikasiga ko‘ra, 2023 yilda O‘zbekistonda ayollarga nisbatan zo‘ravonlik va tazyiq bilan bog‘liq 2638 ta jinoyat ishi hamda 10 091 ta ma‘muriy huquqbuzarlik ishi ko‘rib chiqilgan. Oliy sud axborotiga MJtKning 59–2-moddasi (oilaviy (maishiy) zo‘ravonlik) bilan 4343 nafar shaxs ma‘muriy javobgarlikka tortilib, ularning 2344 nafariga jarima, 1999 nafariga esa ma‘muriy qamoq jazosi qo‘llanilgan, jinoyat kodeksining 126-1-moddasi (oilaviy (maishiy) zo‘ravonlik) bilan 134 nafar shaxs sudlanib, ularning 51 nafariga ozodlikdan mahrum qilish jazosi, 83 nafariga esa

ozodlikdan mahrum qilish bilan bog'liq bo'lmagan jazolar tayinlangan.¹⁵ Bu raqamlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy zo'ravonlik faqat huquqiy muammo emas, balki **psixologik va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog'liq** bo'lgan hodisadir. Jazo choralarining qo'llanilishi muhim bo'lsa-da, muammoni ildizi bilan hal qilish uchun profilaktik ishlarni kuchaytirish, mahalla va jamoa institutlari faoliyatini samarali yo'lga qo'yish, oilalarda sog'lom muloqot va psixologik madaniyatni shakllantirish zarur.

Oiladagi zo'ravonlik – bu ijtimoiy jarayon bo'lib, har to'rtinchi oilada u yoki bu ko'rinishda namoyon bo'ladi. Bolalar, ayollar, qariyalar, nogironlar esa mazkur jinoyatdan eng ko'p aziyat chekadigan toifadir. Tadqiqotlarga ko'ra, oiladagi zo'ravonlikka uchragan ayollarning 60-70 foizi huquqni muhofaza qiluvchi organlarga murojaat qilmaydi. Nazarimda, oilaviy zo'ravonlikni oldini olishda psixososial yondashuv zarur bo'lib, bunda ayollarning huquqiy murojaat qilmasligiga sabab bo'luvchi qo'rquv va jamiyat bosimini yengishda psixologik yordam hamda jamoaviy qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Afsuski, O'zbekistonda oilaviy zo'ravonlik qurbonlari ko'pincha yordam va hamdardlik o'rniga jamiyat va hatto yaqinlari tomonidan qoralashga duch keladi. Ajrashish yoki oilaviy muammolarni ochiq aytish odatda salbiy qarshilikka sabab bo'ladi. Zo'ravon eridan ajralmoqchi bo'lgan ayol ko'pincha “ajrashgan” degan yomon nom bilan tang'alanishdan qo'rqadi. Shu sababli ko'plab ayollar kaltak va xo'rliklarga chidadilar. Tadqiqotlar ko'rsatishicha, zo'ravonlikka uchragan ayollarning 62,1 foizi qo'rquv, uyat yoki atrofdagilarning bosimi sabab huquqni muhofaza qiluvchi organlarga murojaat qilmaydi. So'ralganlarning 23,3 foizi uyatdan, 19,4 foizi erining qasosi yoki yana zo'ravonligidan qo'rqadi. Ko'pincha esa oila a'zolari ayolni “bolalar uchun chidasin” deb, yoki “ayb o'zida” deb ishontiradilar. Jamiyatda hamon oilaviy muammolarni tashqariga chiqarmasdan, ichida hal qilish kerak degan qarash kuchli.

Ana shu “sukut madaniyati” muammoning asl ko'lamini yillar davomida yashirib keldi. Hattoki bugun, OAVda oilaviy zo'ravonlik haqida ko'proq gapirilayotgan bo'lsa ham, ko'plab ayollar jamiyatning qoralashidan qo'rqadi. Oila yoki yaqinlari yordam o'rniga, ularni “eriga bo'ysunmagan” yoki “uning g'azabini “tili” bilan qo'zg'atgan” deb ayblashi mumkin. Shu bois, ayollarni ayblash va ularni sharmanda qilish qo'rquvi ko'pchilikni yordam so'rashdan to'sib qo'yadi. Natijada, ijtimoiy stigma oilaviy zo'ravonlikning davom etishiga sabab bo'layotgan kuchli omil bo'lib qolmoqda.¹⁶ Fikrimcha, zo'ravonlik qurbonini ayblash yoki unga ‘sabrliklik’ni targ'ib qilish, aslida, zo'ravonlikni yanada kuchaytiradigan psixologik bosim shaklidir. Bunday sharoitda mahalla va jamoa institutlarining ijtimoiy-psixologik vazifasi esa qurbonlarni ayblash emas, balki ularni tinglash, himoya qilish va jamiyatda hamdardlik madaniyatini shakllantirishdan iborat.

¹⁵ <https://www.gov.uz/oz/zomin/news/view/37767>

¹⁶ <https://inlibrary.uz/index.php/socinov/article/view/76362>

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, Oilaviy zo‘ravonlik – bu nafaqat huquqiy, balki chuqur ijtimoiy-psixologik muammo bo‘lib, uni bartaraf etishda mahalla va jamoa institutlarining roli beqiyosdir. Jamiyatda mavjud “sukut madaniyati” va ijtimoiy stigma zo‘ravonlik qurbonlarini himoyasiz qoldirayotgan bir paytda, aynan mahalla tizimi ularni tinglash, qo‘llab-quvvatlash, ruhiy yordam ko‘rsatish va ijtimoiy birdamlikni shakllantirish orqali muammoni yengillashtira oladi. Shu bilan birga, mahalla va boshqa jamoa institutlari faqatgina nizolarni bartaraf etuvchi emas, balki sog‘lom oilaviy qadriyatlarni targ‘ib qiluvchi, hamdardlik madaniyatini shakllantiruvchi va jamiyatda psixologik immunitetni kuchaytiruvchi muhim ijtimoiy-psixologik mexanizm vazifasini bajaradi. Zero, oilaviy zo‘ravonlikning ildizini yo‘qotish va uni barvaqt oldini olishning eng samarali yo‘li – bu huquqiy choralar bilan bir qatorda, mahalla va jamoa institutlari orqali keng qamrovli psixologik-profilaktik yondashuvni kuchaytirishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi. (2019, 2 sentyabr). *Xotin-qizlarni tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida* O‘zbekiston Respublikasi Qonuni, O‘RQ-561.
2. O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi. (1998, 29 aprelda). *Oila to‘g‘risida* O‘zbekiston Respublikasi Qonuni, O‘RQ-607.
3. Birlashgan Millatlar Tashkiloti. (1993, 20 dekabr). *Ayollarga nisbatan zo‘ravonlikning barcha shakllarini bartaraf etish to‘g‘risida deklaratsiya*.
4. G‘ofurova, M. (2019). Mahalla va oila institutlarining ijtimoiy funksiyalari. Toshkent: Ma’naviyat.
5. Хасина, А.М. (2020). Особенности межличностных отношений женщин, переживших насилие // Вопросы психологии. №5.
6. Anderson, K. L. (2018). Domestic Violence and the Social Psychology of Support Networks. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(2)

MA’NAVIY MEROSIMIZ OILADA BOLA TARBIYASINING MUHIM MANBAI SIFATIDA

*Beknazarova L.S.,
QarshiDU Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor.*

Oila va oilaviy munosabatlar ayniqsa, ota-ona va farzandlarning o‘zaro aloqalari jamiyat yuzaga kelgan ilk davrlardan buyon eng muhim muammolardan biri bo‘lib kelgan. Jamiyat rivojlanib borgan sari bu muammoning ahamiyati yanada ortib boraveradi. Chunki insoniyat tomonidan erishilgan yutuqlar aynan, oila muhitida ota-ona va farzandlar munosabatlari tizimida boshqa har qanday ijtimoiy insitutlar orasidagi uzviylik sifatida olib qaralganda ko‘proq darajada o‘zlashtiriladi va an’anaviy ma’naviy meros tarzida avloddan avlodga o‘tadi. Shunday ekan, u yoki bu jamiyat xalq

va millatning istiqboli ko'p jihatdan shu munosabatlarning holatiga bog'liq. Buning uchun oiladagi ichki muhitning har tomonlama sog'lom, ma'naviy mustahkam bo'lishiga erishish lozim.

Oilaviy munosabatlarni qadimgi xalqlardan qolgan muqaddas diniy manbalarda, o'zbek xalqining og'zaki ijodiyotida, sharqning buyuk mutafakkirlari asarlarida, o'zbek xalqning shaxslararo munosabatlardagi odob-ahloq qoidalari, meyorlari, insoniy fazilatlar mohiyati to'g'risidagi qimmatli manbalarda ham uchratish mumkin.

Aqlan yetuk, ahloqan pok, jismonan baquvvat farzandlar esa yaxshi oilalarda kamol topadi. Shuning uchun ham oilada sog'lom ma'naviy, ahloqiy muhitni vujudga keltirish va uni mustahkamlash umumdavlat ahamiyatiga molik masaladir. Chunki ijtimoiy hayotda yuz beradigan barcha o'zgarishlar, ya'ni undagi yutuq va kamchiliklar murakkabliklar va ziddiyatlar oilada o'z aksini topadi. Shunga ko'ra oila va oilaviy tarbiya masalalari har doim ham dolzarb muammo sifatida e'tirof etiladi. Ayniqsa, bola shaxsida o'z-o'zini anglashning tarkib topishida ota-ona tomonidan berilayotgan tarbiyaning ta'siri muhimligi alohida ahamiyatga ega.

Ota-onalarning bolaga munosabati o'zining o'ziga munosabatidan oldin keladi, uning boshqalar tomonidan anglanishi o'zini o'zi anglashdan oldin keladi. Boshqalar munosabatlarining ichki kechinmalarga o'tishi odamlar bilan o'zaro ta'sirlashuv va birgalikdagi faoliyat jarayonida amalga oshadi. Biroq boshqaning fikrini qabul qilish fenomenining ahamiyatiga doir ikkinchi nuqtai nazarga ko'ra, to'g'ridan-to'g'ri o'zlashtirish emas, balki boshqa odamlarning munosabatlariga tayanib, o'zini baholash, o'ziga munosabatini shakllantirish qobiliyatining yuzaga kelishidan iboratdir.

Boshqa odamlar baholarini o'zlashtirishning quyidagi yo'llari mavjud: to'g'ridan-to'g'ri so'zli shakl va xulq-atvor shakli. Mazkur mexanizmlar bolani tarbiyalayotgan kattalar tomonidan tarbiyaviy maqsadda ongli ham, ongsiz holda ham ishga tushirilishi mumkin.

O'zini o'zi anglash va baholash jarayoni xususiyatlarini o'rganish bo'yicha O'zbekiston psixologiya fanida ham muayyan ilmiy tadqiqot ishlari olib borilgan bo'lib, ularda o'zini o'zi baholash jarayonining ijtimoiy-psixologik omillari, o'smirlarning o'zini o'zi baholashiga oilaviy muhitning, o'rtoqlari davrasining, maktab ta'limining, ota-onaning va nihoyat shaxsga xos bo'lgan individual-psixologik xususiyatlar, ya'ni intilishi, maqsadlari va hayotiy pozitsiyalarining o'rni masalasi ilmiy tahlil qilishga harakat qilinadi.

Professor V.M.Karimovanning tadqiqotlarida oila bola shaxsining shakllanishi va uning ijimoiylashuviga ta'sir ko'rsatuvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi deb ta'kidlanadi. Shu bilan bir qatorda uning ko'rsatishicha, boladagi o'zi to'g'risidagi barcha tasavvurlarning shakllanishida u tarbiyalanayotgan oiladagi munosabatning xususiyatlari, oila tiplari va ota-onalik maqomlarining ular tomonidan qay darajada anglanishining roli kattadir.

Sharq mutafakkirlarining ilmiy ma'naviy merosida oila va oilada farzand

tarbiyasiga katta e’tibor berganlar. Zero yosh avlod tarbiyasi insoniyatning kelajak taqdirini belgilaydigan, ularni ijobiy mezon bilan qurollantiradigan sifatlar bo‘lganligi uchun ham mutafakkirlar bu muammoni hal qilishga harakat qilib kelganlar. Muhammad ibn Muso al-Xorazmiy, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Muhammad Qoshg‘ariy, Yusuf Xos Xojib, Kaykovus, Umar Xayyom, Ahmad Yugnakiy, Husayn Voiz Koshifiy kabi mutafakkirlarning qator asarlarida bolalarni oilada tarbiyalash masalalariga doir ma’lumotlar keltirilgan.

Abu Nasr Forobiyni uqtirishicha insonning barcha qobiliyat va fazilatlarini ikki tomonga ega. Birinchisi tug‘ma irsiy tabiiy hislatlar bo‘lsa, ikkinchisi tajriba, amaliyot, sharoit ta’sirida tarkib topadigan hislatlardir. Shuningdek bola tarbiyasida bir-biri bilan bog‘liq bo‘lgan hislatlarni hisobga olish lozimligini ta’kidlaydi.

Oilada bola tarbiyasi masalasi Abu Bakr Muhammad ibn Al-Abbos Al-Xorazmiy qarashlarida ota-onalar ikki xil, tug‘ilish otasi va ta’lim berish otasi: birinchisi jismoniy hayot sababli ikkinchisi ruhiy hayot sababli. Shunga ko‘ra ularni uzviy birlikda olib qarash tarbiya ishida muhim ahamiyatga molikdir. Uning, “Zamondan yaxshiroq muallimni insondan yaxshiroq ta’lim oladigan o‘quvchini ko‘rmadim” degan so‘zlaridan bir tomondan ijtimoiy muhitni bola tarbiyasi uchun hal qiluvchi ta’sirini anglasak, ikkinchi tomondan inson shaxsi ta’lim natijasida kamolotga erishib borishi mumkinligini sezamiz.

Beruniy ota-onalarga qarata bolaning mo‘tadillikda saqlashni tavsiya etadi. Bunga asosan qattiq g‘azablanish, qo‘rqish va xafalikdan, uyqusizlikdan saqlash orqali erishilishini aytib, ularni hohlagan va foydali narsasini topib berishga, sevmagan narsasidan uzoqlashtirishga harakat qilish kerakligi uqtiriladi. Ota-onaning bolaga turli munosabati turlicha xulqlarni keltirib chiqaradi. Yaxshi xulqlarning paydo bo‘lishi, bola ruhiyatiga ta’sir qilibgina qolmasdan, uning fiziologik o‘rishiga ham yordam beradi. Yomon xulq esa turli mijoz buzilishlariga olib keladi. Aksincha bola organizmidagi o‘zgarishlar uning ruhiyatidagi xatti-harakatidagi o‘zgarishlarni keltirib chiqaradi. Mutafakkir bola xulq-atvorining mo‘tadilligi natijasida tan va ruh sog‘lomligi kelib chiqishini ham ilmiy asoslab beradi.

Ibn Sino oilada bola tarbiyasi ancha murakkab va nozik bo‘lib, uni bolaning yoshligidan boshlash va izchillik bilan olib borish lozimligini uqtiradi. U ona allasining tarbiyaviy ahamiyati haqida to‘xtalib “Alla” ikki vazifani bajaradi deydi. Birinchisi uni tebratish orqali bolaga jismoniy orom bag‘ishlaydi; ikkinchisi beshikni bir maromda tebratishdan onaning mehri jo‘sh uradi, bolasiga bo‘lgan muhabbatidan onaning orzu umidi yurak turidan silkinib chiqadi. Bu o‘ziga xos qo‘shiq bolasiga qasidadek yangraydi va u farzandining murg‘ak qalbiga butun shuuriga singib boradi. Shu tarzda bolada o‘zi anglamagan holat paydo bo‘ladi. U asta-sekin bu yorug‘ olamni anglay boshlaydi. Ana shu anglashdan o‘rganish boshlanadi. Xuddi shu o‘rganish tarbiyalanishdir. Zotan o‘rganish sezishdan kelib chiqadi. Ibn Sino ana shu holatga e’tiborni qaratib “yosh bolaning sezgirlik quvvati katta odamga teng keladi” degan

fikrni bildiradi.

Alisher Navoiy “Qutadg‘u bilig” asarida bola tarbiyasi haqida to‘xtalib, shunday deb yozadi: “Farzand qanchalik bilimli, aqlli, hushli bo‘lsa, ota-onaning yuzi shunchalik yorug‘ bo‘ladi”. U bola tarbiyasida otaning ma’suliyatiga asosiy e’tibor beradi. “Kimning o‘g‘il qizi erka bo‘lsa –deb yozadi u - unga shu kishining o‘zi mungli bo‘lib yig‘laydi. Ota bolani kichikligida bebosh qilib qo‘ysa bolada gunoh yo‘q barcha jafo otaning o‘zida. O‘g‘il – qizning xulq-atvori yaramas bo‘lsa, bu yaramas ishni ota qilgan bo‘ladi. Ota bolalarni nazorat qilib turli hunarlarni o‘rgatsa, ular ulg‘aygach o‘g‘il qizim bor deb sevinadi, o‘g‘il qizga hunar va bilim o‘rgatish kerak, toki bu hunar bilan ularning fe‘l-atvorlari go‘zal bo‘lsin”. Bola asta-sekin hunar o‘rganib hayotdan ta’lim olib, bilimdon bo‘ladi, chinakam insoniy go‘zallikka erishadi.

Oilada bola tarbiyasi buyuk mutafakkir shoir Alisher Navoiy merosida ham munosib o‘rinni egallaydi. U o‘zining qator asarlarida ta’lim-tarbiya masalalari umuminsoniy g‘oya ekanligini o‘rtaga tashlaydi. Uning fikricha jamiyatning yetukligi uning taqdiri va kelajagi yoshlar kamoloti bilan bog‘liqdir, shunga ko‘ra bola tarbiyasi ota-onalar oldida turgan olijanob vazifadir.

Davoniy ota-onaning bola tarbiyalashdagi uning dunyoqarashini tarkib toptirishdagi rolini alohida ta’kidlagan. Uning e’tiqodiga ko‘ra bola tarbiyasida ota ham ona ham teng ishtirok etishi, ikkovi ham barovar ma’suliyat sezishi lozim. Ota bolaning go‘zal fazilatlarini egallashiga, sevgan kasbini puxta o‘rganib olishga yordam ko‘rsatishi, kamolotga yetishini, ilm-fan kasb-hunarni egallashi uchun moddiy baza hisoblangan oziq-ovqat, kiyim-kechak, kerakli buyum va jihozlarni yetkazib berish ustida ham bosh qotirishi kerak. Davoniy otaning bola tarbiyasidagi roliga katta baho bersa ham, baribir, tarbiya masalasida asosiy qiyinchilik onaning zimmasiga tushadi, deb hisoblaydi. Chunki u homiladorlik mashaqqatini, tug‘ish azobini boshdan o‘tkazadi. Ona bolaning yashashiga sabab bo‘ladigan, birinchi quvvatni o‘z badanidan beradi, uzoq vaqt ehtiyotkorlik bilan asraydi, bola tarbiyasi bilan shug‘ullanadi va o‘zining cheksiz mehr-shafqatini bolaga fido qiladi.

Ota-ona bolaga birinchi o‘rinda oddiy ahloq normalarini singdirishga yurish, turishi, yeyish, ichish, qoidalariga o‘z qilmishi uchun ma’suliyat sezishi yomon qiliqlari uchun uyalishga o‘rgatishi lozim. Shunday qilib, Davoniy bolalarning tarbiyasi bilan shug‘ullanish ota-onalarning asosiy burchi ekanligini qayd etadi.

Yuqoridagi fikrlardan ko‘rinadiki, oila va uning ma’naviy merosi shaxsga oilada beriladigan ta’lim-tarbiya o‘ziga xos bo‘lib, bu jarayonda asosiy ta’sir obyekti sifatida ota-onaning o‘rni beqiyosdir. Shu bois, bola shaxsining kamolotida o‘z-o‘ziga bo‘lgan munosabatni tarkib topishida oila va oilaviy tarbiyaning muhim o‘rin egallashini yanada takomillashtirib borishda o‘zbek xalqining ma’naviy merosidan unumli foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdurauf Fitrat “Oila” T.: “Ma’naviyat” 2000. 112-b.

2. Abu Rayxon Beruniy "Hikmatlar" T.: 1973. 174-b.
3. Abu Nosr Farobiy "Fozil odamlar shahri" T.: 1993. 224-b.
4. AlisherNavoiy "Mahbub ul-qulub".Tanlangan asarlarto'plami 13t,T.:1996.224-b.
5. "Buyuk siymolar va allomalar 2-kitob nashrga tayyorlovchi Xayrulayev M.
6. Karimova V.M. Oilaviy hayot psixologiyasi T.: 2006 172-bet

BOLALAR KOMMUNIKATIV QOBILIYATI SHAKLLANISHIDA NUTQNING O'RNI

Bekova Sh.J.,

QarshiDU psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Hozirgi vaqtda bolalarda kommunikativ qobiliyatni shakllantirish nutq faoliyatiga bog'liq bo'lib, tadqiqotchilar ham bu sohaga tizimli yondashib, bu hodisalarni yaxlit tizim sifatida mavjud bo'lgan tashqi va ichki munosabatlar va hodisalarini o'rganishda namoyon bo'lishiga e'tibor qaratishadi. Nutq-til tizimi munosabatlarning aksariyat qismida ishtirok etadi, bunda so'z ma'nosini tarjima qiluvchi hamda psixofiziologik hodisa, muloqot va ijtimoiy aloqa vositasi sifatida inson ongi va hissiyotlari bilan uzviy bog'liqlikda bo'lgan semantik axborot apparati sifatida faoliyat yuritishi ushbu munosabatlarning asosiy jihatlaridan biri hisoblanadi.

Bola yoshligidanoq tushunish, fahmlash, muhokama qilish, o'ylab topish, fikrlash qobiliyatiga ega bo'ladi. Bunday xususiyatlar bolaning o'sib kamolga yeta borishi bilan rivojlanadi. Bolalikda yuzaga kelgan kommunikativ qobiliyat nutqiy tasavvurlar insonning kelajakdagi faoliyatiga asos bo'lib xizmat qiladi. Bola kommunikativ qobiliyatini shakllantirishda nutq ustida ishlash bola hayotining dastlabki davridan boshlab ota-ona oldida turgan asosiy vazifasidir.

Nutq faoliyati - odam tomonidan ijtimoiy - tarixiy tajribani o'zlashtirish va avlodlarga berish yoki kommunikatsiya o'rnatish o'z harakatlarini rejalashtirish maqsadida tildan foydalanish jarayonidir.

Kishi extiyojlari azaldan agar u boshqa odamlar bilan birgalikda harakat qilgan holda o'zaro munosabatga kirishgan taqdirdagina qondirilishi mumkin bo'lib kelgan. Bu hol subyektda uning uchun nima muhim va ahamiyatli ekanligini aytish ehtiyojini keltirib chiqaradi. Bola aniq - ravshan nutqni egallay boshlaydi, birinchi yoshning oxiriga yetganda buning dastlabki belgilari paydo bo'ladi. Murakkab talaffuzni talab qilmaydigan va oson aytiladigan "o-pa", "bu-vi" kabi ohangdosh so'zlar jumlasidandir. Katta yoshdagilar bu hamohanglikni aniq shaxslarga – ona – ota – buviga bog'laydilar va bolaga ana shu oxangdosh so'zlarning uning yaqin atrofidagi aniq shaxslar bilan bog'lanishi ya'ni kommunikativ qobiliyatini qaror topishiga ("bu sening buving") yordamlashadilar. Bola so'zni talaffuz qilarkan, istaganiga erishishga-e'tibor qilishiga, erkalatilishiga, o'yinchoqlarni ajratishiga erishish kabilarga intiladi. So'z aloqa

vositasiga aylanadi, qo'llaniladigan so'zlar soni borgan sari to'xtovsiz orta boradi va 2 yoshda bolalarning so'z boyligi haddan ziyod kengayibgina qolmasdan, balki ularning grammatik shakllarini to'g'ri ishlatishi ham mumkin bo'lib qoladi, jumlar murakkablashib va uzunroq qilib tuzila boshlaydi. Bolaning tili maktab yoshigacha bo'lgan yillar davomida boyib boradi.

Maktabgacha tarbiya muassasalarida o'qish, yozish, keyinroq esa qiziqarli mashg'ulotlar davomida bolalarda muloqot vositasi sifatida tilga va munosabat kommunikatsiyaga kirishish jarayoni sifatida nutqqa ongli munosabat shakllantiriladi. Til tarbiyachi tomonidan maxsus uyushtirilgan tahlil predmetiga aylangan holda tarbiyalanuvchilar oldida ijtimoiy jihatdan shakllangan qonunlar ta'siriga bo'ysunadigan murakkab belgilar tizimi sifatida namoyon bo'ladi.

Kommunikativ qobiliyat bola shaxsini tarkib toptirish sifatlaridan biri bo'lgan nutqiy faoliyatni rivojlantirishda muhim o'rin egallaydi. Nutq kishilar o'rtasidagi aloqa vositasi bo'lib, inson o'z fikru-xayollarini, his-tuyg'u va istaklarini atrofdagilarga bildiradi va tajriba almashadi.

M.G. Davletshin fikriga ko'ra, kommunikativ jarayonda o'zaro munosabatga kirishuvchilarni bir-birlarini tushunishlari juda muhimdir. Bunda nutqning quyidagi muhim xususiyatlari paydo bo'ladi: mazmundorlik, tushunarlik, ifodalilik, ta'sirchanlik. Buni kommunikativ jarayonda qo'llaniladigan bir necha belgilar tizimi mavjud bo'lib bular verbal kommunikatsiya va nonverbal kommunikatsiyadir.

Verbal kommunikatsiyada inson nutqi belgilar tizimi sifatida qo'llaniladi. Nutq – inson tomonidan qo'llaniladigan tovushlar signallari yoki yozma belgilardan iborat bo'lib, ular orqali muloqotdan olingan ma'lumot qayta ishlanadi, saqlanadi va uzatiladi. U jarayon til orqali amalga oshiriladi. Til so'z belgilari tizimi bo'lib, u muloqot jarayonida psixik faoliyat mahsuli bo'lib yuzaga keladi.

Nonverbal kommunikatsiyaga belgilarning optik-kinetik tizimi kirib, ularga jestlar, mimika va pantomimika kiradi».

Bu tushunchalar bolalarda turli xil kommunikativ xatti-harakatlarni idrok etish qobiliyatlarni shakllantirishga yo'naltiruvchi psixologik xususiyatlar ekanligini anglatadi.

Nutqning to'g'ri shakllanishi atrof-muhit va ta'lim-tarbiyaga bog'liq bo'lib, bolalar kommunikativ qobiliyatini oshiradi, bolaning eshitishi, aqliy taraqqiyoti meyorda bo'lishi, yetarli darajada ruhiy faollikka ega bo'lishi muhim omil bo'lib, agarda to'g'ri nutqiy muhit tarkib toptirilmasa bolalar nutqida nuqsonlar kelib chiqishiga sabab bo'ladi. Bunday holat bolani haddan tashqari erkalab gapirish yoki qo'pol munosabatda bo'lishi, kattalar nutqidagi nuqsonlar ta'sirida kelib chiqishi mumkin.

Bolalar nutqini o'stirish uchun maxsus sharoitlar yaratish, o'z vaqtida ular nutqida uchraydigan nuqsonlarni oldini olish, ko'proq bolalar bilan tabiiy ravon tilda gaplashish zarur chunki bu holatlar bolani bevosita muloqotga kirishishga imkoniyat

yaratib beradi. Shuningdek, bolalarni o'ziga xos psixologik xususiyatlarini bilish yanada to'g'riroq muloqot qilishga imkon beradi va ularning tarbiyasi uchun javobgarlikni oshiradi. Shu bois ham bolalarning fiziologik va psixologik xususiyatlaridan xabardor bo'lish, ularning nutq faoliyatini muvaffaqiyatli rivojlantirishga yordam beradi va bevosita kommunikativ qobiliyatlarini rivojlanishini ta'minlaydi.

Bolalar nutqini o'stirish- unga doimo yangi tushunchalarni o'zlashtirib olishga tevarak atrof haqidagi tasavvurlarni kengaytirishga, fikrlash qobiliyatini oshirishga imkoniyat yaratadi. Nutqning ravon rivojlanishini har bir mashg'ulotda e'tibor bilan olib borish maqsadga muvofiq. Buning uchun dars jarayonida amaliy psixologik usullardan foydalanib, bolalarga har bir so'zni ma'nosiga ko'ra talaffuz qilishni, avval fikrlashni, so'ng uni o'z meyorida gapirishni o'rgatish kerak. Shu bilan birga tinglash texnikasiga rioya qilish ya'ni o'zgaralar so'zini diqqat bilan tinglash uquvini ham shakllantirib borish zarur.

Maktabgacha tarbiya muassasasi psixologi, tarbiyachilar har bir mashg'ulotni o'tishda bolalar nutqini o'stirish-unga doimo yangi tushunchalarni o'zlashtirib olishga, tasavvurlarini kengaytirishga, fikrlash qobiliyatini oshirishga, sezgi, diqqat, idrok va ong kabi psixologik omillar bilan bog'lanib lug'at doirasini muntazam boyitib borishga tavsiyalar berib, o'zaro hamkorlikda ish olib borsa, maqsadga muvofiq bo'ladi.

Bola kommunikativ qobiliyatini oshirib borishda ularning nutqini rivojlantirish uchun o'ylashga fikr yuritishga majbur qiladigan, mavzularda avval og'zaki hikoyalar, o'yinli fikr almashinuvlar yaratishga o'rgatib, yo'naltirib borilsa bolada ham, tarbiyachida ham qulay psixologik holat vujudga keladi.

Yuqoridagi fikrlardan ko'rinib turibdiki, nutqni shakllantirish bola kommunikativ qobiliyatini tarkib toptirishda ma'naviy kamolatining muhim omillaridan biri sanaladi. Shu bois, maktabgacha ta'lim muassasalarida har bir mashg'ulotni tizimli va o'rinli tashkil qilish mashg'ulotlar davomida ham uning o'ziga xos psixologik-pedagogik tomonlaridan foydalanish bugungi kun talablaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Davletshin. M. Psixologiyadan asosiy tushunchalar.-T., 1997.
- 2.F.R.Qodirova. R.M Qodirova. «Bolalar nutqini rivojlantirish nazariyasi va metodikasi». T., «Istiqlob», 2006.

O'SPINLARDA AXBOROT XURUJLARIGA QARSHI PSIXOLOGIK IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH MASALALARI

*Bobirov Davron
Qarshi davlat universiteti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Kirish.O'spinlik davri shaxs shakllanishining eng muhim bosqichlaridan biri

bo'lib, bu davrda mustaqil qarashlar, ijtimoiy pozitsiya va hayotiy qadriyatlar tizimi shakllanadi. Internet va raqamli axborot oqimining kengayishi ushbu jarayonga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda tez tarqaladigan feyk xabarlar, manipulyativ materiallar, ekstremistik g'oyalar o'spirinlarning ongini chalg'itishi, ularda xavotir, ishonchsizlik va agressiv xulq shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu bois, axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish zamonaviy ta'lim va tarbiyaning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Ilmiy manbalar tahliliga ko'ra (Sharikov, Buckingham, Livingstone va boshqalar), axborot madaniyati va media savodxonlikni erta shakllantirish o'spirinlarni yolg'on va manipulyativ kontentdan himoya qilishda samarali omil hisoblanadi. Masalan, tanqidiy fikrlashni rivojlantirish orqali o'quvchilar ma'lumot manbasini tahlil qilish, dalillarni solishtirish, axborotning ishonchliligini tekshirish ko'nikmalarini egallaydi. Statistik kuzatuvlarga ko'ra, media savodxonlik bo'yicha maxsus mashg'ulotlar o'tkazilgan sinflarda o'quvchilarning 68–72 foizi axborotni tanqidiy baholashni o'rgangan bo'lsa, bunday trening o'tkazilmagan sinflarda bu ko'rsatkich 35–40 foizdan oshmagan.

Psixologik immunitetni shakllantirishda quyidagi amaliy yondashuvlar samarali: birinchidan, o'spirinlarda axborot manbalarini tanqidiy ko'rib chiqish odatini rivojlantirish; ikkinchidan, emotsional barqarorlikni kuchaytirish (stressni boshqarish, salbiy kontentdan ruhiy himoya mexanizmlari); uchinchidan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhitini mustahkamlash (oilal, maktab va tengdoshlar guruhlar bilan sog'lom muloqot); to'rtinchidan, o'quv jarayonida media savodxonlik elementlarini integratsiya qilish (masalan, feyk xabarlarini aniqlash bo'yicha amaliy mashg'ulotlar).

O'spirinlik davri inson hayotida eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda shaxs o'zini anglaydi, mustaqil qaror qabul qilishga intiladi va dunyoqarashi shakllana boshlaydi. Shu jarayonda ular turli axborot oqimlariga keng kirib boradi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va turli ommaviy axborot vositalarida tarqaladigan ma'lumotlarning ijobiy ta'siri bilan birga salbiy oqibatlari ham mavjud. Xususan, feyk xabarlar, manipulyativ mazmunlar, ekstremistik g'oyalar va ruhiy beqarorlikka olib keluvchi kontent o'spirinlarning ongini chalg'itishi, ularning ruhiy barqarorligini susaytirishi mumkin. Shu sababli axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish bugungi kunda dolzarb masalalardan biridir.

Psixologik immunitet o'spirinlarda zararli yoki soxta axborot ta'sirini anglash va unga qarshi mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantiradi. Bu jarayonning asosida uchta yo'nalish muhim ahamiyat kasb etadi. Birinchidan, kognitiv yo'nalish – bu tanqidiy fikrlashni rivojlantirish, axborotning manbasi va ishonchliligini tahlil qilish, ma'lumotlarni taqqoslash va mantiqiy xulosalar chiqarishga o'rgatishdir. Ikkinchidan, emotsional yo'nalish – salbiy axborotga berilmaslik, hissiy barqarorlikni saqlash va stressga qarshi turish ko'nikmalarini rivojlantirishdan iborat. Uchinchidan, irodaviy yo'nalish – o'zini boshqarish, mustaqil qaror qabul qilish va manipulyatsiyaga qarshilik

ko'rsatish qobiliyatini kuchaytirishni o'z ichiga oladi.

Kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, o'spirinlarda axborot oqimlarini tanqidiy baholash darajasi hali to'liq shakllanmagan. Masalan, o'tkazilgan so'rovnomalarda yoshlarning yarmidan ko'pi ijtimoiy tarmoqlarda uchraydigan xabarlarning ishonchligini tekshirishga har doim ham e'tibor bermasliklarini bildirgan. Bu esa ularda psixologik immunitetni shakllantirish zaruratini yanada yaqqol ko'rsatadi.

Bunday muammolarni hal etishda ta'lim jarayonida media savodxonlikni o'rgatish, bahs va munozarali mashg'ulotlarni ko'paytirish, shuningdek, feyk xabarlarni tahlil qilishga yo'naltirilgan treninglarni yo'lga qo'yish muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar tomonidan bolalar bilan muntazam muloqot qilish, ular kuzatayotgan kontentni muhokama qilish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish ham psixologik immunitetni mustahkamlashda hal qiluvchi omillardan hisoblanadi.

O'spirinlarda axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish zamonaviy jamiyatda eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Globallashuv, internet va ijtimoiy tarmoqlar imkoniyatlari kengaygani sari, yoshlarning dunyoqarashi, qadriyatlari va xulq-atvoriga tashqi axborot ta'siri kuchaymoqda. Shu jarayonda salbiy g'oyalar, yolg'on ma'lumotlar, manipulyativ kontentlar o'spirin psixikasida beqarorlik, ishonchsizlik va noto'g'ri qaror qabul qilish holatlarini yuzaga keltirishi mumkin. Shuning uchun psixologik immunitet — ya'ni zararli axborotlarni tanib olish, unga nisbatan tanqidiy fikr yuritish, mustaqil xulosa chiqara olish qobiliyatini shakllantirish zaruriy vazifaga aylanadi.

Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'spirinlar davri shaxsiyat shakllanishi, ijtimoiy mavqeni anglash va dunyoqarashni mustahkamlash davri bo'lgani uchun, aynan shu yoshda ularni axborot xurujlariga qarshi psixologik jihatdan tayyorlash samarali bo'ladi. Masalan, Vygotskiy ta'limotida ta'kidlangan "yaqin rivojlanish zonasi"ni inobatga olib, yoshlarning mavjud bilim va ko'nikmalaridan kelib chiqib ularga yangi, ijobiy mazmundagi axborotlarni yetkazish, mustaqil fikrlashni rag'batlantirish psixologik immunitetni mustahkamlaydi. Shuningdek, kommunikativ treninglar, axborot savodxonligi bo'yicha mashg'ulotlar, rolik va o'yinli metodlardan foydalanish o'spirinlarning emotsional barqarorligini kuchaytiradi.

Statistik ma'lumotlar ham bu masalaning dolzarbligini tasdiqlaydi. So'nggi yillarda o'tkazilgan sotsiologik tadqiqotlarga ko'ra, o'spirinlarning qariyb 60 foizi internetdagi turli xil xabar va reklamalardan bevosita ta'sirlanishini bildirgan. Ularning 35 foizi esa yolg'on yoki shubhali axborotlarni farqlashda qiyinchilikka duch kelishini qayd etgan. Bunday ko'rsatkichlar ta'lim muassasalari va oilalarda axborot madaniyatini rivojlantirish, yoshlarni mustaqil va tanqidiy tafakkurga o'rgatish lozimligini ko'rsatadi. Shu bois psixologlar, pedagoglar va ota-onalarning hamkorlikda harakat qilishi, yoshlarni axborot oqimida to'g'ri yo'naltirishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Amaliy tavsiyalar sifatida, birinchidan, maktab va kollej dars jarayonlariga

axborot savodxonligi bo'yicha maxsus mavzularni kiritish; ikkinchidan, o'spirinlarga interaktiv trening va munozaralar orqali zararli axborotni tahlil qilish ko'nikmalarini shakllantirish; uchinchidan, ota-onalarni muntazam ravishda farzandlarining internet faoliyatidan xabardor qilish va ular bilan ochiq muloqot olib borishga o'rgatish; to'rtinchidan, ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar uchun qiziqarli va ijobiy kontentlarni ko'paytirish tavsiya etiladi. Shuningdek, turli yosh toifalari uchun ishlab chiqilgan psixologik profilaktika dasturlari yordamida o'spirinlarda tanqidiy fikrlash, stressga qarshi turish, mustaqil qaror qabul qilish kabi ko'nikmalar bosqichma-bosqich rivojlantirilishi mumkin.

O'spirinlarda psixologik immunitetni shakllantirish masalalarini amaliy jihatdan ko'rib chiqishda zamonaviy axborot texnologiyalaridan oqilona foydalanish ham muhimdir. Ta'lim jarayoniga interaktiv metodlarni joriy etish, turli onlayn platformalarda ijobiy va ilmiy mazmundagi kontentlarni targ'ib qilish, yoshlarni axborot oqimida yo'naltirishda psixolog va pedagoglarning hamkorligini kuchaytirish yuqori samaradorlik beradi. Shuningdek, yoshlar orasida ijtimoiy tashabbuslarni qo'llab-quvvatlash, ularni ijobiy g'oyalar asosida ijodiy loyihalarga jalb etish orqali salbiy axborotning ta'sirini kamaytirish mumkin.

Xulosa qilib aytganda, o'spirinlarda axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish nafaqat ularni yolg'on axborot ta'siridan himoya qiladi, balki ularning shaxsiy rivojlanishida tanqidiy fikrlash, ijtimoiy mas'uliyat va barqarorlikni ham kuchaytiradi. Bu jarayonda oila, maktab va jamiyatning hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Buckingham, D. (2003). Media Education: Literacy, Learning and Contemporary Culture. Polity Press.
2. Livingstone, S. (2009). Children and the Internet: Great Expectations, Challenging Realities. Polity Press.
3. Sharikov, A. V. (2012). Mediaobrazovanie i mediagramotnost'. Moskva.
4. Potter, W. J. (2016). Media Literacy. SAGE Publications.
5. Jenkins, H. (2009). Confronting the Challenges of Participatory Culture. MIT Press.
6. Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2007). Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide. New Media & Society, 9(4), 671–696.
7. Hobbs, R. (2010). Digital and Media Literacy: A Plan of Action. Aspen Institute.

IJTIMOIIY TASAVVURLARNI SHAKLLANTIRISH ORQALI O'SMIR SHAXSIDA QADRIYATLARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Boboyeva F.A.

Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

Kirish. Respublikamizda so‘nggi yillarda oilalarni axloqiy, ma‘naviy va ruhiy barkamolligini mustahkamlash borasida amalga oshirilayotgan say‘i-harakatlar kun sayin ortib bormoqda. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyev rahbarligida hukumatimizning oila mustahkamligini ta‘minlash, uning ijtimoiy vazifalarini amalga oshirish imkoniyatlarini kengaytirish, ayniqsa, oilaning farzandlar tarbiyasidagi nufuzini oshirishga ko‘maklashish hamda yosh er-xotinlarning moddiy, uy-joy, maishiy shart-sharoitlarni yaxshilash borasidagi aniq dasturiy tadbirlari mamlakatimizda oila va nikoh munosabatlarining qadriyat sifatida e‘tirof etilishini ta‘minlamoqda¹⁷. “Qadriyat” atamasi inson va insoniyat uchun ahamiyatli bo‘lgan millat, elat yoki qaysidir ijtimoiy guruhlarining manfaatlari va maqsadlariga xizmat qiladigan tabiat va jamiyat ne‘matlari hisoblanadi. Milliy qadriyatlar mahalliy va diniy qadriyatlarga, umuminsoniy qadriyatlar esa ko‘plab milliy qadriyatlarga tayanib shakllanadi va asrlar osha takomillashib boraveradi. Bugungi tezkor globallashuv sharoitida ham o‘z milliy va ma‘naviy boyliklarini asrab-avaylayotgan, boyitib rivojlantirayotgan har qanday millat o‘ziga xos an‘analari, urf-odatlar va o‘lmas qadriyatlari bilan boshqa millatlardan ajralib turadi.

O‘smirlik davri inson hayotida eng murakkab va mas‘uliyatli bosqichlardan biridir. Bu davrda inson shaxsiy ongini shakllantirish, qadriyatlar tizimini barpo qilish va ijtimoiy normalarni o‘zlashtirish bilan shug‘ullanadi. Qadriyatlar insonning hayotiy maqsadlari, faoliyati va shaxsiy rivojlanishi uchun yo‘l-yo‘riq bo‘lib xizmat qiladi.

Mazkur maqolada o‘smirlarni qadriyatlar asosida tarbiyalash jarayonida psixologik yondashuvlarning o‘rni va ahamiyati atroflicha yoritiladi.

Qadriyatlar — bu shaxs uchun muhim bo‘lgan, uning faoliyati va hayotiy pozitsiyasini belgilovchi psixologik kategoriyalardir.

O‘smirlik davrida shaxsiy qadriyatlar shakllanish jarayoni juda faol kechadi. Bu bosqichda:

- Ijtimoiy standartlarni qabul qilish yoki rad etish;
- Mustaqil fikrlash va baholash ko‘nikmalarini rivojlantirish;
- Emotsional va axloqiy barqarorlik asoslarini qurish kabi jarayonlar sodir bo‘ladi. Shu sababli qadriyatlar tizimi shakllanishida psixologik yondashuv juda muhim o‘rin tutadi.

O‘smirlarni qadriyatlar asosida tarbiyalashda quyidagi psixologik yondashuvlar qo‘llaniladi:

- Gumanistik yondashuv (Maslou, Rojers): o‘smirlarning shaxsiy ehtiyojlarini va

¹⁷ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son “2022-2026-yillarga mo‘ljallangan yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida” Farmon

rivojlanish ehtiyojini hisobga olish.

- Kognitiv yondashuv (Piaje, Kolberg): o'smirlarning axloqiy ongini rivojlantirish va tanqidiy fikrlash qobiliyatini kuchaytirish.

- Psixodinamik yondashuv: ichki ziddiyatlarni hal etish va shaxsiy qadriyatlarni o'smirlik davrida shakllantirish.

Har bir yondashuv o'smir shaxsini rivojlantirishda va uning ijtimoiylashuvida o'ziga xos ahamiyat kasb etadi.

Psixologik modellar quyidagi usullar orqali qadriyatlar asosida tarbiyalashga yordam beradi:

- Rol o'yinlari (role-playing): ijtimoiy roli va qadriyatlarni anglashni kuchaytiradi.

- Diskussiyalar va debatlar: o'z nuqtai nazarini himoya qilish va tanqidiy mulohaza yuritish qobiliyatini shakllantiradi.

- Refleksiya va o'z-o'zini baholash: shaxsiy qadriyatlarni qayta ko'rib chiqish va ularni shakllantirishga imkon beradi.

V.M.Karimova tadqiqotlarida oilaviy ijtimoiy tasavvurlar shakllanishida bola shakllanayotgan oila va undagi o'zaro munosabatlar xarakteri muhim ahamiyat kasb etishi, ya'ni oilaning katta yoki kichikligi, to'liq yoki noto'liqligi, jinsiy munosabatlari haqida va reproduktiv tasavvurlar xarakterini belgilashi va shaxsiy-ijtimoiy moslashuvlar yo'nalishida aks etishi aniqlangan. O'zaro munosabatlar asosini tashkil etgan oila a'zolarining o'rniga olgan tasavvurlarlar va ularning differentsiatsiyasi o'zining yosh, hududiy va jinsiy xususiyatlariga ega bo'lib, ular avvalo har bir oilaning ruhiyma'naviy muhiti, milliy qadriyatlar, an'analar, rasm-rusmlar qanchalik saqlanib qolganligiga ham bog'liqligi asoslangan. Muallif nikoh yoshigacha bo'lgan yoshlar bilan oilali er-xotinlarning oilaviy ijtimoiy tasavvurlari o'rtasidagi asosiy farqlarni psixologik nuqtai nazardan tahlil qilib, uning sabablarini ko'rsatib o'tgan. A.M.Jabborov o'zining ilmiy izlanishlarida o'zbek oilalaridagi davom etib kelayotgan xushmuomalalik, xushfe'llik, bilimdonlik, shirinsuxanlik, yuksak ahloqiylik, mehribonlik, rahmdillik, mehnatsevarlik va hakazo kabi sifatlarni milliy (etnik) psixologik xususiyatlarini o'zida mujassamlashtirgan inson sifatida kamol topishi mumkin degan fikrlarni ilgar surgan. N.A.Sog'inov o'z ishlarida er-xotin munosabatlarining etnopsixologik xususiyatlarini, o'zbek oilalarida nikohdan keyingi holat xususiyatini o'rganar ekan avlodlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning boshqa millat vakillariga nisbatan mustahkam ekanligini, bu munosabatlardagi hissiy yaqinlikni farzandlarning oila qurishi, farzandlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarga ham ta'siri kuchli ekanligini ko'rsatib o'tgan. Shuningdek, N.A.Sog'inov o'zining qator ilmiy ishlarida o'zbek oilasida yoshlari oilaviy hayotga tayyorlashda hamda oilada bola tarbiyasi va shaxsning shakllanishida ota - onalarning o'zni masalalarini ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlarini yoritib berishga erishgan.

M.M.Mamatov ta'kidlaganidek, ota - ona hurmatini bajo keltirish, keksalarni

e'zozlash kabi odat va an'analar boshqa xalqlar kabi o'zbek oilalarida ham yoshlikdan bolalar ongiga singdirilib boriladi. Ota – ona va kattalar tomonidan yoshlarga boshqalar bilan muomala qilish va munosabatga kirishish yo'l - yo'riqlarini o'rgatib, odamiylikdan, insonparvarlikdan saboq berib boriladi. T.M.Adizova o'z ishlarida o'zbek oilalarid o'smir bolalar shaxsining muloqatga kirishuvchanlik sifatlarini oiladagi o'zaro munosabatlarni o'rganuvchi usullar yordamida aniqlashga muvaffaq bo'lgan. T.M.Adizovaning ta'kidlaganidek, ota - onalar va bolalar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar bolaning xarakteri shaxsiy psixologik xususiyatlarini tarkib topishida katta rol o'ynaydi. R.I.Sunnatovanning ta'kidlashicha murakkab vaziyatlarda bola va uning ota - onalari o'rtasidagi munosabatlarni yo'lga qo'yishda amaliyotchi psixologlarning vazifalaridan biri ota - onaning bolaga yondoshish texnologiyalarini maqsadga muvofiq tarzda amalga oshirish malakalaoini sindirishdan iborat ekanligini ko'rsatadi.

O'zbekiston psixologlari tomonidan o'zbek oilalariga xos muammolarni o'rganish yuzasidan bir qator muvaffaqiyatli ilmiy izlanishlar olib borilgan. Ana shu ilmiy ishlarda oila-nikoh munosabatlari, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, o'zbek oilalaridagi milliy o'ziga xoslik, undagi nizolar va ularni keltirib chiqaruvchi muhim sabablar, ajralishlar va ularning salbiy asoratlari kabi birqator masalalar har tomonlama o'rganilib tahlil qilingan.

Olib borilgan nazariy-ilmiy tahlillar mavzu doirasidagi muammolarni, xususan, o'smirda milliy tarbiya shakllanishining ijtimoiy-psixologik omillarini nazariy tadqiq qilishga bag'ishlangan ishlarning bugungi kundagi taqshilligi va tizimlashtirilmaganligi hamda shu bilan birga dolzarbligini ko'rsatdi. Ayni raytda, Sharq allomalari, xorij hamda mamlakatimizda aynan ushbu muammo bo'yisha nazariy jihatdan olib borilgan tadqiqotlar tahlili quyidagi xulosalarni shiqarish imkonini berdi. Qadriyat qandaydir hodisa, voqea yoki narsaning o'ziga xos xususiyati yoki xossasi emas, balki uning mohiyati, o'z navbatida borlikning u yoki bu ob'ektining yashashi, mavjud bo'lib turishi uchun tom ma'nodagi zaruriy shartidir. Qadriyatlarni jamiyat, millat hayotidagi o'rni, ijtimoiy xarakteriga qarab milliy va umuminsoniy, sinfiy yoki diniy, shuningdek kishilarning yoshi, professional xususiyatlariga xos qadriyatlarga bo'lish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Маслоу А. Мотивация ва шахс ривожланиши назарияси. – Тошкент: ИЛМ, 2019.
2. Колберг Л. Ахлоқий ривожланиш назарияси. – Москва: Просвещение, 2018.
3. Рожерс К. Шахсий ривожланишга гуманистик ёндашув. – Тошкент: Фан, 2020.
4. UNICEF Report, 2023: Adolescents and Value-Based Education.

5. UNESCO Global Report, 2023: Developing Moral and Civic Values in Youth.

BO'LAJAK SHIFOKORLARDA KASBIY FAOLIYATGA QIZIQISH MOTIVATSIYASINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Boboyeva Maxsuda Ataxanovna
Toshkent davlat tibbiyot universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrası o'qituvchisi*

Kirish. Zamonaviy davrda tibbiyot sohasi jamiyat taraqqiyotida alohida ahamiyat kasb etmoqda. Shifokor kasbi nafaqat bilim va malakani, balki insonparvarlik, fidoyilik va kuchli motivatsiyani ham talab qiladi. Bo'lajak shifokorlarda kasbiy qiziqish va motivatsiyaning shakllanishi ularning kelajakdagi professional faoliyati samaradorligini belgilovchi muhim psixologik omildir.

1. Kasbiy motivatsiyaning mohiyati

Motivatsiya – shaxsning xatti-harakatlarini yo'naltiruvchi, faoliyatga undovchi ichki omillar majmuasidir. Kasbiy motivatsiya esa bo'lajak mutaxassisning o'z kasbini tanlash, unga intilish va o'zini shu sohaga bag'ishlashga bo'lgan psixologik tayyorgarligini anglatadi.

Ichki motivlar: bemorlarga yordam berish istagi, insonparvarlik, kasbiy o'sishga intilish.

Tashqi motivlar: ijtimoiy obro', moddiy ta'minot, ota-onaning ta'siri, jamiyatning talab va ehtiyojlari.

2. Bo'lajak shifokorlarda kasbiy motivatsiyaning shakllanish omillari

Kasbiy qiziqishning paydo bo'lishi va rivojlanishi quyidagi omillar bilan bog'liq:

1. **Oilaviy muhit va tarbiya** – shifokor kasbining qadrlanishi, ota-onaning yo'nalishi.

2. **Ta'lim muassasasi** – o'quv dasturlari, klinik amaliyotlar, pedagoglarning motivatsion ta'siri.

3. **Shaxsiy xususiyatlar** – empatiya, mas'uliyat, sabr-toqat, qiziqish darajasi.

4. **Jamiyat ehtiyoji** – sog'liqni saqlash tizimidagi islohotlar va kadrlar yetishmasligi.

3. Kasbiy faoliyatga qiziqish motivatsiyasining psixologik xususiyatlari

Bo'lajak shifokorlarda motivatsiya quyidagi psixologik xususiyatlarga ega:

Ijtimoiy ahamiyatlilik – shifokor faoliyati bevosita inson hayoti va sog'lig'ini saqlash bilan bog'liq.

Emotsional barqarorlik – kasbiy motivatsiya shaxsda stressga chidamlilikni oshiradi.

Empatiya va altruizm – motivatsiyaning markazida boshqa insonlarga mehribonlik va yordam berish istagi turadi.

Kasbiy identifikatsiya – shaxs o'zini shifokor sifatida tasavvur qilish va shu

kasbga moslashish.

Ma'naviy qadriyatlar – insonparvarlik, odob, axloq, kasbiy mas'uliyat.

4. Kasbiy motivatsiyani shakllantirish yo'llari

Motivatsiyaning barqaror bo'lishi uchun ta'lim jarayonida psixologik va pedagogik shart-sharoitlar yaratilishi lozim:

O'quv jarayonida **amaliy mashg'ulotlar va klinik tajribani** ko'paytirish.

Talabalarda **shaxsiy mas'uliyat va kasbiy mas'uliyatni** uyg'otish.

Rol o'ynash o'yinlari va treninglar orqali empatiya, muloqot ko'nikmalarini shakllantirish.

Tibbiyot tarixidan, buyuk shifokorlarning faoliyatidan **motivatsion misollar** keltirish.

Kasbiy faoliyatni rag'batlantirishda **axborot-kommunikatsion texnologiyalardan** foydalanish.

5. Ilmiy tadqiqotlarda motivatsiya masalasi

Psixolog va pedagog olimlarning tadqiqotlarida shifokorlik faoliyatida motivatsiyaning roli keng yoritilgan:

A. Maslou motivlar ierarxiyasi nazariyasida insonparvar kasblarda yuqori ehtiyojlar – o'zini namoyon qilish va o'zini oqlash motivlari ustuvorligini ko'rsatadi.

K. Rodjers shaxsning empatiya va insoniy qadriyatlarga asoslangan rivojlanishini muhim deb biladi.

Mahalliy olimlar (A. Jalolov, M. Qodirov, N. Karimova va boshqalar) kasbiy faoliyatga qiziqish talabalarda ijtimoiy sharoit va ta'lim tizimiga bog'liqligini ta'kidlashadi.

XulosaBo'lajak shifokorlarning kasbiy faoliyatga qiziqish motivatsiyasi ularning shaxsiy va professional rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Motivatsiyaning shakllanishida oilaviy tarbiya, ta'lim muassasasi, shaxsiy xususiyatlar va jamiyat ehtiyojlari muhim o'rin tutadi. Talabalarda kasbiy qiziqish va motivatsiyani shakllantirish uchun psixologik-pedagogik sharoitlarni yaratish, amaliyot va treninglarni ko'paytirish, shaxsiy mas'uliyatni rivojlantirish zarur. Bu esa kelajakda yuqori malakali, insonparvar va mas'uliyatli shifokorlarni tayyorlashning kafolatidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. – New York: Harper & Row, 1954.
2. Rogers C. *On Becoming a Person*. – Boston: Houghton Mifflin, 1961.
3. Karimova N. Psixologiya: O'quv qo'llanma. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
4. Jalolov A. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
5. Qodirov M. Shaxs va kasbiy motivatsiya masalalari. – Toshkent: Fan, 2018.

6. Deci E. L., Ryan R. M. *Self-Determination Theory*. – New York: Guilford Press, 2000.
7. Sog'liqni saqlash vazirligi. *Tibbiyot oliygohlari uchun o'quv dasturlari*. – Toshkent, 2022.

SPORTCHILARDA KOGNITIV QOBILIYATLARNI RIVOJLANTIRISH MEXANIZIMLARI

*Sherzod Shuxratovich Boboyorov,
Buxoro davlat Pedagogika instituti Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Kirish. Kognitiv psixologiya (lotincha: *cognitio* “bilim”) – tajriba va fikrlashni matematik modellashga qaratilgan psixologiya. Xotira, e'tibor, his-tuyg'ular, ma'lumotni ifodalash, mantiqiy fikrlash, tasavvur, qaror qabul qilish kabi kognitiv jarayonlarni o'rganadigan psixologiya bo'limi hisoblanadi. Kognitiv psixologiya boshqa sohalarida, xususan, ijtimoiy psixologiya, shaxs psixologiyasi, pedagogik psixologiya, shuningdek, sun'iy intellekt tizimlarini qurishda keng qo'llanadi. Jorj Miller, Jerom Bruner, Ulrik Neisser, Gerbert Saymon, Allen Nyuell, Karl Pribram, Robert Solso, Jorj Sperling, Boris Velichkovskiy Kognitiv psixologiya vakillari hisoblanadi. Kognitiv psixologiya rasmiy boshlanishi 1956-yil 11-sentyabrda, Massachusetts texnologiya institutida axborot nazariyasi bilan shug'ullanuvchi Elektr va elektron muhandislik institutining maxsus guruhi uchrashgan paytdan boshlanadi. Kognitiv psixologiya modellarni yaratishda quyidagi tushunchalarni kiritadi: ishchi xotira, uzoq muddatli xotira, idrok, diqqat, til va boshqa metakognitiv jarayonlar. Kognitiv psixologiya maqsadi – bu, subyektlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonlarini tushunish va modellash, iloji boricha rasmiy ravishda, hatto miya funksiyalarining ishlashi uchun algoritmlarni shakllantirishdir.

Hozirgi kunda sportchilarning jamiyatning samarali a'zolari sifatida ruhiy salomatligiga e'tibor juda muhimdir. Ruhiy salomatlik hissiy salomatlik bilan birga hayot talablari va stress stimullarini yengish uchun konstruktiv munosabatlarni shakllantirishi mumkin. Ushbu muhim psixologik tuzilma bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni, atrofimizdagi vaziyatlarni qanday talqin qilishimizni va jismoniy, ijtimoiy va psixologik muhitni qanday tartibga solishimizni ifodalaydi.

Sport fanining muhim muammolaridan biri bu sport muvaffaqiyatlarini qo'lga kiritish va saqlashda samarali omillarni tan olishdir. Sport muvaffaqiyati, faol o'quv jarayoni, yuqori darajadagi sport ko'rsatkichlariga erishish uchun zarur ko'nikmalarni takomillashtirish bo'yicha qattiq mashq qilish natijasida olinadi. Darhaqiqat, sportda optimal ko'rsatkichlarga texnik qobiliyatlarni (texnik va taktik), jismoniy qobiliyatlarni (kuch, tezlik va boshqalarni) birlashtirish natijasida erishiladi.) va aqliy qobiliyatlar (konsentratsiya, ishonch, xavotirni nazorat qilish va boshqalar.). Ruhiy salomatlikni

aniqlash uchun bir necha omillar mavjud. Odamlarning axborotni qayta ishlash tizimiga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan samarali psixologik omillardan biri bu ego mudofaa mexanizmlari. Erta bolalik davrida shakllanishi tufayli ushbu mexanizm keyinchalik hayotda qayta ishlash modeli sifatida ishlatilishi mumkin. Ta'rifga ko'ra, mudofaa mexanizmlari-bu kognitiv dissonansni kamaytirish va tahdidli hodisalarni idrok etishga ta'sir qilish orqali ichki va tashqi voqelikdagi keskin o'zgarishlarni minimallashtirish uchun harakat qiluvchi avtomatik tartibga soluvchi jarayonlar. Yetuk mudofaa mexanizmlari moslashuvchan, normal va samarali ta'sir qilish deb hisoblanadi, ba'zi usullari, nevrotik va yetuk bo'lmagan himoya mexanizmlari esa noto'g'ri va disfunktsional ta'sir qilish usullari hisoblanadi. Umuman olganda, himoya mexanizmlari hissiy oqibatlarni idrok etishni buzadi. Uells va Metyusning so'zlariga ko'ra, mudofaa hissiy tajribalarni bezovta qilingan ma'lumotlarni ongli ravishda qayta ishlashga to'sqinlik qiladigan diqqatni o'zgartirish orqali tartibga soladi. Sport psixologiyasi sohasida himoya mexanizmlari e'tiborga olinmagan. Nikolas va Jebrane sportchilar ustida olib borgan tadqiqotida mudofaa mexanizmlari sport ko'rsatkichlari bilan moslikni oshirish uchun ham zarurligini ko'rsatdi va sport hayotining tez-tez va muhim muammolariga ko'ra yengish uslublari va mudofaa uslublari o'rtasida sezilarli bog'liqlik mavjud. Bundan kelib chiqadiki, mudofaa uslublari psixologik salomatlik va sport muvaffaqiyatlarida muhim rol o'ynaydi. Bunday tadqiqotlar, ayniqsa mudofaa uslublari bo'yicha, sportda dinamik psixologiya va ijobiy psixologiyaaning bir vaqtning o'zida tushunchalari va tuzilmalariga e'tibor berishga urinish bo'ladi.

Sportchilar, kuchli jismoniy va psixologik stressga duchor bo'lgan shaxslar sifatida, ko'pincha o'zlarining sport talablarini engish uchun psixologik himoya mexanizmlariga tayanadilar. Ham ongli, ham ongsiz darajada ishlaydigan ushbu mexanizmlar sportchining o'zini o'zi qadrlashini himoya qilishga, tashvishlarni kamaytirishga va qiyin vaziyatlarda nazorat tuyg'usini saqlashga xizmat qiladi. Ushbu mexanizmlarning rivojlanishiga hissa qo'shadigan ijtimoiy psixologik xususiyatlarni tushunish sportchining farovonligi va ish faoliyatini yaxshilash uchun juda muhimdir.

Sport qobiliyati va iqtidorini bir butun sifatida ko'rish, uning o'ziga xos xususiyatlarini yanada chuqurroq tushunishga yordam beradi. Bu jarayonda uning tashkil qiluvchi elementlari, ya'ni fiziki, psixologik va ijtimoiy omillar o'zaro aloqada bo'ladi. Sport qobiliyatini rivojlantirishda biologik asoslar – genetik faktorlar, organizmning fizik holati, shuningdek, ijtimoiy va madaniy omillar, masalan, muhit, ta'lim va trening tizimi, muhim ahamiyatga ega. Ushbu omillarni o'zaro bog'lash va tahlil qilish, sport faoliyatining samaradorligini oshirish va individual rivojlanishga yordam beradi. Shunday qilib, sport qobiliyati va iqtidorini o'rganishda majmuaviy yondashuv, nafaqat qobiliyatlarni rivojlantirish, balki sportchilarni motivatsiya qilish va ularning ijtimoiy muhitdagi o'rnini belgilashda ham muhimdir. Bu, o'z navbatida, sport sohasida muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan barcha komponentlarni yaxlit ko'rishga imkon beradi. Majmuaviy o'rganish asosida yagona dastur bo'yicha faoliyat

olib boradigan va umumiy maqsadga erishish uchun o'zaro muvofiqlashtirilgan turli mutaxassislarning mehnati yotadi. Tadqiqotlarni tashkil etishdagi bunday yondashuv, sport iqtidorini ko'plab o'zaro bog'liq elementlar tizimi sifatida ko'rishni talab qiladi. Sport iqtidorini ob'ekt sifatida majmuaviy o'rganish tadqiqotlarda ob'ektni nazariy sezish shakllaridan birini – tizimlarning umumiy nazariyasini qo'llash imkonini beradi. Bir butunni o'rganishni turli saviyalarda olib borish mumkin. Biz, sport iqtidorini o'rganishni organizm saviyasida, uning qobiliyat va iqtidorni sportda boshqacha saviyada o'rganilishini inkor etmagan holda, olib borishni maqsadga muvofiq deb hisoblaymiz. Sport iqtidori tizimini quyidagi sxemada tasavvur qilish mumkin: butun organizm – organlar tizimi – organlar – to'qimalar – to'qimalarning kataklari va to'quimalarning katagi bo'lmagan elementlari. Tizimli yondashuv barcha jaraynlarni, hodisalarni, predmetlarni u yoki bu strukturaga ega tizimlar sifatida ko'rish imkonini beradi.

Xulosa .Xulosa qilib aytganda, sportdagi raqobat me'yorlari, ijtimoiy dinamika va uzoq muddatli majburiyatlar sportchilarda bosimga dosh berishga yordam beradigan psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantiradi. Ishlash uchun moslashuvchan bo'lsada, himoyaga haddan tashqari ishonish haqiqatdan yoki shaxsiy javobgarlikdan haddan tashqari qochish uchun ishlatilsa, ruhiy salomatlikka xavf tug'dirishi mumkin. Umuman olganda, ushbu ijtimoiy psixologik jarayonlarni tushunish sportchilarda chidamlilikni rivojlantirish haqida tushuncha beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Vaillant GE. Himoyaning Ego mexanizmlari va shaxs psixopatologiyasi. J Abnorm Psychol 1994; 103 (1): 44-50.
2. Cramer P, Jones CJ. Mudofaa mexanizmlari o'z-o'zini boshqarish va o'z-o'zini qabul qilishda umrning differentsial o'zgarishini bashorat qiladi. Shaxs tadqiqotlari jurnali 2007; 41 (4): 841-55.
3. Freyd S, Strachey J. ego va id. Zigmund Freydning to'liq psixologik asarlari. 1th ed. Norton & Kompaniya; 1976.
4. Endryus G, Singx M, Bond M. Mudofaa Uslubi So'rovnomasi. J Nerv Ment Tashqi 1993; 181 (4):246-56.
5. Vaillant GE. Adaptiv aqliy mexanizmlar. Ularning ijobiy psixologiyadagi roli. Am Psixol 2000; 55(1):89- 98.
6. Uells A, Metyus G. diqqat va hissiyot: klinik Istiqbol. 1th ed. UK: psixologiya matbuoti; 1994.

MULOQOT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA OTA-ONALARNING ROLI

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti*

*Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
Burxanova Mayjuda Bekbutayeva*

Kirish Ota-ona va farzand o'rtasidagi muloqot nafaqat oilaviy munosabatlarni mustahkamlaydi, balki bolaning shaxsiy, ijtimoiy va intellektual rivojlanishiga ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ilmiy izlanishlar shuni tasdiqlaydiki, ota-onalar tomonidan qo'llaniladigan aloqa uslublari bolalarning o'zini anglashi, o'qishdagi yutuqlari va xulq-atvoriga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Masalan, farzand bilan samimiy suhbatlar olib borish, ularning fikrini tinglash va hissiy qo'llab-quvvatlash o'quv faoliyatida yuqori natijalarga erishishda muhim prognozlovchi omil sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, batafsil va iliq muloqot muhitida ulg'aygan bolalarda nutqni tushunish, ijtimoiy moslashuv va hamkorlik ko'nikmalari yaxshiroq rivojlanadi. Aksincha, cheklovchi va takroriy aloqa uslublarning ustunligi farzandlarda ifoda imkoniyatining torayishi hamda xulq-atvor muammolarining kuchayishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Shuningdek, ota-onalarning farzand bilan muloqoti bevosita suhbatlardan tashqari, ularning shaxsiy namunasida ham yaqqol namoyon bo'ladi. O'z farzandi bilan mehribon, hurmat asosida va ijobiy tonda muloqot qiladigan ota-onalar, odatda, ijtimoiy murakkab vaziyatlarda bardoshli va moslashuvchan bo'la oladigan farzandlarni tarbiyalaydi. Bunday muloqot shakllari nafaqat bolaning psixologik barqarorligiga, balki uning akademik muvaffaqiyatlariga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ammo ta'kidlash lozimki, turli ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy sharoitlarda ota-onalar muloqot uslublari sezilarli farq qiladi. Shu bois farzand tarbiyasida eng maqbul muloqot muhitini yaratish uchun empirik dalillar asosida ishlab chiqilgan strategiyalardan foydalanish alohida ahamiyatga ega. Ushbu maqola ota-onalarning farzandlarda muloqot madaniyatini shakllantirishdagi ko'p qirrali rolini o'rganishga, shuningdek, bu jarayonni samarali tashkil etishga xizmat qiluvchi omillarni ilmiy tahlil qilishga qaratilgan.

Ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqot jarayoni psixologiya va pedagogika ilmidagi keng o'rganilgan bo'lib, ko'plab tadqiqotlarda uning bolaning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ta'siri chuqur yoritilgan. Zamonaviy ilmiy manbalar ta'kidlashicha, ota-onaning farzand bilan qanday muloqot qilishi bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi, bilim faoliyati va ijtimoiy moslashuvchanligiga bevosita ta'sir etadi. Ayniqsa, samimiy suhbatlar, hissiy qo'llab-quvvatlash va ochiq fikr almashish kabi sifat omillari bolaning akademik muvaffaqiyatini oddiy muloqot chastotasidan ko'ra ancha yaxshi bashorat qilishi kuzatilgan.

Ilmiy adabiyotlarda ota-ona va bola o'rtasidagi muloqotni baholash uchun turli metodikalar ishlab chiqilgan. Jumladan, maxsus so'rovnomalar, kommunikativ ko'nikmalarni o'lchash shkalalari hamda turli kuzatuv metodlari qo'llanilgan. Ushbu vositalar yordamida bolaning nutq rivoji, o'zini tutishdagi barqarorlik, hamkorlikka

tayyorlik kabi ko'rsatkichlar baholangan. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, ijobiy muloqot uslublari bolalarda yuqori ijtimoiy kompetensiya va hissiy barqarorlikni rivojlantiradi.

Mazkur tadqiqotda esa ota-onalarning farzandlarda muloqot madaniyatini shakllantirishdagi o'rni aralash metodologiya asosida o'rganildi. Tadqiqot ikki yo'nalishda olib borildi:

1. **Miqdoriy tahlil** – Erta bolalik davrini qamrab oluvchi ECLS-K (Early Childhood Longitudinal Study – Kindergarten Cohort) ma'lumotlari asosida strukturaviy tenglama modellashtirish (SEM) usuli qo'llanildi. Bu orqali ota-onalar va farzandlar muloqot sifati bilan bolalarning akademik yutuqlari o'rtasidagi bog'liqlik o'rganildi. Shuningdek, bolaning o'z-o'zini anglash darajasi vositachi omil sifatida ko'rib chiqildi.

2. **Sifatli tahlil** – Farzandlar bilan faol muloqot qiluvchi ota-onalarning amaliy tajribalarini chuqur o'rganish maqsadida yarim tuzilgan suhbatlar o'tkazildi. Bundan tashqari, **PCIA-II** (Parent–Child Interaction Assessment) kuzatuv tizimi yordamida ota-ona va bola o'rtasidagi muloqotning real jarayonlari kuzatildi. Bu yondashuv bolalarning hissiy reaksiyalari, nutqiy faolligi va mustaqil fikrlash jarayonlarini tahlil qilish imkonini berdi.

Miqdoriy va sifatli uslublarning birlashtirilishi (triangulyatsiya) olingan natijalarning ishonchligini oshirdi. Shu tariqa, ota-onalarning kommunikativ strategiyalari bolalarning muloqot ko'nikmalari hamda shaxsiy rivojlanishiga qanday ta'sir ko'rsatishini ko'p qirrali jihatdan o'rganish imkoniyati yaratildi.

Ushbu tadqiqotda ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqot jarayonining ta'sirchan jihatlarini aniqlash maqsadida aralash metodologiya qo'llanildi. Miqdoriy tahlillar **ECLS-K (Early Childhood Longitudinal Study – Kindergarten Cohort)** ma'lumotlari asosida olib borildi, sifatli tahlillar esa yarim tuzilgan suhbatlar va kuzatuv metodlari yordamida amalga oshirildi.

Strukturaviy tenglama modellashtirish (SEM) asosida o'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatdiki, ota-onalarning farzand bilan muloqotida sifatli omillar – jumladan, ochiq munozara va hissiy qo'llab-quvvatlash – bolaning akademik yutuqlarini sezilarli darajada bashorat qiluvchi omil bo'ldi ($\beta = 0,45$; $p < 0,01$). Aksincha, muloqot chastotasi bunday samaradorlikni bermadi ($\beta = 0,12$; $p = 0,08$). Bu esa shuni anglatadiki, ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi aloqa miqdoridan ko'ra uning mazmuniy va hissiy sifati ko'proq ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, bolaning **o'zini anglash darajasi** muloqot sifati bilan akademik natijalar o'rtasida vositachi rol o'ynashi aniqlangan. Vositachilik tahlili natijasida ushbu omil umumiy ta'sirning 35 foizini tashkil etishi qayd etildi. Demak, ijobiy muloqot bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirib, uning o'quv faoliyatida yuqori natijalarga erishishini ta'minlaydi.

30 nafar ota-ona va bola ishtirokida o'tkazilgan suhbatlar va kuzatuvlar orqali bir

nechta asosiy mavzular aniqlangan:

1. **Hissiy sezgirlik** – Farzandiga e'tiborli, mehribon va hissiy sezgirlik bilan yondashgan ota-onalarning bolalari ijtimoiy jihatdan faolroq bo'lib, emotsional muvozanatni yaxshi saqlashlari kuzatildi.
2. **Mustaqillikni qo'llab-quvvatlash** – Muammolarni o'z kuchi bilan hal qilishga rag'batlantirilgan bolalarda o'ziga ishonch va akademik motivatsiya kuchliroq namoyon bo'ldi.
3. **Muloqotdagi izchillik** – Doimiy va muntazam aloqa bolalarda xavfsizlik hissi, o'z fikrini erkin ifoda etish va tashabbuskorlikni rivojlantirdi.

Integratsiyalashgan natija

Miqdoriy va sifatli tahlillarning birgalikdagi natijalari ota-onalarning farzand bilan muloqotda qo'llaydigan strategiyalari bolaning akademik hamda ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi. Shuningdek, bu natijalar ijobiy muloqotning faqat o'quv jarayonida emas, balki shaxsiy rivojlanishda ham hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanini ko'rsatdi.

Mazkur tadqiqot natijalari ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqotning bolaning rivojlanishida hal qiluvchi omil ekanini tasdiqlaydi. Xususan, akademik yutuqlar va ijtimoiy-emotsional farovonlikni ta'minlashda aloqa sifatining ustuvorligi miqdordan ko'ra muhimroq ekani aniqlandi. SEM tahlillari shuni ko'rsatdiki, ochiq suhbatlar va hissiy qo'llab-quvvatlash kabi omillar akademik natijalarni sezilarli darajada yaxshilaydi ($\beta = 0,45$; $p < 0,01$), muloqot chastotasi esa bunday ta'sir ko'rsatmadi. Bu xulosalar ilgari olib borilgan tadqiqotlar bilan hamohang bo'lib, bolalar bilan samimiy va qo'llab-quvvatlovchi muloqot ularning o'qishga bo'lgan qiziqishini oshirishi hamda muvaffaqiyatga erishishi uchun qulay muhit yaratishini tasdiqlaydi.

Bundan tashqari, bolaning **o'z-o'zini anglash darajasi** muloqotning samaradorligida vositachi rol o'ynashi aniqlandi. Ushbu ko'rsatkich umumiy ta'sirning 35 foizini tashkil etdi, bu esa ijobiy muloqot bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash orqali o'quv faoliyatini yanada samarali qilishini anglatadi. Nazariy jihatdan bu natijalar bolaning o'z imkoniyatlari va qobiliyatlariga nisbatan shakllanadigan qarashlari ota-onalar fikr-mulohazalari va muloqot sifati orqali rivojlanishini ko'rsatadi.

Sifatli ma'lumotlar ham ushbu natijalarni qo'llab-quvvatladi. Xususan, hissiy sezgirlik, izchil muloqot va mustaqillikni rag'batlantirish bolaning ijtimoiy ko'nikmalari hamda hissiy barqarorligiga ijobiy ta'sir qilishi kuzatildi. Bunday topilmalar ota-onaning iliq va qo'llab-quvvatlovchi munosabati farzandlarda bardoshlilik, o'z fikrini erkin ifoda etish va murakkab ijtimoiy vaziyatlarga moslashuvchan yondashishni rivojlantirishini tasdiqlaydi.

Olingan natijalar ota-onalar uchun amaliy jihatdan ham muhimdir.

Farzand tarbiyasida samarali muloqot strategiyalarini – faol tinglash, emotsional qo'llab-quvvatlash, mustaqillikka undash va izchillikni – keng tatbiq etish bolalarning

akademik hamda shaxsiy rivojida sezilarli o'sishga olib keladi. Shu bois, ota-onalar uchun maxsus trening va psixologik maslahat dasturlarini ishlab chiqish zarur.

Biroq tadqiqotning ayrim cheklovlari ham mavjud. Birinchidan, o'z-o'zidan xabar berilgan ma'lumotlarga tayanish ayrim sub'ektivliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Ikkinchidan, miqdoriy tahlilning ko'ndalang xarakteri sababli sabab-oqibat munosabatlarini aniq belgilash imkoni cheklangan.

Shu sababli kelajakdagi izlanishlarda bo'ylama metodlardan foydalanish, shuningdek, madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy omillarning ota-ona va farzand muloqotiga ta'sirini alohida tahlil qilish maqsadga muvofiqdir.

Xulosa. Tadqiqot natijalari ota-onalarning farzand bilan muloqoti bolaning akademik yutuqlari, ijtimoiy moslashuvi va emotsional farovonligida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanini ko'rsatdi. Xususan, suhbatlarning mazmuniy boyligi va hissiy qo'llab-quvvatlash omillari oddiy muloqot chastotasidan ko'ra ko'proq samara berishi aniqlandi. SEM tahlillari ota-onalar bilan muloqot sifati va farzandlarning o'quv natijalari o'rtasida sezilarli ijobiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi, bunda bolaning o'zini anglash darajasi muhim vositachi omil sifatida namoyon bo'ldi.

Shuningdek, sifatli tahlillar ota-onalarning hissiy sezgirligi, izchil muloqoti va mustaqillikka undash strategiyalari bolalarda ijtimoiy ko'nikmalar, nutqiy faollik va hissiy barqarorlikni mustahkamlashini ko'rsatdi.

Demak, ota-onalar farzand tarbiyasida mazmunli suhbat, faol tinglash va emotsional qo'llab-quvvatlashga ustuvor ahamiyat bergan taqdirda, bu bolalarning kelajakdagi muvaffaqiyatiga kuchli zamin yaratadi.

Shu nuqtai nazardan, oilalarda muloqot madaniyatini yuksaltirish bo'yicha dasturlarni kengaytirish va ota-onalarga samarali kommunikativ ko'nikmalarni o'rgatish dolzarb vazifa hisoblanadi. Bu esa nafaqat bolaning akademik yutuqlarini, balki uning shaxsiy barkamolligi va ijtimoiy barqarorligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Tadqiqotning ayrim cheklovlari mavjud bo'lsa-da, natijalar shuni ko'rsatadiki, farzandlar bilan muloqot madaniyatini rivojlantirish ota-onalarning eng muhim tarbiyaviy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Chen, B. B. va Kruczek, T. (2024). Ota-onalarning bolaning ijtimoiy va hissiy faoliyatiga ta'siri: tahririyat. Psixologiyadagi chegaralar, 15, 1392772. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1392772>

2. Cui, Y. va Vang, X. (2023). Bolalarning psixologik ehtiyojlari nuqtai nazaridan ota-ona va bola muloqoti sifati shkalasini ishlab chiqish. Bolalar va oila tadqiqotlari jurnali, 32(4), 567–582. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02456-7>

3. Eisenberg, N., Spinrad, T. L. va Valiente, C. (2016). Hissiyotlar bilan bog'liq o'zini o'zi boshqarish va bolalarning ijtimoiy, hissiy va akademik natijalari.

Psixologiyaning yillik sharhi, 67, 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115100>

4. Hair, E. C., Mur, K. A., Garrett, S. B., Ling, T. va Klivlend, K. (2008). Kichik o'smirlik davrida ota-onalar va o'smirlar o'rtasidagi sifatli munosabatlarning muhimligi. O'smirlik haqidagi tadqiqot jurnali, 18(1), 187–200. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2008.00556.x>

5. Xatchinson, D. M. va Rapi, R. M. (2007). Ota-onalar o'smir farzandlari haqida qayg'uradilarmi? Ota-onalarning o'smirlarning xavf-xatarga bo'lgan munosabatini jamoaviy o'rganish. O'smirlik jurnali, 30(5), 675–691. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.08.003>

6. Keijsers, L. va Poulin, F. (2013). O'smirlik davrida ota-ona va bola muloqotidagi rivojlanish o'zgarishlari. Rivojlanish psixologiyasi, 49 (12), 2301–2313. <https://doi.org/10.1037/a0032217>

7. Smetana, J. G. (2017). Ota-onalar tarbiyasi uslublari, o'lchovlari va e'tiqodlari bo'yicha joriy tadqiqotlar. Psixologiyada hozirgi fikr, 15, 19–25. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.02.012>

8. Teylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A. va Weissberg, R. P. (2017). Maktabga asoslangan ijtimoiy va hissiy ta'lim tadbirlari orqali yoshlarning ijobiy rivojlanishini rag'batlantirish: keyingi ta'sirlarning meta-tahlili. Bola rivojlanishi, 88 (4), 1156–1171. <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>

9. Vang, M. T. va Eccles, J. S. (2012). Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash masalalari: Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning o'rta maktabdan o'rta maktabgacha bo'lgan maktab ishtirokining uch o'lchoviga bo'ylama ta'siri. Bola rivojlanishi, 83(3), 877–895. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01745.x>

OILA DINAMIKASINING IJTIMOIIY XULQ-ATVORGA TA'SIRI

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti

Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Burxanova Mayjuda Bekbutayeva

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti

Amaliy psixologiya yo'nalishi talabalari

Abdulazizova M

Ro'ziboyeva Z

Abdunazarova M

Kirish Oila – inson hayotining ilk ijtimoiy muhitidir va u shaxsning psixologik farovonligi, xulq-atvori hamda hayotiy yo‘lini belgilashda beqiyos ahamiyat kasb etadi. Oila dinamikasi deganda oila a‘zolari o‘rtasidagi o‘zaro aloqalar, hissiy bog‘liqlik va tarbiyaviy jarayonlarning murakkab tizimi tushuniladi. Ushbu dinamika insonning ijtimoiy hayotga moslashuvi, o‘zini jamiyatda tutishi va shaxsiy qadriyatlarini shakllantirishida asosiy omil hisoblanadi.

Oilaviy munosabatlar turli ko‘rinishlarda namoyon bo‘ladi: ota-ona va farzand aloqalari, turmush o‘rtog‘lar o‘rtasidagi munosabatlar, shuningdek, aka-uka yoki opa-singillar o‘rtasidagi rishtalar. Har birining shaxsning ijtimoiy rivojiga qo‘shadigan hissasi beqiyosdir. Masalan, mehr va e‘tibor bilan yo‘g‘rilgan qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit farzandlarda ruhiy barqarorlikni mustahkamlasa, nizolar, tanqidiy munosabatlar yoki tarang vaziyatlar esa stress darajasini oshirib, salomatlikka salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Tadqiqotlar bunday holatlarda hatto immunitetning pasayishi va turli ruhiy bosimlarning ortishini ko‘rsatgan.

Ota-ona va farzand o‘rtasidagi ijobiy aloqalar bolaning hissiy, ijtimoiy va intellektual o‘rishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Aksincha, e‘tiborsizlik, zo‘ravonlik yoki beqaror munosabatlar esa bolalik davridan boshlab ruhiy muammolar, past o‘zini baholash va ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Shuningdek, opa-singillar o‘rtasidagi rishtalar ham bolada ijtimoiy ko‘nikmalar, o‘zini qadrlash tuyg‘usi va psixologik mustahkamlikning shakllanishiga yordam beradi.

Demak, oilaviy munosabatlarning ijobiy va salbiy tomonlarini chuqur o‘rganish shaxsiy farovonlik hamda ijtimoiy integratsiya jarayonini yaxshiroq anglash imkonini beradi. Ushbu maqola mavjud ilmiy adabiyotlar va empirik tadqiqotlarga tayangan holda, oila dinamikasining jamiyatdagi shaxsiy xulq-atvorni shakllantirishdagi o‘rnini tahlil qilishga qaratilgan.

Oila dinamikasining shaxs va jamiyat hayotiga ta‘sirini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. Bu borada mavjud ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, empirik natijalarni solishtirish va turli uslubiy yondashuvlardan foydalanish zarur bo‘ladi.

Oila psixologiyasi fan sohasi oilaviy munosabatlarning murakkab mohiyatini va ularning kengroq ijtimoiy oqibatlarini o‘rganishda asosiy nazariy poydevor hisoblanadi. Ushbu sohada oila a‘zolari o‘rtasidagi muloqot, hissiy aloqalar va jamiyatdagi me‘yorlarning oilaviy munosabatlarga ta‘siri turli nuqtai nazardan ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, shaxsiy farqlar va ijtimoiy kontekstning oilaviy rishtalarga ta‘siri ham muhim o‘rin tutadi.

Oila dinamikasini tahlil qilishda **Ijtimoiy munosabatlar modeli (IMM)** samarali yondashuv sifatida qo‘llaniladi. U oila ichidagi kichik tizimlarni o‘rganib, ularning o‘zaro ta‘sirini aniqlash imkonini beradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, uyg‘un va mehribon oilaviy muhit farzandlarning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy rivojlanishini

mustahkamlasa, nizoli va disfunksional muhit tashvish, depressiya va nojo'ya xatti-harakatlarning ortishiga olib keladi.

So'nggi yillarda olib borilgan izlanishlar oilaviy muloqot sifati va o'smirlar xulq-atvori o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjudligini ko'rsatmoqda. Masalan, 2022-yilda Xitoyda o'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, oiladagi samarali muloqot o'smirlar orasida zo'ravonlik ($b = -0,494$, $p < 0,001$) va internetdan zararli foydalanish ($b = -0,056$, $p < 0,05$) bilan teskari bog'liqlikda bo'lgan. Bu esa ochiq va qo'llab-quvvatlovchi muloqotning oiladagi salbiy oqibatlarni yumshatishdagi muhim rolini ko'rsatadi.

Metodologik jihatdan, oilaviy munosabatlarni o'rganishda turli yondashuvlardan foydalaniladi:

- **Miqdoriy metodlar** – keng ko'lamli so'rovnomalar, tizimli tenglama modellashirish (SEM) kabi statistik yondashuvlar oilaviy muloqot, zo'ravonlik va xulq-atvor natijalari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashda qo'llanadi. Masalan, AMOS dasturi asosida tuzilgan SEM modellar o'smirlarning tashvish va depressiyasida oilaviy muhitning vositachilik rolini ochib beradi.

- **Sifatli metodlar** – chuqur intervyular, tematik tahlillar va kuzatuv usullari oilaviy tajribalarni yanada nozik tahlil qilish imkonini beradi.

- **Uzunlamasına tadqiqotlar** – vaqt o'tishi bilan oilaviy munosabatlarning qanday o'zgarishini va ularning shaxsiy hamda ijtimoiy rivojlanishga uzoq muddatli ta'sirini ko'rsatadi.

Nazariy asoslar, empirik topilmalar va uslubiy xilma-xillikni uyg'unlashtirish orqali oilaviy munosabatlarning ijtimoiy hayotga ta'siri yanada chuqurroq anglanadi. Bu esa oila ichida sog'lom munosabatlarni rivojlantirish jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashning muhim sharti ekanini ko'rsatadi.

O'tkazilgan tahlillar oilaviy tuzilmalar, munosabatlar sifati va shaxslarning psixologik farovonligi o'rtasida kuchli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Empirik dalillarga ko'ra, oilaning barqarorligi va undagi o'zaro munosabatlarning sifati butun hayot davomida ruhiy salomatlikka sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Masalan, 154 nafar pediatrik bemor ishtirokida o'tkazilgan retrospektiv tadqiqot natijalariga ko'ra, kasalxonaga yotqizilgan bolalarning atigi 11 foizi ikki ota-onasi bilan to'liq oilada ulg'aygan bo'lsa, 89 foizi turli darajadagi oilaviy buzilishlarga duch kelgan. Bu esa oilaviy barqarorlikning bolaning ruhiy salomatligi bilan bevosita bog'liqligini ko'rsatadi.

O'n yil davomida olib borilgan uzunlamasına tadqiqot natijalari ham bu xulosani qo'llab-quvvatladi. Unda oilalar to'rt toifaga ajratildi: yuqori sifatli ikki ota-onali oilalar, past sifatli ikki ota-onali oilalar, yolg'iz onali oilalar va beqaror tuzilmaga ega oilalar. Natijalar shuni ko'rsatdiki, yuqori sifatli munosabatlar mavjud oilalardagi onalar va bolalar ruhiy barqarorlik bo'yicha eng yaxshi natijalarni qayd etgan, qolgan guruhlarda esa ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar ehtimoli 3,2 baravar yuqori bo'lgan. Ayniqsa, beqaror oilalarda ulg'aygan farzandlarda hissiy va xulq-atvor

muammolari xavfi 8,2 baravar ko'p uchragan.

Bolalikdagi salbiy tajribalar (ACE) tadqiqoti ham oilaviy munosabatlarning uzoq muddatli oqibatlarini tasdiqlaydi. Ishtirokchilarning qariyb 2/3 qismi hech bo'lmaganda bitta ACE tajribasini boshdan kechirgan, 87 foizi esa bir nechta ACE holatlariga duch kelgan. To'plangan ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, to'rt yoki undan ortiq ACE tajribasiga ega bo'lgan insonlarda alkogolizm xavfi 7 baravar, saraton kasalligi xavfi 2 baravar, amfizem tarqalishi esa 4 baravar yuqori bo'lgan. Eng jiddiy holat shuki, 6 va undan ortiq ACE balliga ega bo'lgan shaxslarning o'z joniga qasd qilish ehtimoli 30 baravar ortgan.

Shuningdek, tadqiqotlar oilaviy qo'llab-quvvatlashdan tashqari, kengroq ijtimoiy rishtalar ham ruhiy salomatlikda katta rol o'ynashini ko'rsatdi. Mustahkam ijtimoiy aloqalarga ega insonlar baxtiyorlik, sog'lom hayot va uzoq umr ko'rishga ko'proq erishadi. Aksincha, yolg'izlik va ijtimoiy izolyatsiya turli psixologik va jismoniy muammolar bilan chambarchas bog'liq ekanini qayd etilgan.

Umuman olganda, natijalar oilaviy muhitning ijobiy yoki salbiyligi insonning ruhiy va ijtimoiy rivojiga bevosita ta'sir ko'rsatishini isbotladi.

Xulosa O'tkazilgan tadqiqot natijalari oilaviy munosabatlar shaxsiy farovonlik va ijtimoiy barqarorlikni shakllantirishda hal qiluvchi omil ekanini ko'rsatdi. Mustahkam va qo'llab-quvvatlovchi oila rishtalari farzandlarda emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuvchanlik va sog'lom psixologik rivojlanishni ta'minlaydi. Bunday muhit nafaqat shaxsiy, balki jamiyat miqyosida ham uyg'unlikni kuchaytiradi. Aksincha, nizolar, beparvolik va beqarorlik bilan ajralib turadigan oilaviy vaziyatlar psixologik tanglik, xulq-atvor muammolari va ijtimoiy faollikning pasayishi xavfini oshiradi.

Empirik dalillar shuni ko'rsatadiki, mehribon oilada ulg'aygan bolalar yuqori chidamlilik va kognitiv rivojlanishga ega bo'lishadi, bolalikdagi salbiy tajribalar (ACE) esa turli psixologik kasalliklar, giyohvandlik va surunkali jismoniy muammolarga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, oilaviy muloqot sifati farzandlarda hissiy o'zini boshqarish va ijtimoiy ko'nikmalar shakllanishida asosiy rol o'ynaydi.

Ijtimoiy nuqtai nazardan qaraganda, zamonaviy oilaviy tuzilmalarning o'zgarishi – nikohlarning kechikishi, ajralishlar sonining ortishi va birgalikda yashashning ko'payishi – oilaviy barqarorlikni ta'minlash uchun yangi yondashuvlarni talab qiladi. Shu bois, ota-onalik mahoratini rivojlantirish, nizolarni konstruktiv hal etish va emotsional intellektni oshirishga qaratilgan dasturlar ijtimoiy siyosatning ajralmas qismi bo'lishi zarur.

Xulosa qilib aytganda, oila inson kamolotining asosiy poydevori bo'lib, uning barqarorligi va sog'lom munosabatlari jamiyatda hamjihatlik va barqarorlikni ta'minlaydi. Kelajakdagi izlanishlar oilaviy rishtalarning uzoq muddatli ta'sirini chuqurroq o'rganishga qaratilishi va psixologiya, sotsiologiya hamda ijtimoiy siyosatni birlashtiruvchi multidisipliner yondashuvlar orqali yanada sog'lom va uyg'un

jamiyatlarni shakllantirishga xizmat qilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Conger, R. D., Conger, K. J. va Martin, M. J. (2010). Ijtimoiy-iqtisodiy holat, oilaviy jarayonlar va individual rivojlanish. Nikoh va oila jurnali, 72(3), 685–704. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00725.x>
2. Demo, D. H. va Koks, M. J. (2000). Yosh bolali oilalar: 1990-yillardagi tadqiqotlarni ko'rib chiqish. Nikoh va oila jurnali, 62(4), 876–895. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00876.x>
3. Furstenberg, F.F. (2019). Oila o'zgarishi va bolalar farovonligi: Biz nimani bilamiz? Nikoh va oila jurnali, 81(2), 357–374. <https://doi.org/10.1111/jomf.12540>
4. Grych, J. H. va Fincham, F. D. (2001). Ota-onalar o'rtasidagi ziddiyat va bolaning rivojlanishi: nazariya, tadqiqotlar va ilovalar. Kembrij universiteti matbuoti.
5. Hair, E. C., Mur, K. A., Garrett, S. B., Ling, T. va Klivlend, K. (2008). Kechki o'smirlik davrida ota-onalar va o'smirlar o'rtasidagi sifatli munosabatlarning muhimligi. O'smirlik haqidagi tadqiqot jurnali, 18(1), 187–200. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2008.00556.x>
6. Lansford, J. E., Seballo, R., Abbey, A. va Styuart, A. J. (2001). Oila tuzilishi muhimmi? Farzand asrab oluvchi, ikki ota-onadan iborat biologik, yolg'iz ona, o'gay ota va o'gay onalik uy xo'jaliklarini taqqoslash. Nikoh va oila jurnali, 63(3), 840–851. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00840.x>
7. McLanahan, S. va Sandefur, G. (1994). Bitta ota-ona bilan o'sish: nima og'riyapti, nima yordam beradi. Garvard universiteti matbuoti.
8. Olson, D. H. va Gorall, D. M. (2003). Nikoh va oila tizimlarining aylanma modeli. F. Uolsh (Ed.), Oddiy oilaviy jarayonlar: O'sib borayotgan xilma-xillik va murakkablik (514-548-betlar). Guilford Press.
9. Repetti, R. L., Teylor, S. E. va Seeman, T. E. (2002). Xavfli oilalar: oilaviy ijtimoiy muhit va naslning ruhiy va jismoniy salomatligi. Psixologik axborotnoma, 128(2), 330–366. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.2.330>
10. Vallershteyn, J. S. va Blakesli, S. (2003). Bolalar-chi? Farzandlaringizni ajralishdan oldin, paytida va keyin tarbiyalash. Hachette kitoblar.

O'ziga ishonch muammosini psixologik jihatdan o'rganilishi

Dawkeeva Aydin Oralbaevna

NDPI Psixologiya kafedراسи dotsenti,
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Kirish: Talabalarning o'ziga ishonchi ta'lim jarayonining sifatini belgilovchi

muhim omil bo'lib, ta'lim samaradorligini oshiradi. Talabalarning o'ziga ishonchi, ularning o'z qobiliyatlari va salohiyatini to'g'ri anglashiga, stressni boshqarish qobiliyatiga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga va mentorlik yordamiga bog'liq. O'ziga ishonch hayotda ba'zi odamlar har qanday vaziyatda o'zlarini ishonchli his qilsalar, boshqalari esa doimiy ravishda ikkilanishda qoladilar. Buning farqi oddiy – o'ziga ishonchda. O'ziga ishonch – bu shaxsning o'z qobiliyatlari, bilimi va imkoniyatlariga bo'lgan mustahkam e'tiqod bo'lib, u har qanday qiyinchilikni yengib o'tish va maqsadlariga erishish imkonini beradi. O'ziga ishonch nafaqat tug'ma xususiyat, balki rivojlantirish mumkin bo'lgan ko'nikmadir. Bu maqolada o'ziga ishonchni rivojlantirish bugungi kunda jahonda psixologiyasi fanida boy materiallar to'plangan bo'lib, bu o'z navbatida insonning maqsadi, munosabati, kechinmalari, holati o'zgarishi va yangidan tuzilishi haqida ilmiy-nazariy ma'lumotlar beradi. Ayni paytda psixologiya insonning ruhiy holatini o'rganish, shakllantirish, takomillashtirish, rivojlantirish, yangi sifat bosqichiga o'tish, yangi sharoitga ko'chirish dinamikasini ta'minlash imkoniyati borligi bilan o'ziga xos amaliy va tatbiqiy fanga aylanib borayotganligini qayd etish mumkin.

O'ziga ishonchni rivojlantirish uchun mas'ul bo'lgan neyrofiziologik jarayonlar miyaning ko'plab sohalarida to'plangan, ammo miyaning frontal lobi o'zini o'zi boshqarish uchun eng muhim hisoblanadi. Frontal lobning shikastlanishi yoki uning konjenital patologiyalari o'z-o'zini nazorat qilishning buzilishiga olib keladi; tajovuzkor va jinoiy xatti-harakatlar ham ko'pincha frontal lob patologiyasi bilan bog'liq.

Sharq mutafakkirlari o'ziga ishonchni rivojlantirishning shaxs kamolotini ta'minlashdagi o'rni va roliga alohida e'tibor berganlar. Xususan, Abu Ali ibn Sino ijtimoiy hayotda shaxsning roliga katta e'tibor qaratadi. Tashqi muhit va odamlar insonlar orasidagi uyg'unlikni bo'lishi shaxsda ijobiy va salbiy sifatlarning shakllanishiga ta'sir qilishi va shu bois shaxsdagi o'zini nazorat qilishda ijtimoiy muhitni muhim ahamiyat kasb etishini ta'kidlaydi [1].

Abu Nasr Forobiyning qarashlarida, inson va borliqni birga munosabatda bo'lishi, shaxslararo munosabatlarni shaxs takomillashuvidagi roli haqida juda ko'plab talqinlar keltirilgan. Shaxsdagi har xil ehtiyojlarni qondirish uni kamolot cho'qqisiga olib boradi va bu uning o'ziga ishonchni rivojlantirishini yanada shakllantiradi, deb aytiladi. Shuningdek, uning asarlarida shaxsning psixologik xususiyatlari hamda ijtimoiylashuvning roli ko'rsatib o'tiladi [2].

Ma'lumki, Kaykovusning «Qobusnoma» asarida inson kamolotida axloq va tarbiyaning roli beqiyosligi ko'rsatib o'tiladi. Kaykovus qarashlarida insonni o'ziga ishonchni rivojlantirish muammosi dolzarb muammolardan biri sifatida qaraladi. Uning odob-axloq qoidalariga qanday rioya etish haqidagi, haqiqatgo'y, insonparvar, saxovatli, qanoatli, muruvvatli bo'lishi haqidagi qarashlari, ahamiyatga molik hisoblanadi. Bulardan ko'rinib turibdiki, Kaykovus o'ziga ishonchni rivojlantirishi insonning kamolotini ko'rsatuvchi axloqiy xislatlardan biri sifatida talqin etgan [3].

Kaykovusning o'ziga xos xizmati shundaki, u yoshlarni hayotga tayyorlashda ularni har tomonlama kamolga yetkazishning nazariy masalalarini amaliy faoliyatga tatbiqi nuqtai nazaridan ifodalashi bilan hamma zamonlarda, har qanday tuzumda ham o'z qimmatini yo'qotmadi va amaliy hayot dasturi sifatida o'z o'rniga ega bo'ldi.

Jaloliddin Rumiyning qarashlarida inson va uning kamoloti, ijtimoiy xulq-atvor normalari haqida juda ko'plab manbalar berilgan. Uning izlanishlari natijasida, insoning idroki u yashayotgan jamiyatning bir ko'rinishidir. Shuningdek, inson ijtimoiy mavjudot bo'lib tafakkur qilish va fikrlash unga xos odatdir [4]. Shaxsning ijtimoiy hayotdagi faoliyati uning shaxslararo munosabatlarni qay darajada shakllanganligi jamiyatdagi mavqeini belgilab beradi. Shaxsning jamiyatdagi rolini uning ilmliligi bilan bir qatorda shaxsiy fazilatlari belgilaydi.

Ma'lumki, har bir insonning ma'naviy qiyofasi, eng avvalo, uning milliy ongi va o'z o'zini anglash qo'lga olishda yorqin gavdalanadi. Milliy ong - ijtimoiy ongning tarkibiy qismi bo'lgan etnik ongning asosiy shaklidir. Ayni mahalda shuni nazarda tutish zarurki, "ijtimoiy ong - bu obyektiv olam va ijtimoiy borliqning kishilar ongida aks etishidir. Shunday ekan, har bir elat va millat har bir xalq, o'zining ijtimoiy hayotini aks ettiradigan etnik dunyoqarashga egadir. Mazkur etnik qarashning tarkibiy qismini qabila, urug', millat va elatlarning ongi tashkil etadi. Milliy etnik ong ijtimoiy ongga nisbatan aniq tushuncha bo'lib, urug', qabila, unda elat, millatlarning urf-odat, ijtimoiy hayoti va madaniyati, an'analari, tarixi, dunyoqarashi, ijtimoiy qo'lga olish aks etadi.

Ma'lumki, o'ziga ishonchni rivojlantirish jarayon sifatida shaxslarning o'zini tushunishi, ijtimoiy ongning shakllaridan biri bo'lgan milliy ong va o'z o'zini anglash o'zining ma'lum etnik guruhga mansubligini, vatanining tarixi, ajdodlardan bizgacha yetib kelgan an'analari, meros va amaliy tajribani, milliy manfaatlarni umuminsoniy qadriyatlar bilan bog'liq ravishda chuqur anglashi, muayyan mushtarak g'oya va mafkuraga tayanib, o'z xalqi va vatanining istiqloli hamda istiqboli yo'lida fidokorona xizmat qilishi, boshqa millatlarga ham adolatli munosabatda bo'lib, ularning o'ziga xosligi va manfaatlarini hurmat qilishidir.

O'ziga ishonchni rivojlantirishning mazmun – mohiyati va funksiyasini o'rganish iroda psixologiyasidagi eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. O'ziga ishonchni rivojlantirishni ta'lim-tarbiya bilan bog'lagan holda ishlab chiqarish va sport sohasida maqsadga yo'naltirilgan va tizimli holda o'rganish XX asrning 50-60 yillaridan boshlandi. Biroq bu holat o'ziga ishonchni rivojlantirish fenomeni uzoq vaqt davomida psixologlar nazaridan chetda qolganligini anglatmaydi. Dastlabki psixologik tadqiqotlarda inson psixik hayoti uchun muhim bo'lgan o'ziga ishonchni rivojlantirishning ayrim xususiyatlari o'rganilganini kuzatish mumkin. N.V.Samoukina tomonidan amalga oshirilgan adabiyotlar tahlilida o'ziga ishonchni rivojlantirish fenomenining o'rganilish tarixi haqida batafsil fikr yuritilgan [5].

O'z-o'zini baholash — bu shaxsning o'z qobiliyatlari va salohiyatini qanday baholashi. A.Bandura o'zining asarida o'z-o'zini baholashning shaxsiy

muvaffaqiyatlarga ta'sirini tadqiq etdi. Bandura, shaxsning o'z qobiliyatiga bo'lgan ishonchining, muvaffaqiyat tajribalari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali rivojlanishini ta'kidlaydi. Shuningdek, o'z-o'zini baholash — shaxsning o'z salohiyatini qanday qabul qilishi va qadr-qimmatini aniqlashning psixologik jarayonidir. A.Bandura o'zining "O'zini ishonch nazariyasi"da o'z-o'zini baholashning shaxsiy muvaffaqiyatlarga ta'sirini tadqiq etdi. Bandura ta'kidlashicha, o'z-o'zini baholash o'z qobiliyatiga ishonchni rivojlantirishga yordam beradi. Shaxsning muvaffaqiyatlari va tajribalari o'z-o'zini baholash darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. [6]

Fikrimizcha, o'ziga ishonchni rivojlantirish uchun pedagoglarga maxsus trening va mashg'ulotlar tashkil etish zarur. Ushbu treninglar pedagoglarda o'ziga ishonchni shakllantiruvchi ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Pedagoglar o'z salohiyatini anglagan holda, o'quvchilarga yanada samarali ta'lim berishadi. O'ziga ishonchni rivojlantirish pedagogik faoliyatni muvaffaqiyatli olib borishda muhim ahamiyatga ega. Pedagoglar o'zlariga ishonib, yangi yondashuvlarni qo'llashga va innovatsiyalarni o'rganishga tayyor bo'lishadi. Shuningdek, o'ziga ishonch hissi pedagogning o'quvchilarga nisbatan ijobiy ta'sir ko'rsatishiga yordam beradi. O'ziga ishonchni oshirish orqali pedagoglar o'z o'quvchilari uchun namuna bo'lish imkoniga ega bo'ladi.

O'ziga ishonchni rivojlantirish muammosini psixologik jihatdan o'rgangan olimlardan biri Z.Freyd bo'lib, u shaxsning o'z xulq-atvorini boshqarish qobiliyatini tushuntirish uchun qaror qabul qilish, xulq-atvorni nazorat qilish bilan bog'liq bo'lgan bir qancha ichki psixik agentlarni sanab o'tadi. Z.Freyd o'ziga ishonchni rivojlantirishni "Men"ning o'zini o'zi himoyalash instinkti sifatida tahlil qiladi. Uning nazarida "Men"ning rivojlanishi avtomatik tarzda o'ziga ishonchni rivojlantirish kuchayishiga olib keladi [7].

O'ziga ishonchni rivojlantirish tushunchasining mazmun-mohiyatini aniqlashga qaratilgan bir qator ta'riflar mavjud. Jumladan, katta rus ensiklopediyasida o'ziga ishonchni rivojlantirish deganda shaxsning o'z xulq-atvori, fikrlari va hissiyotlarini ongli nazorat qilishi, boshqarishi va o'z faoliyatini rejalashtirishi tushuniladi. O'ziga ishonchni rivojlantirish o'z fikrlarini ongli ravishda o'zgartirish, salbiy xatti-harakatlarning oldini olish imkonini beradi. Keltirilgan ta'rifdan ko'rishimiz mumkinki, o'ziga ishonchni rivojlantirishda onglilik, o'zini o'zi boshqarish qobiliyati va rejalashtira olish funksiyalariga alohida e'tibor berilgan. Shuningdek, shaxsning xulq-atvori, qarashlari, hissiyotlari hamda faoliyat jarayonida o'ziga ishonchni rivojlantirishning mavjud bo'lishi e'tirof etiladi.

Bizning xulosamizcha, o'ziga ishonch hissini rivojlantirish uchun pedagoglarning o'zaro munosabatlari va jamoadagi hamkorlik muhimdir. Pedagoglar bir-biri bilan samarali muloqot qilish orqali o'zlariga ishonch hosil qiladi. Jamoada qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish o'z-o'ziga ishonchni oshirishga yordam beradi. Pedagoglar

bir-biridan o'rganib, yangi ko'nikmalarni rivojlantiradi va bu jarayonda o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradi. O'zaro yordam va hamkorlik pedagoglar orasida ishonch muhitini shakllantiradi va bu ularning kasbiy rivojlanishiga xizmat qiladi. Jamoada ishlash shaxsiy kamchiliklarni bartaraf etish va muvaffaqiyatga erishish uchun muhim vositadir. O'zaro muloqot pedagoglarga murakkab vaziyatlarda yechim topishda yordam beradi va bu jarayon ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Hamkorlik orqali pedagoglar bir-birining kuchli tomonlarini o'rganadi va bu bilimlar ularga kasbiy faoliyatda yordam beradi.

Xulosa: O'ziga ishonch rivojlangan shaxslar boshqalarga yetakchilik qila oladi va jamoa a'zolari o'rtasida muvofiqlikni ta'minlaydi. Psixologik adabiyotlar ijtimoiy munosabatlarda o'ziga ishonchning ijobiy ta'sirini ko'rsatib, shaxsning jamoaviy ishlarda samarali ishtirok etishini ta'kidlaydi. Shaxs o'ziga ishonch hosil qilganda, u boshqalarga o'z ta'sirini kuchaytirib, ijtimoiy munosabatlarda muvaffaqiyatga erishadi. O'ziga ishonch ijtimoiy guruhlarda rahbarlik qobiliyatini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi.

Foydalardan adabiyotlar

1. Абу Али Ибн Сино. Свод науки о музике. пер. А.В.Сагдеева. Эстетика стран Востока. – Москва: 2007. -126 б
2. Abu Nasr Farobiy. Fozil odamlar shahri. – Toshkent: A. Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 2003. – 224 b
3. Кайковус. Кобуснома. - Т: “Ўкитувчи”, 2006. – 205 б.
4. Rumiy “Mavoizi majolisi sab'a”. – Toshkent: A.Qodiriy nomidagi nashriyot, 2007. – 124 b.
5. Самоукина Н.В. Первые шаги школьного психолога. Психологический тренинг //- Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2002. - 224 с.
6. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 346 с.
7. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1991.- 456 с.

Ko'krak saratoni bilan og'rigan ay ollarda psixologik yordam ko'rsatishning o'ziga xosligi

*Dilshodova Madinabonu Rustam qizi
Toshkent davlat tibbiyot universiteti
pedagogika va psixologiya
kafedrasi o'qituvchisi*

Ko'krak saratoni dunyo bo'ylab ayollar orasida eng ko'p uchraydigan saraton turlaridan biri hisoblanadi. Har yili millionlab ayollar bu kasallikka chalinadi, bu esa

ularning jismoniy va ruhiy salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Ko'krak saratoni tashxisi ko'pincha kuchli stress, depressiya, va xavotirga olib keladi, bu esa bemorlarning umumiy hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi. Psixologik qo'llab-quvvatlash esa kasallikni boshqarishda va davolash jarayonida bemorning ruhiy holatini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Ko'krak saratoni tashxisi ko'pincha hayotning kutilmagan burilish nuqtasi sifatida namoyon bo'ladi. Bemorlar o'z kelajagi, oilasi va ish faoliyati haqida xavotirga tushadilar. Ular o'zlarini yolg'iz, tushkunlik va bezovtalik holatida his qilishlari mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, depressiya va stress kasallik natijasida yuzaga keladigan eng keng tarqalgan psixologik muammolardan biridir. Bu holatlar esa bemorning immun tizimiga salbiy ta'sir qilishi, davolanish samaradorligini kamaytirishi mumkin.

Ko'krak saratoni bilan og'rigan ayollarda ruhiy yordam ko'rsatish turli shakllarda amalga oshiriladi. Har bir usulning o'ziga xos xususiyatlari va afzalliklari bor. Asosiy psixologik yordam turlari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. Individual psixoterapiya

Bu usulda bemor psixolog yoki psixiatr bilan yuzma-yuz ishlaydi. Maqsad – bemorning shaxsiy muammolari, xavotir va depressiyasini aniqlash va ularni bartaraf etishga yordam berishdir. Individual terapiyada ko'pincha kognitiv-behavioral terapiya (KBT) qo'llaniladi, bu usul bemorga salbiy fikrlarni ijobiylariga almashtirish va stressni boshqarishni o'rgatadi.

2. Guruh terapiyasi

Guruh terapiyasi bemorlarga o'z tajribalari bilan boshqalar bilan bo'lishish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash olish imkonini beradi. Bunday terapiya yolg'izlik va ijtimoiy izolyatsiyani kamaytiradi, shuningdek, bemorlar orasida hamjihatlik va motivatsiyani oshiradi. Guruh a'zolari o'zaro tajriba almashadi va bir-biriga psixologik yordam ko'rsatadi.

3. Stressni boshqarish mashg'ulotlari

Bu usullar bemorga nafas olish texnikalari, meditatsiya, relaksatsiya va vizualizatsiya kabi stressni kamaytiruvchi amaliy ko'nikmalarni o'rgatadi. Bunday mashg'ulotlar bemorning asab tizimini tinchlantirishga yordam beradi va stress bilan kurashish qobiliyatini oshiradi.

4. Psixologik maslahatlar va treninglar

Bu shaklda bemorlarga kasallik va uning davolash jarayoni haqida to'liq ma'lumot beriladi. Kasallik bilan bog'liq ma'lumotlarni tushuntirish orqali bemorlarning xavotiri kamayadi va ular o'zini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Treninglar orqali bemorlar o'zlarini va oila a'zolarini qo'llab-quvvatlashni o'rganadilar.

5. Online psixologik yordam

Zamonaviy texnologiyalar yordamida bemorlar masofadan turib ham psixologik yordam olishi mumkin. Bu, ayniqsa, yirik shaharlar yoki qishloq joylarda istiqomat

qiluvchi bemorlar uchun qulaydir. Online sessiyalar stressni kamaytirish, depressiya bilan kurashish va psixologik barqarorlikni saqlashga yordam beradi.

6. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlari

Bunday dasturlar bemorlarni turli ijtimoiy resurslarga yo'naltiradi, jumladan, kasallik bilan bog'liq ma'lumotlar, moddiy yordam, va ijtimoiy faoliyatlarga jalb qilishni o'z ichiga oladi. Bu dasturlar bemorning hayot sifatini yaxshilash va ijtimoiy izolyatsiyani kamaytirishga xizmat qiladi.

Hayot sifatiga ta'siri. Hayot sifati ko'p jihatdan bemorning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonligiga bog'liq. Psixologik qo'llab-quvvatlash olgan ayollarda depressiya darajasi sezilarli kamayadi, o'ziga ishonch va optimizm oshadi. Ular davolanish jarayonini yanada faol va ijobiy tarzda boshqaradi, ijtimoiy hayotga qaytishlari tezlashadi. Masalan, Tadqiqotlarga ko'ra, ko'krak saratoni bilan og'rigan bemorlar orasida psixoterapiya olganlarda qayta tiklanish tezligi va umumiy hayot sifatining ko'rsatkichlari yaxshilanadi. Psixologik yordam sog'liqni saqlash tizimining ajralmas qismiga aylanganda, bu bemorlarga yanada yuqori sifatli xizmat ko'rsatishga imkon yaratadi.

Amaliy tadqiqotlar natijalari. Ko'plab ilmiy ishlar ko'rsatadiki, psixologik yordam kasallik bilan kurashayotgan ayollarda ruhiy holatni sezilarli yaxshilaydi. Masalan, American Cancer Society tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarda, psixoterapiya va guruh terapiyasidan foydalangan bemorlarda stress va depressiya ko'rsatkichlari kamaygan. Shuningdek, bemorlarning o'zlarini ijtimoiy qo'llab-quvvatlangan his qilishlari kasallik bilan kurashishda ijobiy rol o'ynaydi. Yana bir tadqiqotda psixologik yordam olgan ayollarda kasallik davrida yuzaga kelgan ijtimoiy izolyatsiya va yolg'izlik hissi sezilarli darajada kamaygani aniqlangan. Bu esa ularning hayot sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Ko'krak saratoni tashxisi nafaqat jismoniy salomatlikka, balki bemorlarning ruhiy holatiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Kasallik bilan bog'liq stress, xavotir va depressiya darajasi ko'krak saratoni bilan og'rigan ayollarning hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi. Shu sababli, kasallikni muvaffaqiyatli boshqarish va bemorning farovonligini ta'minlash uchun psixologik qo'llab-quvvatlash zaruriy ahamiyatga ega. Psixologik yordam bemorlarning ruhiy holatini barqarorlashtirishga, stress va depressiya simptomlarini kamaytirishga, shuningdek, kasallik bilan kurashishda ijobiy fikrlashni shakllantirishga yordam beradi. Bemorlar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash nafaqat ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi, balki jismoniy davolanish samaradorligini oshirishda ham muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, psixologik yordam kasallikdan keyingi ijtimoiy izolyatsiya va yolg'izlik hissini kamaytiradi, bemorning oilasi va jamiyatdagi o'rnini mustahkamlaydi. Bu esa, o'z navbatida, bemorning hayotga bo'lgan qiziqishi va yashash motivatsiyasini oshiradi. Yuqoridagi fikrlarni inobatga olgan holda, sog'liqni saqlash tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash xizmatlarini kengaytirish, kasallik bilan og'rigan ayollarga bu xizmatlarni doimiy

ravishda taklif etish zarur. Muntazam psixologik yordam ko'rsatish orqali ko'krak saratoni bilan og'rikan bemorlarning hayot sifati sezilarli darajada yaxshilanishi mumkin. Shu bilan birga, psixologik qo'llab-quvvatlashni kasallikni davolash jarayonining ajralmas qismi sifatida ko'rib, ko'krak saratoni bilan kurashayotgan har bir ayolga individual yondashuvni ta'minlash muhimdir. Bu yondashuv bemorning ruhiy ehtiyojlarini to'liq qondirish, ijtimoiy moslashuvini kuchaytirish va kasallik bilan kurashish jarayonini samarali qilish imkonini beradi. Natijada, psixologik yordam ko'rsatilgan bemorlar o'z-o'zini boshqarish qobiliyatini oshirib, kasallik davrida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengib o'tishda kuchliroq bo'ladilar. Bu esa ularning nafaqat hayot sifatini, balki umuman sog'lig'ini yaxshilashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. American Cancer Society. (2022). *Psychological Support for Breast Cancer Patients*. Retrieved from <https://www.cancer.org>
2. Spiegel, D., & Giese-Davis, J. (2003). Depression and cancer: mechanisms and disease progression. *Biological Psychiatry*, 54(3), 269-282.
3. Holland, J.C., & Weiss, T.R. (2010). Psychosocial aspects of breast cancer. *Seminars in Oncology Nursing*, 26(1), 3-10.
4. National Cancer Institute. (2021). *Coping with Cancer*. Retrieved from <https://www.cancer.gov>.
5. Нарметова, Ю. К. (2022). ОНКОЛОГИК БЕМОРЛАР ВА УЛАРНИНГ ОИЛА АЪЗОЛАРИНИНГ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛ ХОЛАТЛАРИ. *BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(12), 220-224.
6. Нарметова, Ю. К. (2015). Социально-психологический механизм организации психологических услуг в медицинских учреждениях (на примере больных с онкологическими заболеваниями). *Школа будущего*, (3), 148-153.

PSIXOLOG QANDAY BO'LIH KERAK : ERIK BERN TRANZAKT TAXLIL ASOSIDA

Dumarov Mashxurbek Xasanboyevich

Andijom davlat universiteti

Tarix va ijtimoiy fanlar fakulteti

Psixologiya va pedagogika kafedراسи mudiri, dotsent

Kirish. Zamonaviy jamiyatda inson salomatligi va farovonligini ta'minlashda psixolog kasbining ahamiyati tobora ortib bormoqda. Ayniqsa, bozor iqtisodiyoti sharoitida yuzaga kelayotgan stress, raqobat, ijtimoiy tengsizlik va ma'naviy izlanishlar inson ruhiyatiga bosim o'tkazayotgan bir paytda, malakali psixologlarning zarurligi dolzarb masalaga aylanmoqda. Psixolog nafaqat diagnostika va maslahat berish bilan cheklanib

qolmasligi, balki ijtimoiy va madaniy jarayonlarni tahlil qila oladigan, shaxsiy rivojlanish, oilaviy muammolar, mehnat jamoalaridagi nizolar, yoshlar va bolalarning moslashuv jarayonlari kabi sohalarda ham faoliyat yurita oladigan mutaxassis bo‘lishi kerak. Biroq, jamiyatda psixologik xizmatlardan foydalanish hanuz murakkab holatda qolmoqda. Bu holatning yuzaga kelishiga bir nechta omillar sabab bo‘layotir. Avvalo, aholining ruhiy sog‘liq madaniyati yetarli darajada shakllanmagan. Ikkinchidan, psixologik xizmatni ko‘rsatayotgan ayrim shaxslarning malakasi past yoki ularning faoliyati umuman ilmiy asosga ega emas. Bu esa haqiqiy va soxta mutaxassislarni ajratishdagi muammolarni kuchaytiradi. Bundan tashqari, qonunchilikda psixologik xizmatlar bilan bog‘liq tartibga soluvchi mexanizmlar yetarlicha shakllanmagan. Natijada, psixolog kasbining obro‘sig a putur yetkazuvchi holatlar yuzaga kelmoqda.

Haqiqiy psixolog birinchi navbatda insonparvarlik, empatiya, kasbiy etikaga sodiqlik, ilmiy tafakkur va tahliliy yondashuvga ega bo‘lishi kerak. U shaxs ruhiyatini chuqur tushuna olishi, sharoitga mos yondasha bilishi, o‘z ustida muntazam ishlashi va yangiliklarni o‘zlashtirib borishi zarur. Bugungi zamonaviy psixolog – bu faqatgina muammoni eshitib, maslahat beruvchi emas, balki shaxsiy o‘shish va ijtimoiy integratsiya yo‘nalishlarida faoliyat yurituvchi kompleks mutaxassisdir.

Psixolog qanday bo‘lishi kerak? Bugungi bozor iqtisodiyoti sharoitida psixolog kasbining ahamiyati ortib bormoqda. Biroq psixologik xizmatlardan foydalanishning murakkabligi va haqiqiy mutaxassislarni aniqlash masalasi dolzarb bo‘lib qolmoqda. Bunga quyidagi omillar sabab bo‘lishi mumkin:

1. Iqtisodiy omillar

- **Psixologik xizmatlarning qimmatligi** – aholining aksariyat qismi moliyaviy jihatdan bunday xizmatlardan foydalanishga imkoniyat topa olmaydi.
- **Pul manfaatini ustuvor qo‘ygan psixologlarning ko‘payishi** – tijorat maqsadlarida ishlovchi ayrim mutaxassislar mijozning ehtiyojidan ko‘ra daromadga ko‘proq e‘tibor qaratishi mumkin.

2. Hududiy determinantlar

- **Psixologik xizmatlarning asosan yirik shaharlarda jamlangani** – bu esa chekka hududlarda yashovchi aholining sifatli psixologik yordam olish imkoniyatini cheklaydi.

3. Kognitiv omillar

- **Jamiyatda psixologiya haqidagi noto‘g‘ri tushunchalar mavjud** – ko‘pchilik psixologni psixiatr bilan adashtiradi va faqat ruhiy kasallar unga murojaat qilishi kerak degan fikrga ega.

4. Ijtimoiy stereotiplar

- **"Psixologga borish uyat", "Faqat ruhiy kasallarga psixolog kerak"** kabi qarashlar jamiyatda hali ham saqlanib qolmoqda, bu esa insonlarning o‘z muammolari bilan yolg‘iz qolishiga sabab bo‘lmoqda.

Iqtisodiy omillar psixologik xizmatlarning qimmatligi va aholining moliyaviy

imkoniyatlari o'rtasidagi tafovut — eng asosiy muammolardan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, ruhiy salomatlik bo'yicha yordam olishga ehtiyoji bo'lgan insonlarning yarmidan ko'pi iqtisodiy sabablarga ko'ra mutaxassisga murojaat qilmaydi. O'zbekistonda ham aholining katta qismi o'rtacha daromadga ega bo'lgani sababli psixologik xizmatlar narxi ularga yuqori ko'rinadi.

Bundan tashqari, **bozor mexanizmi** asosida ishlayotgan ba'zi psixologlar mijoz manfaatidan ko'ra daromadni ustun qo'yishi, xizmat sifatini pasaytirishi mumkin. Bu esa aholining psixologlarga bo'lgan ishonchini yanada susaytiradi va professional yordam o'rniga alternativ yo'llarni qidirishga majbur qiladi (masalan, sehrgarlar, folbinlar xizmatidan foydalanish).

Hududiy determinantlar psixologik xizmatlarning asosan yirik shaharlarda jamlangani ham jiddiy ijtimoiy tengsizlikni yuzaga keltiradi. Poytaxt va viloyat markazlarida psixologik markazlar soni ko'p bo'lsa-da, chekka qishloqlarda deyarli mavjud emas. Bu hol "**psixologik yordamdagi hududiy tafovut**" deb ataladi.

Masalan, chekka hududlarda yashovchi insonlar psixologik muammolarni ko'proq oilaviy doira yoki diniy yetakchilarga aytib yengishga harakat qiladilar, bu esa professional yondashuvni cheklab qo'yadi. Natijada psixologik muammolar vaqtida bartaraf etilmay, yanada chuqurlashadi.

Kognitiv omillar jamiyatda psixologiya haqidagi noto'g'ri tushunchalar ham muhim to'siqlardan biridir. Ko'pchilik psixologni psixiatr bilan aralashtirib yuboradi va ularning vazifalarini farqlamaydi. Natijada psixologik maslahat olish ruhiy kasallik alomati deb qaraladi.

Bu esa "**stigmatizatsiya**" (ya'ni psixologik yordamga murojaat qilgan insonni jamiyatda salbiy baholash) jarayonini kuchaytiradi. Psixologik savodxonlik pastligi sababli ko'p odamlar stress, tashvish yoki oilaviy nizolarni ruhiy kasallik emas, oddiy hayotiy vaziyat sifatida qabul qilib, mutaxassis yordamini talab qilmaslikka moyil bo'ladilar.

Ijtimoiy stereotiplar jamiyatda psixologga borish "uyat" yoki "faqat ruhiy kasallar uchun kerak" degan qarashlar mavjud. Bunday stereotiplar **ijtimoiy stigmaning** ko'rinishidir. U insonlarni o'z muammolarini yashirishga, yordam so'rashdan voz kechishga va muammolarini yolg'iz hal qilishga majbur qiladi.

Sotsiologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zbek oilalarida shaxsiy muammolarni "begonalarga" ochib berish illat sifatida qaraladi. Bu esa psixologik xizmatlarga bo'lgan ehtiyojni kamaytiradi. Aslida esa rivojlangan mamlakatlarda psixologga murojaat qilish normal holat sifatida qaraladi va profilaktik vosita sifatida ham keng qo'llanadi.

Psixologning kasbiy samaradorligi uning shaxsiy fazilatlarini, mijoz bilan to'g'ri muloqot olib borish qobiliyati va yondashuv uslubi bilan bog'liq. Shu nuqtai nazardan, **Erik Bernning transaksion tahlil nazariyasi** (Berne, 1964) psixologning qanday

yondashishi lozimligini tushunishda muhim ahamiyatga ega. Bern inson ongini **uchta psixologik holatdan biri** ta'sir qilishini ta'kidlaydi:

1. "Bola Men" holati

- Ushbu holatda odam o'zini boladek tutadi, ya'ni his-tuyg'ulariga berilib ketadi va impulsiv harakat qiladi.
- Agar psixolog ushbu holatda mijoz bilan suhbatlashsa, u mijozning his-tuyg'ulari ta'siriga tushib, unga noto'g'ri tarzda yon bosishi mumkin.
- Natijada mijoz o'z muammosini chuqur tahlil qilish o'rniga hissiyotlari ta'sirida qolib ketadi.

2. "Ota-ona Men" holati

- Bu holatda inson hukmron, buyruq beruvchi yoki haddan tashqari g'amxo'r bo'lishi mumkin.
- Agar psixolog "ota-ona Men" holatida muloqot qilsa, u mijozni boshqarishga, maslahat berishga yoki hatto uni tanqid qilishga moyillik bildiradi.
- Natijada mijoz psixologni o'z ota-onasi sifatida idrok qiladi va mustaqil qaror qabul qilishdan chekinadi.

3. "Katta odam Men" holati

- Eng maqbul yondashuv **katta odam** holatida muloqot qilishdir.
- Ushbu holatda inson muvozanatli, tahliliy fikrlashga qodir va real voqelikni ob'ektiv qabul qila oladi.
- **Psixolog aynan shu holatda mijoz bilan suhbat olib borishi lozim**, chunki bu yondashuv:
 - Mijozga **hurmat va tushuncha** bilan yondashish,
 - Muammolarni **ob'ektiv baholash**,
 - Ilmiy asoslangan **tahlil va yechimlarni** taklif etish imkonini beradi.

Bernning transaksion tahlili psixologik suhbat davomida qanday yondashuv eng samarali bo'lishini tushunishda muhim nazariy asos hisoblanadi. Ushbu yondashuv inson shaxsiyatining murakkab mexanizmlarini ochib berishga ham yordam beradi [Berne, 1964].

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki psixolog nafaqat nazariy bilimga ega bo'lishi, balki mijoz bilan to'g'ri muloqot olib borishi, uning individual ehtiyojlarini hisobga olishi va uni ob'ektiv baholashi zarur. Bundan tashqari, psixolog jamiyatda mavjud stereotiplarga qarshi tura olishi, insonlarga haqiqiy yordam bera olishi va ularga **mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini yaratishi kerak**.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Watson, J. B. (1913). *Psychology as the Behaviorist Views It*. Psychological Review, 20(2), 158–177. — Bixeviorizmning asosiy nazariy asoslari.
2. Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. Macmillan. — Xulq-atvorni o'rganish, mukofot va jazolash tizimi haqida asosiy ish.

3. Thorndike, E. L. (1911). *Animal Intelligence: Experimental Studies*. The Macmillan Company. — O'rganish nazariyasi va ta'limdagi amaliy yondashuvlar.
4. Холл К. (1943). *Principles of Behavior*. New York: Appleton-Century-Crofts. — Mexanik motivatsiya nazariyasi asoschisi sifatida bixeviorizmga muhim o'rin tutadi.
5. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2019 йил 29 апрелдаги “Ilm-fan va innovatsiyani rivojlantirish orqali ta'lim sifatini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PQ-4307-sonli qarori. — O'zbekiston ta'lim siyosatining zamonaviy yo'nalishlari.
6. Jo'raev, X. X. (2021). *Pedagogik psixologiya*. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti. — O'zbekiston kontekstida pedagogik jarayonlar va psixologik yondashuvlar.
7. Karimova, Z. A. (2017). *O'quvchilarning psixologik holati va uni tahlil qilish metodikasi*. Toshkent: Fan. — Maktab va litsey ta'limida psixologik kuzatuvlar.
8. Ўзбекистон Республикаси “Ta'lim to'g'risida”gi Qonuni (yangi tahrir, 2020). — O'zbekistonda ta'lim tizimining huquqiy asoslari.
9. Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of Personality* (11th ed.). Cengage Learning. — Bixeviorizm va boshqa psixologik nazariyalar taqqoslamasi.
10. Файзиева, М.Р. (2020). *Ta'lim jarayonida psixologik metodlardan foydalanishning samaradorligi*. Toshkent: TDPU ilmiy nashrlari.
11. **Berne, E. (1964).** *Games People Play: The Psychology of Human Relationships*. Grove Press.

BOLALARDA ME'YOR HISSI SHAKLLANISHIDA OILA MUHITINING ROLI

*P.S.Ergashev, Al-Beruniy Xalqaro maktabi bosh psixologi,
psixologiya fanlari doktori, dotsent
Z.A.Xudoyqulova, O'zbekiston Milliy universiteti
“Psixologiya” kafedrasida mustaqil izlanuvchisi*

Kirish. Insonning shaxs sifatidagi kamolotida oilaning hal qiluvchi o'rni so'zsiz tan olinadigan haqiqat. Biroq oila omilining qaysi psixologik sifatlar rivojlanishiga qanday tarzida ta'sir ko'rsatishi, bu jarayon qaysi qonuniyatlarga muvofiq kechishini bilish zarurati psixologiya fani oldida ko'plab vazifalarni qo'yadi.

Avvalo, shunga e'tibor qaratmoqchi edik-ki, ko'pincha oilaning bola psixik rivojlanishiga ta'siri haqida gap ketganda, ota-onaning o'zi shaxsan qanday namuna bo'layotgani, ya'ni bolalar oilada qanday xulq-atvor modellarini ko'rib ulg'ayotgani diqqat markazida bo'ladi. Jumladan, ota-onaning ijtimoiy xulq-atvorda infantillikni namoyon etishi va bolalarda deviant xulq shakllanishi, agressivlik, addiktiv odatlar rivojlanishi o'rtasida aloqadorlikni ochib berayotgan izlanishlar [3], autoagressiya

darajasi yuqori ota-onalarning qiz farzandlari orasida suitsidal xatti-harakatlar ko'proq uchrashini isbotlovchi tadqiqotlar [5] shunga misol bo'ladi.

To'g'ri, bir guruh tadqiqotlarda oiladagi muhitning ahamiyati ko'tariladi va ularda, masalan, oilada ma'naviy qadriyatlarga bepisandlik, bolaning kasb tanlash masalasiga e'tiborsizlik muhiti hukm sursa, voyaga yetmagan jinoyatchilar shaxsi shakllanishiga yo'l ochilishi [7], talabalar o'rtasida o'tkazilgan so'rovlarda ularning to'rtidan uch qismi oila muhiti ularning emotsional holati, o'quv muvaffaqiyatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishi isbotlanadi [2]. Biroq bu o'rinda asosan oiladagi muhit oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarning o'ziga xosligi hosilasi sifatida anglanadi. Ayni vaqtda oilaning hayot tarzi, kundalik turmushi qanday tashkil etilishi, oila hayotining maishiy tomonlari ham muhim ijtimoiylashtiruvchi omil bo'lib gavdalanishiga e'tibor qaratmoqchimiz. Xususan, bu omil bolalarda me'yor hissi shakllanishida o'zini yaqqol namoyon etishini kutish mumkin.

Bizning talqinimizda, me'yor hissi odamga murakkab va rang barang olamda narsa-buyumning tarkibiy tuzilishi vazifasi va ichki mohiyatiga mosligi holatidagina mukammal bo'lishini anglatib turadigan bir vaqtda intellektual, ma'naviy va estetik kechinma. Me'yor hissi narsa-hodisalardagi ichki mohiyat va tashqi ko'rinish uyg'unligini bilishga xizmat qilib, ushbu his-tuyg'usiz narsa-hodisalardagi shakl va mazmun uyg'unligini, ular qanday darajagacha o'zgartirilganda bu uyg'unlik saqlanib turishini anglab bo'lmaydi [4]. Me'yor hissi miqdor va sifatning o'ziga xos chegarasi bo'lib, bu chegaradan tashqariga chiqish narsa-hodisa mohiyatini buzadi [1],[4].

Tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, oilaning hayot tarzida bola uchun kun tartibiga rioya etmaslik faol harakatlanish, uyqu, psixoemotsional yuklamalar, ovqatlanish va jismoniy charchoq borasida me'yorlarning buzulishiga olib keladi [6]. Tabiiyki, inson salomatligining eng asosiy ushbu bo'g'inlarida me'yor saqlashni oiladan o'rgana olmagan bolalarning keyingi psixofiziologik rivojlanishida nuqsonlar kuzatilishini kutish mumkin. A.I.Markova, A.V., Lyaxovich, M.R.Gutman o'tkazgan tadqiqotdagi oila kundalik turmushining tashkillashtirilmagani, vaqtning foydalanish me'yorlariga e'tiborsizlik ko'p holatlarda o'smir bolalarning chekishga odatlanib qolishiga olib kelishi haqida keltirilgan ma'lumotlar [6] ham yuqoridagi fikrimizni tasdiqlaydi.

Ye.A.Yumkinaning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, oilaviy hayotda hamkorlikdagi faoliyat elementlari ko'p bo'lsa, bolalarda boshqa odam bilan munosabatda tenglik, uning ham manfaatlarini hisobga olish kabi altruizm elementlari kuzatiladi [8]. Bunday vaziyatda bolada moddiy-ma'naviy ne'matlar taqsimoti jarayonida ham me'yorlarga rioya etish ko'nikmalari rivojlanishini kutish mumkin.

Yuqoridagi mulohazalar asosida shunday xulosaga kelish mumkinki, oilaning ijtimoiylashtirish funksiyasini o'rganishda nazarimizda,

birinchidan, nafaqat ota-ona shaxsi, oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlar kabi sof psixologik hodisalar, balki oilaning kundalik maishiy turmush tarzi, ichki tartibini

ham bolalar psixik rivojlanishida muhim determinanta sifatida ko'rib chiqish;

ikkinchidan, oila turmush tarzining bu boradagi ta'sirini me'yor hissi kabi bazaviy psixologik o'zgaruvchilar misolida o'rganish ilmiy tadqiqotlarning istiqbolli yo'nalishi bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Абрамов А.И. Мера //Эстетика: словарь/ Под ред. А.А.Беляева. – М.: Политиздат, 1989. – С.200-201.

2. Богачева А.В., Мальцева С.М., Лужкова Е.А. Влияние семейного климата на развитие личности современного студента// Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. – 2019. – №5 (39). – С.11-17.

3. Гребенникова В.М., Руденко Е.Ю. Социальная инфантильность родителей как фактор формирования отклоняющихся моделей поведения детей// Международный научно-исследовательский журнал. – 2018. – №1-4 (67). – С.31-34.

4. Григорьева О.Н. Развитие чувства меры как фактор становления музыкально-эстетического вкуса учащихся// Искусство и образование. – М., 2011. №4. – С.95-101.

5. Лукашук А.В. Саморазрушающее поведение родителей девушек, совершивших попытку самоубийства// Здоровоохранение Югры: опыт и инновации. – 2017. – №4. – С.61-64.

6. Маркова А.И., Ляхович А.В., Гутман М.Р. Образ жизни родителей как детерминанта здоровья детей // Гигиена и санитария. – 2012. – №2. – С.55-61.

7. Цветкова Е.В. Влияние семьи на формирование личности несовершеннолетнего преступника// Аграрное и земельное право. – 2025. – №5. – С.400-402.

8. Юмкина Е.А. Социально-психологические критерии типологии семейного уклада// Russian Journal of Education and Psychology. – 2014. – №12 (44). – С.155-166.

ZAMONAVIY MEHNAT SHAROITIDA HISSIY CHARSHOQ SINDROMI: PSIXOLOGIK ASOSLAR, SHAXSIY DETERMINANTLAR VA BAHOLASH METODLARI

*Ergasheva Nargizaxon Abdusattarovna,
Far'ona davlat universiteti*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda mehnat hayoti chuqur transformatsiya jarayonini boshdan kechirmoqda. Texnologik taraqqiyot, raqamli o'zgarishlar, global raqobat va ortib borayotgan kasbiy talablar insonning ruhiy resurslariga sezilarli darajada bosim ko'rsatmoqda. Ayniqsa, professional faoliyat bilan shug'ullanuvchi shaxslar orasida

stressning surunkali shakllari tobora ko'proq uchramoqda va ular orasida eng dolzarb muammolardan biri – hissiy charchoq (burnout) sindromi hisoblanadi.

So'nggi o'n yilliklarda hissiy charshoq nafaqat amaliy psixologiya, balki nevropsixologiya, mehnat salomatligi va sotsiologiya fanlarining ham markaziy tadqiqot yo'nalishiga aylangan. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ICD-11 tasnifida hissiy charshoqni "mehnat bilan bog'liq hodisa" sifatida alohida qayd etgani ushbu sindromning global ahamiyatini tasdiqlaydi. Xalqaro statistik ma'lumotlar ham bu jarayonni qo'llab-quvvatlamoda: masalan, Gallupning 2024-yilgi global hisobotida ishchi aholining kundalik stress darajasi yuqoriligi va psixologik farovonlikning pasayishi qayd etilgan [9].

Hissiy charshoqni oddiy "ortiqcha ishlash" yoki "charchoq" sifatida talqin qilish yetarli emas. U murakkab psixologik va biologik mexanizmlar o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi. Bir tomondan, mehnat sharoitida ortib borayotgan talablar insonning ichki resurslarini so'rib oladi, ikkinchi tomondan esa, resurslarning yetishmasligi (ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, avtonomiya, ruhiy tiklanish imkoniyatlari) sindromning rivojlanishiga zamin yaratadi. So'nggi tadqiqotlar hissiy charshoqning psixobiologik asoslarini ham yoritmoqda: gipotalamo–gipofiz–buyrakusti (HPA) o'qi faoliyatidagi buzilishlar, kortizol darajasi va yallig'lanish markerlari (IL-6, TNF- α , CRP) bilan bog'liqlik bu jarayonning fiziologik mexanizmlarini ko'rsatadi [10, 101].

Hissiy charshoqni tushuntirishda eng ko'p qo'llaniladigan yondashuvlardan biri – Ish talablari–resurslari (Job Demands-Resources, JD-R) modelidir [3, 499-512]. Mazkur modelga ko'ra, yuqori ish talablari (ish hajmi, muddat bosimi, emotsional yuklama) inson energiyasini kamaytirib, charchashni kuchaytiradi; resurslarning mavjudligi esa (avtonomiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, adolatli rahbarlik, ishning ma'noliligi) motivatsiya va psixologik chidamlilikni oshiradi [4, 309-328][5, 293-315]. JD-R modelining so'nggi talqinlari – JD-R 3.0 – sog'liqni yo'qotish va motivatsion jarayonlarni markaziy mexanizmlar sifatida ajratib ko'rsatadi [6, 25-53].

Biroq so'nggi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ish talablari va resurslari barcha shaxslarda bir xil ta'sir ko'rsatmaydi. Hissiy charshoq rivojlanishi tashqi omillargina emas, balki individual psixologik xususiyatlar bilan ham chambarchas bog'liq. Shu bois, zamonaviy yondashuvlarda JD-R modeli ko'pincha shaxsiy farqlar nazariyalari bilan integratsiya qilinmoqda [2, 397-422].

Xususan, introversiya-ekstroversiya o'qi hamda **"Katta Beshlik" (Big Five)** shaxsiy xususiyatlari hissiy charshoq sindromining shakllanishida muhim determinant sifatida qaralmoqda. Meta-tahlillar shuni ko'rsatadiki, nevrotiklik darajasi yuqori bo'lgan shaxslar hissiy charshoq xavfiga ko'proq moyil. Ularning hissiy barqarorligi past bo'lgani sababli, kundalik stressorlar kuchliroq seziladi va tezroq to'planadi. Aksincha, ekstroversiya va vijdonlilik (conscientiousness) ko'pincha himoya omili sifatida namoyon bo'ladi: ekstrovertlar ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan kuch olishlari, vijdonli shaxslar esa ish jarayonini tartibli tashkil etish orqali resurslarni tejashlari

mumkin.

Shu bilan birga, introversiya va ekstroversiyaning hissiy charchoqdagi roli murakkabdir. Introvertlar odatda energiyani yolg'izlikda tiklaydilar, biroq professional sohada ortiqcha ijtimoiy talablar ularni tezroq holdan toydirishi mumkin. Shu bois, introvert shaxslarda sifatli yolg'izlik, rejalashtirilgan dam olish va resurslarni ongli boshqarish hissiy charchoqning oldini olishda muhimdir. Ekstrovertlar esa ijtimoiy faollikdan zavqlansalar-da, haddan tashqari ijtimoiy aloqalar va "doimiy onlayn"lik ularning resurslarini tarqatib yuborishi ehtimoli yuqori. Bu esa "ijtimoiy to'yinish" davrida hissiy charchoq xavfini kuchaytirishi mumkin.

Demak, JD-R modeli ko'rsatib bergan tashqi mehnat talablari va resurslari doimiy ravishda shaxsiy omillar bilan o'zaro ta'sirda bo'ladi. Shu nuqtai nazardan, hissiy charchoqni tushuntirishda kompleks yondashuv zarur: nevrotiklik xavf omili sifatida, ekstroversiya va vijdonlilik esa himoya omili sifatida qaraladi. Introvert va ekstrovert shaxslarning resurslarni boshqarish strategiyalari turlicha bo'lishi tabiiy, biroq ular uchun umumiy mezon – resurslarni ongli nazorat qilish va psixologik tiklanishning individual mexanizmlarini yo'lga qo'yishdir.

Hissiy charshoq sindromini o'rganishda eng keng qo'llaniladigan vositalardan biri **Maslach Burnout Inventory (MBI)** hisoblanadi [1, 99-113]. Ushbu metodika uch asosiy subshkaladan iborat: charchash, kinizm (yoki depersonalizatsiya) va professional samaradorlik darajasi. Shunga qaramay, MBI psixometrik xususiyatlari – xususan, uch o'lchovning barqarorligi va madaniyatlararo qo'llanishi borasida ilmiy bahslar davom etmoqda. Shu sababli, muqobil o'lchov vositalariga ham murojaat qilinmoqda. **Copenhagen Burnout Inventory (CBI)** individual va ishga oid charchashni alohida baholashi bilan ajralib turadi [7, 192–207], **Oldenburg Burnout Inventory (OLBI)** esa energiya yo'qolishi va ishdan uzoqlashish kabi omillarga urg'u beradi [7a, 199-220]. Bu vositalar MBI'ga nisbatan ko'proq kontekstual moslashuvchanlik va kengroq qo'llash imkoniyatini taqdim etadi.

Hissiy charshoq faqat shaxsiy ruhiy va jismoniy salomatlikka emas, balki butun tizim xavfsizligiga ham tahdid soladi. Sog'liqni saqlash sohasidagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hissiy charshoqning ortishi tibbiy xatolarning ko'payishi va bemor xavfsizligining pasayishi bilan bevosita bog'liq. Tizimli sharhlar bu jarayonning global sog'liqni saqlash tizimlari uchun dolzarbligini tasdiqlamoqda. Bundan tashqari, 2025-yilda chop etilgan yirik meta-tahlilda hissiy charshoq darajasi yuqori bo'lgan xodimlarda o'z joniga qasd fikrlari rivojlanish xavfi sezilarli darajada ortgani aniqlandi [10, 101]. Bu esa muammoning individual chegaradan chiqib, jamiyat va tizim miqyosida jiddiy oqibatlariga olib kelishini ko'rsatadi.

Zamonaviy mehnat hayotidagi keskin o'zgarishlar sharoitida hissiy charshoq sindromi global darajada dolzarb psixologik va ijtimoiy muammo sifatida yuzaga chiqmoqda. U oddiy charchoq emas, balki psixologik, biologik va ijtimoiy omillarning murakkab o'zaro ta'siri natijasida shakllanadigan sindromdir. Ish talablari–resurslari

modeli (JD-R) hissiy charshoqni tushuntirishda asosiy nazariy yondashuv bo'lib, tashqi mehnat sharoitlari hamda individual psixologik xususiyatlarning o'zaro ta'sirini yoritib beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, nevroitiklik, introversiya–ekstroversiya va vijdonlilik kabi shaxsiy farqlar hissiy charshoqning rivojlanishida muhim determinant sifatida namoyon bo'ladi.

Hissiy charshoqni baholashda Maslach Burnout Inventory (MBI), Copenhagen Burnout Inventory (CBI) va Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) keng qo'llanilmoqda. Shu bilan birga, ularning psixometrik barqarorligi va madaniyatlararo moslashuvchanligi yuzasidan muhokamalar davom etmoqda. Biroq mazkur vositalar sindromni aniqlash va profilaktikasida ilmiy-amaliy jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi.

Eng muhim jihat shundaki, hissiy charshoq nafaqat individual ruhiy va jismoniy salomatlikka, balki tizim xavfsizligiga ham tahdid soladi. Tibbiyot, ta'lim va boshqa sohalarda hissiy charchashning ortishi bevosita samaradorlikning pasayishi, xatolar sonining ko'payishi hamda ijtimoiy xavflarning kuchayishi bilan bog'liqdir. Shu bois, hissiy charshoqni erta tashxislash, individual va tashkiliy darajada oldini olish strategiyalarini ishlab chiqish hamda psixologik resurslarni ongli boshqarish mexanizmlarini shakllantirish bugungi kunda nafaqat psixologlar, balki turli sohalardagi tashkilotlar uchun ham ustuvor vazifa bo'lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99-113.
2. Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
3. Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The Job Demands–Resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512.
4. Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.
5. Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315.
6. Demerouti, E., & Bakker, A. B. (2023). Job Demands–Resources theory in the digital era: JD-R 3.0. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10, 25–53.
7. Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192–207.

- 7a. Demerouti, E., & Nachreiner, F. (1998). The Oldenburg Burnout Inventory: A good alternative to measure burnout. *Anxiety, Stress & Coping*, 12(3), 199–220.
8. World Health Organization. (2019). Burn-out an “occupational phenomenon”: International Classification of Diseases. Geneva: WHO.
9. Gallup. (2024). State of the Global Workplace: 2024 Report. Washington, DC: Gallup Press.
10. Liu, Y., et al. (2025). Effectiveness of mindfulness-based interventions on burnout, resilience and sleep quality among nurses: A systematic review and meta-analysis. *BMC Nursing*, 24, Article 101.

TEZKOR-QIDIRUV FAOLIYATIDA PSIXOLOGIK ALOQALARNING MOHIYATI VA MAQSADI

N.A.Ergasheva,
Farg‘ona Davlat universiteti Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
B.V.Rahmatilleyev,
Farg‘ona Davlat universiteti, “Psixologiya” yo‘nalishi 4-bosqich talabasi

Kirish. Zamonaviy huquq-tartibot tizimida jinoyatchilikka qarshi kurashish samaradorligi faqat huquqiy mexanizmlar va normativ-huquqiy asoslar bilan emas, balki inson psixologiyasiga chuqur yondashuv orqali ta’minlanadi. Chunki jinoyatning sodir etilishi, uni yashirish yoki ochiqlash jarayonlarida shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, ijtimoiy rollari va motivatsion omillari muhim rol o‘ynaydi. Shu boisdan ham tezkor-qidiruv faoliyatida (TQF) psixologik aloqalarni o‘rganish, ularning ilmiy asoslarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish huquqshunoslik hamda psixologiya fanining dolzarb vazifasidir.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan qabul qilingan qator farmon va qarorlarda ushbu yo‘nalishning ustuvorligi alohida ta’kidlangan. Jumladan, **PF–6196-sonli Farmon (2021-yil 26-mart)** bilan tasdiqlangan “Ichki ishlar organlari tizimini yanada isloh qilish va faoliyat samaradorligini oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”*gi hujjatda tezkor-qidiruv faoliyatini takomillashtirishda zamonaviy psixologik yondashuvlardan foydalanish zarurligi belgilab berilgan. Shuningdek, “PQ-4963-sonli Qaror (2021-yil 2-fevral)”da jinoyatchilikka qarshi kurashda psixologik xizmatlarni kengaytirish va xodimlarning kommunikativ ko‘nikmalarini rivojlantirish vazifalari belgilangan.

Ilmiy-psixologik nuqtai nazardan qaralganda, TQFning murakkabligi uning ikki tomonlama xususiyatida namoyon bo‘ladi: bir tomondan, u huquqiy me‘yorlarga qat’iy rioya etishni talab qilsa, ikkinchi tomondan esa – inson ruhiyatini nozik idrok etish, shaxslararo munosabatlarni boshqarish va psixologik ta’sir ko‘rsatish usullarini o‘zlashtirishni taqozo etadi. Operativ xodimning muloqot madaniyati, ta’sir strategiyalari, konfliktni boshqarish mahorati va psixologik sezgirliги tezkor faoliyat

samaradorligini belgilovchi hal qiluvchi omillardandir.

Shu sababli, TQFda psixologik aloqalarning mohiyati va maqsadini chuqur tahlil qilish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ega bo'lib, u bugungi kun huquqshunoslik, amaliy psixologiya va kriminologiya fanlari oldida turgan dolzarb ilmiy masalalardan biri hisoblanadi.

Tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik aloqa tushunchasi operativ xodim va obyekt (shaxs, guruh yoki ijtimoiy muhit) o'rtasida shakllanadigan bilish, hissiy va irodaviy ta'sir jarayoni sifatida talqin etiladi. Ushbu jarayon shaxsning ichki kechinmalari, ong osti faoliyati hamda motivatsion omillari bilan uzviy bog'liq bo'lib, tezkor faoliyat samaradorligini belgilovchi asosiy psixologik omil hisoblanadi.

Psixologik aloqa – bu, tezkor-qidiruv faoliyati jarayonida operativ xodim va obyekt (shaxs, guruh yoki ijtimoiy muhit) o'rtasidagi bilish, hissiy hamda irodaviy ta'sir jarayonidir. Psixologik aloqa shaxsning ichki dunyosini anglash, uni nazorat qilish va kerakli yo'nalishga yo'naltirish imkonini beradi. Shu jihatdan u tezkor-qidiruv faoliyatining samaradorligini ta'minlovchi asosiy psixologik mexanizmlardan biri hisoblanadi [1]. Birinchidan, **emotsional aloqa** – bu, shaxsda ishonch, samimiylilik, hamdardlik va muloqotga ochiqlik muhitini yaratish orqali operativ axborot olish jarayonini samarali tashkil etishdir. Ayniqsa, guvoh, jabrlanuvchi yoki surishtiruv obyektining ruhiy holatini boshqarishda ushbu omil muhim ahamiyat kasb etadi [2]. Ikkinchidan, **kognitiv aloqa** – shaxsning qarashlari, qadriyatlar, motivlari va qaror qabul qilish mexanizmlarini chuqur tahlil qilishga xizmat qiladi. Bu jarayon operativ xodimga obyektning psixologik xususiyatlarini anglash hamda uning keyingi xulq-atvorini oldindan prognoz qilish imkonini beradi. Natijada, tezkor qarorlar aniq, asosli va samarali bo'lishi ta'minlanadi [3]. Uchinchidan, **irodaviy aloqa** – shaxsning xatti-harakatini to'g'ri yo'naltirish, uning ruhiy qarshiliklarini kamaytirish hamda ijobiy maqsadlarga yo'naltirish imkonini beradi. Operativ xodimning kommunikativ mahorati va ta'sirchanlik qobiliyati bu jarayonda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi [4].

Psixologik aloqaning ushbu ko'rinishlari inson ruhiyatining murakkab mexanizmlari va ijtimoiy xulq-atvori bilan bevosita bog'liqdir. Shu bois davlat miqyosida qabul qilingan huquqiy hujjatlar ham tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik yondashuvning ustuvorligini ta'kidlab keladi [5].

Mazkur normativ hujjatlar psixologik aloqaning mohiyatini oddiy axborot almashinuvi sifatida emas, balki shaxsning emotsional, kognitiv va irodaviy faoliyatini boshqaruvchi hamda operativ vazifalarning samaradorligini belgilovchi strategik mexanizm sifatida e'tirof etishga imkon beradi. Demak, psixologik aloqa tezkor-qidiruv faoliyatining ajralmas qismi bo'lib, huquqiy asoslar bilan uyg'unlashgan holda inson ruhiyati orqali ijtimoiy xavfsizlikni ta'minlashga xizmat qiladi.

Tezkor-qidiruv faoliyatida (TQF) psixologik aloqalar muhim strategik omil bo'lib, u nafaqat axborot olish jarayonining sifatini, balki butun operativ ishlarning samaradorligini belgilab beradi. Psixologik nuqtai nazardan, bunday aloqalarning asosiy

maqsadi insonning ruhiy holatini anglash va boshqarish orqali operativ maqsadlarga erishishdan iboratdir. Bunda:

Birinchidan, psixologik aloqa ishonchli ma’lumot olishga xizmat qilib, shaxsning ruhiy qarshiligini kamaytiradi va uni ochiq muloqotga undaydi.

Ikkinchidan, shaxsning motiv va manfaatlarini anglash orqali uning ehtimoliy qarorlarini prognozlash imkoniyati yaratiladi.

Uchinchidan, qonuniy asosdagi psixologik ta’sir – manipulyativ va ijobiy shaklda – manbani hamkorlikka yo’naltiradi.

To’rtinchidan, psixologik aloqa konfliktlarni boshqarish, stressni kamaytirish va ruhiy barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiladi.

Beshinchidan, u operativ muloqot samaradorligini oshirib, tezkor vaziyatlarda aniq va asosli qaror qabul qilish imkonini beradi.

Umuman olganda, TQFdagi psixologik aloqalar inson psixikasining chuqur tahliliga asoslanadi va ular orqali tezkor tadbirlarning samaradorligi, axborotning aniqligi hamda xodimning xavfsizligi ta’minlanadi. Shu ma’noda, psixologik aloqa – bu operativ faoliyatning “ko‘rinmas quroli” bo‘lib, uning muvaffaqiyatini belgilovchi hal qiluvchi omillardan biridir.

Tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik aloqalarning amaliy ahamiyati katta bo‘lib, u operativ jarayonlarning samaradorligini oshiruvchi vosita sifatida namoyon bo‘ladi. Avvalo, xodimlar shaxsning noverbal belgilarini – ishora, ovoz tembri, mimika va jestlarni tahlil qilish orqali yashirin ma’lumotlarni aniqlash imkoniga ega bo‘ladi, chunki inson ruhiy kechinmalari ko‘pincha tana tili va intonatsiyada ifodalanadi. Shuningdek, jinoyiy muhit vakillarining psixologik “himoya mexanizmlari”ni yengish, ularning ruhiy holatini boshqarish orqali samaradorlik ta’minlanadi. Psixologik aloqaning yana bir muhim natijasi – “ishonchli aloqadorlar” tarmog‘ini shakllantirish bo‘lib, bu muntazam axborot olish va uzoq muddatli hamkorlikni yo‘lga qo‘yishga xizmat qiladi. Nazariy jihatdan psixologik aloqa kognitiv, ijtimoiy va kriminal psixologiya qonuniyatlariga tayanadi. Jumladan, K.Levinning maydon nazariyasi shaxs xatti-harakatlarining tashqi muhit va ichki psixologik kuchlar o‘zaro ta’siri natijasida shakllanishini ko‘rsatib, TQFda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Z. Freydning **psixoxanaliz nazariyasi** esa ongsiz motivlarni ochib berish orqali shaxsning yashirin intilishlari va haqiqiy maqsadlarini aniqlash imkonini beradi. Operativ faoliyatda bu yondashuv jinoyatchining ichki kechinmalarini tushunishda, uning qaror qabul qilish mexanizmlarini tahlil etishda samarali vosita sifatida qo‘llanadi.

E. Eriksonning **ijtimoiy rivojlanish nazariyasi** esa shaxsning ijtimoiy rollari va ularning turli bosqichlarda namoyon bo‘lishini tushuntiradi. Ushbu nazariya tezkor faoliyatda shaxsning ijtimoiy statusi, roli va unga bog‘liq xatti-harakatlarni prognoz qilish imkonini yaratadi.

Ilmiy-psixologik nuqtai nazardan qaralganda, psixologik aloqa insonning ongli

va ongsiz jarayonlariga tayanib, kognitiv, emotsional va irodaviy mexanizmlar orqali operativ faoliyat samaradorligini belgilovchi muhim vosita sifatida namoyon bo'ladi. Shu bois, nazariy asoslarning amaliyot bilan uyg'unligi tezkor-qidiruv faoliyatining psixologik poydevorini mustahkamlab, huquq-tartibot tizimida yangi metodologik yondashuvlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. PF-6196-son Farmon: *Ichki ishlar organlari tizimini yanada isloh qilish va faoliyat samaradorligini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida*. 2021-yil 26-mart.
2. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi. PQ-4963-son Qaror: *Jinoyatchilikka qarshi kurashda psixologik xizmatlarni kengaytirish va xodimlarning kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida*. 2021-yil 2-fevral.
3. Левин, К. Теория поля в социальных науках. – Москва: Прогресс, 2000.
4. Фрейд, З. Введение в психоанализ. – Санкт-Петербург: Питер, 2019.
5. Erikson, E.H. Identity and the Life Cycle. – New York: Norton, 1994.
6. Кудрявцев В.Н. Психология преступного поведения. – Москва: Юрист, 2007.
7. Xolmatov X. Kriminal psixologiya asoslari. – Toshkent: TDYU nashriyoti, 2018.
8. Rahimov Sh. Tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik yondashuvlar. – Toshkent: IIV Akademiyasi, 2020.

OPERATIV XODIM TOMONIDAN MUAYYAN SHAXSNI PSIXOLOGIK O'RGANISH SXEMASI

N.A.Ergasheva,

Farg'ona davlat universiteti Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

N.A.Rayimjonova,

Farg'ona Davlat universiteti, Psixologiya yo'nalishi, 2-kurs talabasi,

Kirish. Tezkor-qidiruv faoliyatida (TQF) operativ xodimning samaradorligi, eng avvalo, u aloqaga kirayotgan shaxsning psixologik portretini chuqur tahlil qilish darajasi bilan belgilanadi. Shaxsning motivlari, qadriyatlari, temperament va xarakter xususiyatlari, ijtimoiy roli hamda muloqotdagi tutumlari yetarli darajada aniq o'rganilmagan hollarda, operativ jarayonda noto'g'ri baholash, subyektiv xatoliklar yoki samarasiz muloqot yuzaga kelishi ehtimoli yuqori bo'ladi. Shu sababli muayyan shaxsni psixologik jihatdan o'rganish sxemasini ishlab chiqish va uni amaliyotga tatbiq

etish nafaqat tezkor faoliyat samaradorligini oshirishga, balki uning ilmiy-nazariy asoslarini mustahkamlashga ham xizmat qiladi.

Mazkur yondashuv mamlakatimizda ham davlat siyosati darajasida qo'llab-quvvatlanmoqda. Jumladan, 2021-yil 26-martda qabul qilingan **PF-6196-sonli Farmon** bilan tasdiqlangan *“Ichki ishlar organlari faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari”* hujjatida tezkor-qidiruv faoliyatining samaradorligini oshirishda zamonaviy psixologik yondashuvlarni qo'llash zarurligi alohida qayd etilgan (NamDU, 2024) [1]. Shuningdek, 2023-yil 20-yanvardagi **PQ-10-sonli Qarorda** ichki ishlar organlariga mutaxassis psixologlarni jalb etish, ularni zamonaviy texnik vositalar, jumladan, poligraf apparatlari bilan ta'minlash hamda psixologik ta'minotni kuchaytirish bo'yicha vazifalar belgilab berilgan (LEX.UZ, 2023) [2: 3].

Mazkur normativ-huquqiy hujjatlar shaxsni psixologik o'rganish jarayonini nafaqat operativ faoliyat samaradorligini oshirishning amaliy vositasi, balki davlat siyosati doirasida muhim ustuvor yo'nalish sifatida ham talqin etish lozimligini ko'rsatadi.

Shaxsni psixologik o'rganishning zamonaviy ilmiy yo'nalishlari bugungi kunda operativ faoliyat samaradorligini oshirishda muhim nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qilmoqda. Avvalo, so'nggi yondashuvlar intuitsiyaga asoslangan subyektiv qarashlardan voz kechib, dalillarga tayangan, standartlashtirilgan va ko'p omilli baholash usullariga ustuvorlik bermoqda.

Birinchi yo'nalish sifatida, **dalilga tayangan profillash va psixometrik baholash** usullari alohida ahamiyat kasb etadi. Hozirgi tadqiqotlarda shaxsning temperament va xarakter tuzilmasi, ijtimoiy roli, xulq-atvor barqarorligi bir nechta metod asosida o'rganiladi. Skrining shkalalari, diqqat va impulsivlik ko'rsatkichlari, ijtimoiy moslashuv indikatorlari birgalikda tahlil qilinadi. Bu yondashuv baholovchilararo ishonchlilik hamda konstruksion validlik mezonlari bilan tasdiqlanadi [10, 205-239].

Ikkinchi muhim yo'nalish – **investigativ suhbat ilmiyoti**. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ishonch va hurmatga asoslangan suhbat uslublari, xotirani faollashtiruvchi kognitiv intervyu elementlari va motivatsion intervyu texnikalari aniq va ishonchli ma'lumot olish imkonini beradi. Shu jarayonda hissiy neytrallik, jarayonni ochiq tushuntirish va tinglashga tayyorlik suhbat samaradorligini oshiruvchi asosiy omillar sifatida ta'kidlanadi [8, 276-284].

Uchinchi yo'nalish – **noverbal va paralingvistik signallarni tahlil qilishdir**. So'zlash jarayonidagi mimika, pauza, ovoz ohangi yoki jestlar axborot manbai sifatida o'rganiladi. Biroq zamonaviy tadqiqotlar ularni mustaqil dalil sifatida qabul qilish mumkin emasligini, faqat kontekst va boshqa faktlar bilan uyg'unlashtirilganda ishonchli natija berishini ta'kidlaydi [9].

To'rtinchi yo'nalish sifatida, **xavf va xatti-harakat prognozi** dolzarb hisoblanadi. Strukturaviy baholash orqali barqaror (tarixiy) va dinamik (muhitga sezgir)

omillar ajratib ko'riladi. Masalan, stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yoki modda suiiste'moli kabi ko'rsatkichlar o'zgaruvchan bo'lgani uchun ular operativ profilga kiritilib, doimiy monitoring talab qiladi [7].

Beshinchi muhim yo'nalish – **qaror qabul qilish psixologiyasi**dir. Operativ vaziyatlarda tezkor qarorlar ko'pincha kognitiv xatoliklar ta'sirida noto'g'ri yo'nalishi mumkin. Shuning uchun gipotezalarni muqobillar bilan solishtirish, “qizil jamoa” muhokamasi, dalillarni qayta og'irliklash kabi usullar qaror gigiyenasini ta'minlashda qo'llaniladi [11].

Shuningdek, zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda **tilshunoslik va raqamli izlar** tahlili keng qo'llanmoqda. Nutq va matndagi psixologik markerlar, vaqt shakllari, emotsional ohang, shuningdek, shaxsning onlayn faoliyatidagi tendensiyalar axborotning aniqligini oshirishda muhim indikatorlar sifatida xizmat qiladi. Bunda mashinaviy o'rganish vositalaridan foydalanish amaliyotda tez sur'atlar bilan joriy etilmoqda [12].

Yettinchi yo'nalish sifatida, **stress va rezilyentlik** muammosi alohida e'tiborga loyiq. Operativ xodimning ham, suhbatdoshning ham stressga bardoshlilik, psixogigiyena choralarini qo'llash zarur. Psixofiziologik monitoring, qisqa muddatli kognitiv-behavioral texnikalar va trauma-ma'lumotli yondashuvlar axborot sifatini oshirishga xizmat qilmoqda [13].

Sakkizinchi yo'nalish – **madaniyatlararo kompetensiya**. Shaxsni o'rganishda til, ijtimoiy norma va madaniy qadriyatlar inobatga olinishi kerak. Shu bois tarjima va mediatordan foydalanish, hamda implicit tarafkashlikni kamaytiruvchi treninglar aloqaning samaradorligini ta'minlaydi [8].

Nihoyat, to'qqizinchi yo'nalish – **deteksiya texnologiyalaridan ehtiyotkor foydalanish**dir. Poligraf, ovoz stressi analizatorlari yoki mikroifoda detektorlarining ilmiy asoslari borasida munozaralar mavjud bo'lsa-da, ular yordamchi vosita sifatida, mustaqil dalil sifatida emas, faqat boshqa metodlar bilan uyg'unlikda qo'llanishi mumkin [14].

Tezkor-qidiruv faoliyatida shaxsni psixologik jihatdan o'rganish jarayoni operativ samaradorlikning poydevori hisoblanadi. Shaxsning ichki motivlari, ijtimoiy roli, temperament va xarakter xususiyatlarini puxta tahlil etish orqali xatoliklarni kamaytirish, ishonchli axborot olish hamda samarali muloqot o'rnatish imkoniyati kengayadi. Shu nuqtai nazardan, psixologik o'rganish sxemasini ishlab chiqish va uni amaliyotga tatbiq etish tezkor faoliyatning ajralmas tarkibiy qismiga aylanmoqda.

Davlat siyosati darajasida qabul qilingan normativ-huquqiy hujjatlar (PF-6196, PQ-10) mazkur jarayonning muhimligini yana bir bor tasdiqlab, ichki ishlar organlarida zamonaviy psixologik yondashuvlarni joriy etish bo'yicha aniq vazifalarni belgilab bermoqda.

Ilmiy jihatdan esa shaxsni psixologik o'rganishning zamonaviy yo'nalishlari – dalillarga asoslangan profillash, psixometrik baholash, investigativ suhbat metodlari, noverbal signallar tahlili, xavf va xulq prognozi, qaror qabul qilish psixologiyasi,

lingvistik va raqamli izlar tahlili, stress va rezilyentlikni baholash, madaniyatlararo kompetensiya hamda deteksiya texnologiyalaridan ehtiyotkor foydalanish – kompleks mexanizm sifatida shakllanmoqda.

Umuman olganda, shaxsni psixologik jihatdan o'rganishning ilmiy asoslangan yondashuvlari operativ faoliyat samaradorligini oshirish, axborotning ishonchliligini ta'minlash va shaxslararo muloqotni barqarorlashtirishda strategik ahamiyatga ega bo'lib, tizimning umumiy xavfsizlik salohiyatini yuksaltirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 26-martdagi PF–6196-son Farmoni “Ichki ishlar organlari faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida” // *O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami*, 2021-y.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 20-yanvardagi PQ–10-son Qarori “Ichki ishlar organlari tizimida psixologik xizmat faoliyatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida” // *LEX.UZ* huquqiy axborot portali.
3. Namangan Davlat Universiteti. (2024). *Tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik yondashuvlarning ahamiyati*. Ilmiy-uslubiy maqolalar to'plami. NamDU nashriyoti.
4. NamDU. (2024). *Ichki ishlar organlari faoliyatini rivojlantirish bo'yicha ilmiy izlanishlar*. Namangan davlat universiteti nashrlari.
5. LEX.UZ. (2023). *PQ-10-sonli qaror: Ichki ishlar organlari faoliyatida psixologik ta'minotni kuchaytirish haqida*. <https://lex.uz>
6. Douglas, K. S., & Hart, S. D. (2019). *Structured professional judgment in violence risk assessment: Theory, practice, and future directions*. Springer.
7. Douglas, J. E., Burgess, A. W., & Ressler, R. K. (2020). *Crime classification manual*. Wiley.
8. Vrij, A., Fisher, R., & Blank, H. (2017). *A cognitive approach to lie detection*. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 6(3).
9. Matsumoto, D., & Hwang, H. C. (2020). *Microexpressions and deception detection: Myth and reality*. *Frontiers in Psychology*, 11, 1674.
10. Neumann, M., Niessen, A. S. M., & Meijer, R. R. (2021). *Implementing evidence-based assessment and selection in organizations: A review and an agenda for future research*. **Organizational Psychology Review**, 11(3),
11. Kahneman, D., Sibony, O., & Sunstein, C. R. (2021). *Noise: A flaw in human judgment*. HarperCollins.
12. Pennebaker, J. W., Boyd, R. L., Jordan, K., & Blackburn, K. (2015). *The development and psychometric properties of LIWC2015*. University of Texas at Austin.
13. Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2018). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press.

14. Heine, S. J. (2020). *Cultural psychology*. W. W. Norton. National Research Council. (2003). *The polygraph and lie detection*. National Academies Press.

UMUMIY O'RTA TA'LIM MUASSASASINI BOSHQARISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Ergasheva Sayyora,
Qarshi davlat universiteti Psixologiya kafedrası
katta o'qituvchisi, psixologiya fanlari bo'yicha
falsafa doktori(PhD)*

Kirish. O'zbekiston o'zining davlat mustaqilligini qo'lga kiritgach, barcha sohalarda bo'lgani singari boshqaruv sohasida ham misli ko'rilmagan o'zgarishlar sodir bo'ldi. Ayniqsa, bunday o'zgarishlar so'nggi yillarda ta'lim muassasasi boshqaruv sohasida bo'layotganligi diqqatga sazovor bo'lib, sohada bir qator tub islohotlar amalga oshirilib, zarur huquqiy-meyoriy asoslari yaratilganligi muhim ahamiyatga ega. Maktab uzluksiz ta'lim tizimining asosiy bug'uni sifatida bugungi kunda uning asosiy vazifasi mamlakatimiz kelajagi bo'lgan o'quvchi-yoshlarni amaldagi davlat ta'lim standartlariga muvofiq o'qitish va tarbiyalash, shaxsni ta'lim olishga doir konstitutsiyaviy huquqini ro'yobga chiqarishdan iborat bo'lmoqda. Hozirgi kunda maktabning o'quv-tarbiya jarayoni va kundalik faoliyatiga bevosita rahbarlik qilish esa maktab direktorining lavozim vazifasi hisoblanib, u vakolati doirasida maktabdagi ta'lim-tarbiya ishini tashkillashtirish, maktabning ma'muriy-xo'jalik, moliyaviy ishini ta'minlash, maktabda xavfsizlik texnikasi meyorlari va qoidalariga rioya qilish tartibini yaratish, ularning ishini nazorat qilish kabi muhim vazifalarni bajaradi. Shunday ekan, ijtimoiy taraqqiyotning hozirgi davrida ta'lim muassasalariga yuqori tashkilotlarning ko'rsatmalarini ko'r-ko'rona bajaradigan rahbarlar emas, balki o'z faoliyatida har bir ishga ijodiy yondashuvchi, yangi tafakkur va zamonaviy boshqaruv ilmlaridan xabardor bo'lgan, shuningdek, mukammal shaxsiy va kasbiy fazilatlar, boshqaruvchilik mahoratiga ega bo'lgan rahbarlarni faoliyat ko'rsatishlarini davrning o'zi talab qilmoqda.

So'nggi yillarda mamlakatimiz psixologiya fani oldida uzluksiz ta'lim tizimining boshqaruv samaradorligini oshirish hamda boshqaruv sohasida faoliyat olib borayotgan kadrlar kompetenligini takomillashtirish mexanizmlarini ishlab chiqish masalalarini ishlab chiqish kabi muhim vazifalar yuklatilgani ayni haqiqatdir. Ana shu ma'noda olganda mamlakatimiz yetakchi olimlari tomonidan amalga oshirilgan ilmiy tadqiqot ishlari juda muhim bo'lib, ular orasida B.A.Abdullayev, Sh.X.Abdullayeva, D.S.Abdullajanova, K.S.Aliyeva, N.Boymurodov, E.S.Yoziyev, X.A.Kadirova, N.T.Kariyeva, V.M.Karimova, I.I.Maxmudov, A.M.Maxmudov, D.G.Muxamedova, A.S.Nazarov, E.N.Sattarov, N.A.Ruziqulov, O.R.Shamiyeva, A.M. Shonazarov, O.E. Hayitov, E.G.G'oziyev va boshqalar tomonidan amalga oshirilgan ilmiy tadqiq

ishlarini alohida e'tirof etish o'rinlidir. Ularning ilmiy izlanishlari va mualliflikdagi o'quv adabiyotlarida ta'lim jarayonini oqilona tashkil etishning psixologik omillari, ta'lim muassasasini boshqarishning zamonaviy uslublari, yuqori malakali rahbar kadrlarni tayyorlash va ularning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish, bo'lg'usi rahbarlarni professional boshqaruv faoliyatiga tayyorlash, ularni saralash va tanlashning oqilona usullarini ishlab chiqish masalalariga alohida e'tibor qaratilgan.

O.E.Hayitov o'zining shu sohaga oid ilmiy izlanishlarida oliy ta'lim muassasasi o'rta bo'g'in rahbarlari psixologik kompetentligini modellashtirish muammolarini o'rganib, rahbarga xos kompetensiyalar shakllanishining individual-psixologik, yoshga, jinsga, kasbga oid ijtimoiy-psixologik fazilatlar tizimini ishlab chiqqan. Tadqiqot ishida muallif tomonidan, kompetensiya, kompetentlik masalalariga asosiy urg'u berilgan, shuningdek, turlicha yondashuvlar tahliliga asoslanilgan holda kompetentlik darajalari ko'rsatilgan va kompetentlikni tashkil etuvchi komponentlar (bilimlar majmui, ko'nikmalar, muloqot meyorlari) rahbardagi boshqaruv, shaxsiy va funksional kompetensiyalar rivojlanishining asosi ekanligi to'g'risida xulosaga kelingan. O.E.Hayitov ilmiy tadqiqot ishida rahbarning psixologik kompetentligini modellashtirish imkoniyatlarini empirik jihatdan o'rgangan, u tomonidan o'rta bo'g'in rahbarida psixologik kompetentlikni rivojlantirishning kompleks modelida ustivor kompetensiyalar majmui keltirib o'tilgan [5, 250].

K.S.Aliyeva «umumta'lim muassasalari rahbar xodimlari menejerlik sifatlarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini ochib berish hamda mazkur jarayon samaradorligini oshirishga doir ilmiy uslubiy tavsiyalar ishlab chiqish» maqsadida olib borilgan tadqiqot ishida quyidagi ilmiy yangiliklar qo'lga kiritilgan. Jumladan, «umumta'lim muassasalari rahbar xodimlari faoliyatida «hamkorlik» pozitsiyasining differensial namoyon bo'lishi real «Men»da «agressiya», «yuqori konformlik»ni o'ziga beradigan bahosiga bog'liq ravishda transformatsiyalashuvi tufayli menejerlikning interpersonal shaxs xususiyati sifatida rivojlanishiga to'g'ri proporsional yekanligi dalillangan; umumta'lim muassasalari rahbar xodimlarida «intuitivlik» va «anglanganlik» sifatlarining rivojlaniganlik darajasi «funktional-rolli» va «rapport» muloqotda ijtimoiy-kognitiv xususiyatlarni integrativ namoyon bo'lishi tufayli menejering individual boshqaruv uslubini shakllanishiga identiv yekanligi asoslangan; umumta'lim muassasalari rahbar xodimlarida «demonstrativ» tipni differensial namoyon bo'lishi muloqotda shaxsiy kutilmalarga asoslangan ustanovkalarining «Yego-subyektivizm»ga uyg'un holda xulqqa proyeksiyalanishi tufayli shaxsdagi nizolashuvchanlikning darajaviy ifodalanishiga bog'liq yekanligi isbotlangan; rahbar o'rinbosarlarida menejerlik sifatlarini rivojlantirish uchun ijtimoiy persepsiya, motivatsion-yemotsional, kognitiv-ijodiy sifatlarini real «Men»da namoyon bo'lishini ta'minlash muhimligiga ko'ra NLD (neyrolingvistik dasturlash)ning audio-vizual kontenti art-terapevtik ta'sir usullarini kiritish asosida takomillashtirilgan»[1, 121].

M.X.Baybayeva «ta'lim muassasasi rahbarining boshqaruv faoliyatida sog'lom

va ijodiy muhitni yaratish mexanizmlarini takomillashtirishga doir taklif va tavsiyalar ishlab chiqish» maqsadida olib borgan tadqiqot ishida, «... umumiy o'rta ta'lim muassasasi rahbarining boshqaruv faoliyatida sog'lom va ijodiy muhitni yaratish modeli mazmunli, diagnostik, kommunikativ hamda loyihalash tashkiliy faoliyat trayektoriyalarni strategik tashxislash, xodimlar bilan ishlashda individual-psixologik, pedagogik shart-sharoitdagi imkoniyatlarini produktivlik darajasiga barqaror moslashtirish orqali; umumiy o'rta ta'lim muassasasi rahbarining boshqaruv faoliyatida sog'lom va ijodiy muhitni yaratish mexanizmlarining imprinting tamoyillari antropologik, autopsixologik xususiyatlariga muvofiq situativ ta'lim identivligini akmeologik faollikka uyg'unlashtirish orqali» takomillashtirilganligi ilmiy yangilik sifatida ifoda yetilgan [2, 27].

Biz ilmiy izlanishlarimizda umumiy o'rta ta'lim maktabi rahbarlarining shaxs xususiyatlari va ularda boshqaruvchilik malakasining namoyon bo'lish xususiyatlarini o'rganish maqsadida Liri-Sobchiklarning «Shaxslararo munosabatlar interpersonal diagnostikasi metodikasi» bilan respondentlarga murojaat qildik. Umumiy o'rta ta'lim muassasalari boshqaruv kadrlarida interpersonal shaxs xususiyati sifatida boshqaruvchilik namoyon bo'lish darajasining ayrim individual-tipologik xususiyatlarga bog'liqligini (1-jadvalga qarang) tahlil qilganimizda ishonchli tafovutlar mavjudligini, ya'ni «hukmini yurgizadigan – yetakchilik (peshqadam) qiladigan» oktant ko'rsatkichi va boshqaruv darajasi ko'rsatgichlari o'rtasida ishonch darajasidagi farq mavjudligini kuzatish mumkin ($H=21,88$; $p<0,001$). Jadvaldagi raqamlarga qaraganda, respondentlarning yetakchiligi, hukmronligi qanchalik yuqori bo'lsa, boshqaruv darajasini his qilish shunchalik pasayishi kuzatilar ekan.

1-jadval

Umumiy o'rta ta'lim muassasalari boshqaruv kadrlari o'rtasida lavozimni his qilish darajasining interpersonal shaxs xususiyati ko'rsatkichlariga bog'liqligi (Kruskal-Uollis N-mezoni)

	Oktantlar qutblanishi	O'rtacha ranglar			p
		1- daraja BK lar(n=81)	2- daraja BK lar(n=173)	3- daraja BK lar(n=289)	
	Hukmini yurgizadigan –yetakchilik (peshqadam) qiladigan	1517 ,11	1187 ,40	1532 ,79	1,88 0.000**

Erki o‘zida (mustaqil) bo‘lgan – ustun bo‘lgan	1452 ,12	1322 ,19	1349 ,03	1681 ,63	0, 040*
Dangal (rostgo‘y) – tajovuz-kor	1484 ,42	1187 ,53	1681 ,18	7,06	0. 000**
Badgumon (birovga ishon-maydigan) – har narsaga shubha (ishonchsizlik) bilan qaraydigan	1339 ,57	1353 ,51	1352 ,66	3,33	0, 042*
Ko‘ngilchan – tortinchoq	1550 ,52	1363 ,08	1383 ,14	8,82	0, 215
Tobe – itoatkor (mo‘minqobil)	1424 ,28	1157 ,83	1608 ,18	6,07	0. 000**
Hamkor – kelishuvchan	1522 ,41	1229 ,31	1493 ,31	9,33	0, 994
Ma’suliyatli – olijanob (fe’li keng)	1397 ,35	1530 ,35	1526 ,36	7,47	0, 778

Izoh: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$

Tajriba-sinov ishlarimiz natijalarining ko‘rsatishicha, boshqaruvning yuqori va o‘ta yuqori darajasi taxminan 2-darajali boshqaruv lavozimlari (direktorning «o‘quv ishlari», «o‘quv-tarbiyaviy ishlar», «ma’naviy-ma’rifiy ishlar», «xo‘jalik ishlar» bo‘yicha o‘rinbosari, uslubiy birlashma rahbari, yoshlar yetakchisi)ga tayinlangan va (yoki) saylanganda ko‘proq sodir bo‘lishi mumkin. Quyi va yuqori darajalarda, ya’ni 3-darajali boshqaruv lavozimlari (o‘qituvchi, sinf rahbari va (yoki) tarbiyachi)da faoliyat yuritganda hamda 1-darajali boshqaruv lavozimlari (pedagogik kengash raisi, jamoat birlashmalari raisi)ga tayinlangan va (yoki) saylanganda boshqaruvni his etish darajalari kamroq foizni tashkil etishini shohidi bo‘lish mumkin. Respondentlarning o‘ziga nisbatan munosabatini tahlil qilish metodikasi asosida olingan natijalarga ko‘ra har uchchala darajali boshqaruv kadrlari o‘rtasida «hukmini yurgizadigan – yetakchilik (peshqadam) qiladigan» ($H=21,88$; $p < 0,001$), «dangal (rostgo‘y) – tajovuzkor» ($H=57,06$; $p < 0,001$) va «tobe – itoatkor (mo‘minqobil)» ($H=57,06$; $p < 0,001$) oktantlarida ishonch darajasidagi tafovutlar kuzatildi.

Olib borgan ilmiy izlanishlarimizda aniqlanishicha, «hukmini yurgizadigan – yetakchilik (peshqadam) qiladigan» oktanti bo‘yicha aynan 2-darajali boshqaruv kadr (masalan, o‘quv ishlari bo‘yicha direktor o‘rinbosar)larida ustunlikni yaqqol ko‘rish mumkin. Bu ulardagi o‘ziga ishonch, yaxshi maslahatchilik, peshqadam va tashkilotchi

bo'la olish malakasi, hamda yetakchilik sifatlarini aniqlaydi. Shuningdek, ularda tanqidga toqatsizlik, o'z imkoniyatlarini ortiqcha baholash, fikrlashning diktat usulli, boshqalarga buyruq berishga imperativ ehtiyoj mavjudligi ham kuzatiladi. 3-darajali boshqaruv kadrlari sanalgan «o'qituvchilar»da esa aksincha mazkur oktant bo'yicha quyi natijani guvohi bo'lish mumkin. «Erki o'zida (mustaqil) bo'lgan – ustun bo'lgan» ($H=3,63$; $p<0,005$) va «badgumon (birovga ishonmaydigan) – har narsaga shubha (ishonchsizlik) bilan qaraydigan» ($H=3,33$; $p<0,005$) oktantlarida ham sezilarli ijobiy tafovutlarni kuzatishimiz mumkin. Bunda yana «o'quv ishlari» bo'yicha direktor o'rinbosarlarida har ikkala oktant bo'yicha ustunlikni ko'rishimiz mumkin. Ya'ni «erki o'zida (mustaqil) bo'lgan – ustun bo'lgan» oktantida ulardagi shaxslararo munosabatlarning ishonchli, mustaqil, raqobatchilik uslubidagi o'zboshimchalik, atrofdagilardan ustunlik hissi ifodalangan, ko'pchilik fikrlardan farqli ravishda o'z fikriga egalik an'anasi va guruhda ajratilgan pozitsiyaga egalik uslublargacha bo'lgan jarayonni ifoda etadi.

Navbatdagi «badgumon (birovga ishonmaydigan) – har narsaga shubha (ishonchsizlik) bilan qaraydigan» oktantda ham biroz farq borligi aniqlangan va bunda ustunlik yana bir bor «o'quv ishlari» bo'yicha direktor o'rinbosarlari tomonida ekanligini ko'rsatadi. Ya'ni, fikrlash, faoliyat ko'lamiga ko'ra 2-darajali boshqaruv kadrlari o'ta realist, shubhalanuvchan va oqimga qarshi turuvchi «nonkonformist», ginachi va 1-, 3-darajali boshqaruv kadrlarga nisbatan ishonchsiz munosabatni ko'rsatishadi hamda noo'rin tanqidchi sanalishadi. «Hamkor – kelishuvchan» oktantidagi tafovutda aynan 3-darajadagi boshqaruv kadrlar, ya'ni «o'qituvchilar», «sinf rahbarlari va (yoki) tarbiyachilar»dagi ustunlikni kuzatishimiz mumkin. Mazkur oktantga ko'ra yuqori bo'g'in boshqaruv kadrlarning qo'llab-quvvatlovi va ishonchiga bo'lgan yuqori darajadagi ichki ehtiyoj oqim bo'ylab yurishni xush ko'rish («konformlik»), rahbar va boshqaruv kadrlar fikriga to'la bog'liqlik borligini tavsiflaydi.

Tajriba-sinov ishlarimizda «Tobe – itoatkor (mo'minqobil)», «ma'suliyatli – olijanob (fe'li keng)» oktantlarida tafovutlar kuzatilmadi. Bu har uchchala boshqaruv kadrlarning mazkur oktantlar doirasida o'xshashlik xususiyatlari borligini namoyon etadi. Masalan «tobe – itoatkor (mo'minqobil)» oktanti bo'yicha shaxslararo munosabatlardagi kamtarlik, tortinchoqlik, o'zgalar mas'uliyatini o'z zimmasiga olish, shuningdek, o'ta itoatkorlik va aybdorlik tuyg'usini aks ettiradi. Mazkur shaxs sifati boshqaruv kadrlar shaxsiga xos sanalmaydi. Ayniqsa, 2-darajali boshqaruv kadrlar (direktor o'rinbosarlari)da mazkur sifatning namoyon bo'lishi umumiy o'rta ta'lim muassasalarining boshqaruv tizimiga keskin salbiy ta'sir ko'rsatishini alohida ta'kidlash zarur.

Yuqoridagilardan ko'rinib turibdiki, umumiy o'rta ta'lim muassasalari o'qituvchilari va sinf rahbarlaridan tashkil topgan 3-darajadagi boshqaruv kadrlari faoliyatida «hamkorlik» pozitsiyasining differensial namoyon bo'lishi, ularda

«tashkilotchilik», «jamoada ishlash», «vaqtni boshqarish», «tanqidiy fikrlash», «ijodkorlik» kabi komponentlarni o‘zida mujassamlagan «self – development» formulasidagi shaxsiy yuksalishni kechiktiradi hamda «moslashuvchanlik»ni oshib ketishiga sabab bo‘ladi. Umumiy o‘rta ta’lim muassasalarida faoliyat ko‘rsatgan 1-darajali boshqaruvdagi erkak kadrlar (direktorlar)da o‘ziga yo‘nalganlikning 3-darajali boshqaruv kadrlar (o‘qituvchilar)ga nisbatan yuqoriligi, ulardagi o‘z ustida ishlash orqali professional muvaffaqiyatga erishish motivining balandligi, doimiy mehnat faoliyatiga bandlik natijasida faqat yuqoriga intilish istagining qadriyatlar sohasida «samaradorlik»ning ustunlik kasb etayotganligi bilan ham izohlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Aliyeva K.S. Umumta’lim muassasalari rahbar xodimlari menejerlik sifatlarining ijtimoiy psixologik xususiyatlari: Psixol. fan. bo‘y. fal. dok-ri (PhD) dis-ya: 19.00.05. – Toshkent: TDPU, 2023. – 121 b.
2. Baybayeva M.X. Ta’lim muassasasi rahbarining boshqaruv faoliyatida sog‘lom va ijodiy muhitni yaratish mexanizmlarini takomillashtirish: Ped. fan. dok-ri (DSc). dis-ya avtoreferati: 13.00.07. – Toshkent: PKRYaMO‘MTI, 2022. – 75 b.
3. Yoziyev E.S. Boshqaruv psixologiyasi // O‘quv qo‘llanma. – Qarshi: “Fan va ta’lim”, 2021. – 388 b.
4. Karimova V., va boshq. Boshqaruv psixologiyasi. –T.: “Fan va texnologiya”. 2008 y. -208 b.
5. Hayitov O.E., Djalalova S.M. Boshqaruv psixologiyasi. – T.: TDIU, 2008.

ZAMONAVIY TA’LIM TIZIMIDA MOBIL MUTAXASSISLARNI TAYYORLASHNING PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI

*ChDPU Psixologiya kafedrası
dotsenti N.J.Eshnaye*

Kirish.XXI asrda globallashuv va raqamli transformatsiya jarayonlari inson faoliyatining barcha sohalariga, xususan ta’lim tizimiga ham katta ta’sir ko‘rsatmoqda. Zamonaviy mehnat bozori mutaxassislardan nafaqat puxta kasbiy bilim va ko‘nikmalarni, balki moslashuvchanlik, tezkor qaror qabul qilish, tanqidiy fikrlash hamda raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish qobiliyatini ham talab etmoqda. Shu sababli, mobil mutaxassislarni tayyorlash bugungi kun ta’lim siyosatida ustuvor vazifalardan biri sifatida qaraladi.

Mobil mutaxassis – bu kasbiy faoliyatida mobil texnologiyalardan samarali foydalana oladigan, raqamli muhitga tez moslashuvchan, innovatsion fikrlashga ega shaxsdir. Bunday kadrlarni tayyorlash jarayonida ta’limning an’anaviy uslublari bilan bir qatorda zamonaviy psixologik strategiyalarni ham keng joriy etish zarur. Chunki psixologik yondashuvlar o‘quvchilarning o‘quv jarayoniga bo‘lgan motivatsiyasini

oshiradi, shaxsiy ehtiyoj va qobiliyatlarni hisobga olgan holda individual rivojlanish imkonini yaratadi.

Mobil ta'lim (m-learning) texnologiyalarining keng joriy etilishi o'quvchilarga istalgan joy va vaqtda bilim olish imkonini beradi, kengaytirilgan haqiqat (AR) vositalari esa murakkab mavzularni yanada samarali tushunishga yordam beradi. Shuningdek, mobil texnologiyalar asosida tashkil etilgan hamkorlikka asoslangan o'qitish metodlari (mCSCL) jamoaviy ishlash, tanqidiy tahlil qilish va ijodiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishda katta ahamiyat kasb etadi.

Shu boisdan ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimida mobil mutaxassislarni tayyorlash jarayonida psixologik strategiyalarni qo'llashning ilmiy asoslari tahlil qilinadi. Tadqiqotning maqsadi — psixologik yondashuvlar orqali mobil ta'limning samaradorligini oshirish, talabalarning kompetensiyalarini rivojlantirish va zamonaviy mehnat bozorida raqobatbardosh kadrlar tayyorlash imkoniyatlarini aniqlashdan iborat.

So'nggi yillarda zamonaviy ta'lim tizimida mobil mutaxassislarni tayyorlash jarayonida qo'llanilayotgan psixologik strategiyalar bo'yicha ko'plab ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, mobil ta'lim (m-learning), kengaytirilgan haqiqat (AR) texnologiyalari hamda mobil kompyuter vositalariga asoslangan hamkorlikda o'qitish metodlari (mCSCL) ta'lim sifatini oshirishda muhim omillar sifatida qaralmoqda.

Mobil ta'lim (m-learning) — bu mobil qurilmalar yordamida o'qitishning yangi shakli bo'lib, o'quvchilarga istalgan joy va vaqtda bilim olish imkoniyatini beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, m-learning strategiyalari talabalarning bilimni o'zlashtirish darajasini oshiradi, mustaqil o'qishga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytiradi va raqamli kompetensiyalarini rivojlantiradi. Mayer (2021) ta'kidlaganidek, mobil ta'lim orqali tashkil etilgan o'quv jarayonlari an'anaviy metodlarga qaraganda talabalarning faol ishtirokini ta'minlashda ancha samarali hisoblanadi.

(AR) texnologiyalari esa ta'lim jarayonida interaktivlikni oshiradi, murakkab nazariy tushunchalarni vizualizatsiya qilish imkonini yaratadi hamda o'quvchilarni faol o'zlashtirishga jalb etadi. Kozlovski va Chao (2018) olib borgan tadqiqotlariga ko'ra, AR texnologiyalarini o'yinlashtirish elementlari bilan uyg'unlashtirish talabalarning o'quv motivatsiyasini 70% dan ortiq oshirgan. Shu bilan birga, AR asosidagi ta'lim muhiti talabalarda analitik fikrlash, ijodiy yondashuv va muammolarni samarali yechish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Mobil kompyuter yordamida hamkorlikda o'qitish (mCSCL) metodlari ham zamonaviy ta'limda muhim ahamiyatga ega. Bu yondashuv talabalarning jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi, fikr almashish, muammolarni hal qilish va tanqidiy tahlil qilish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, mCSCL metodlari qo'llanilgan guruhlar o'rtasida o'zaro hamkorlik darajasi 30% ga, ijodiy yechim topish ko'nikmalari esa 25% ga oshgan.

Tahlil qilingan ilmiy manbalar shuni ko'rsatadiki, mobil ta'lim texnologiyalari, kengaytirilgan haqiqat vositalari va hamkorlikka asoslangan metodlarning integratsiyasi o'quvchilarning o'quv faoliyatiga kompleks yondashuvni ta'minlaydi. Shu sababli, ta'lim jarayoniga psixologik strategiyalarni keng joriy etish mobil mutaxassislarni tayyorlashda yuqori samaradorlikka erishish uchun muhim omil sifatida e'tirof etiladi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy ta'lim tizimida mobil mutaxassislarni tayyorlash jarayonida psixologik strategiyalarni mobil texnologiyalar bilan integratsiyalash yuqori samaradorlikka ega. Kengaytirilgan haqiqat (AR) texnologiyalari, mobil ta'lim (m-learning) metodlari hamda mobil kompyuter yordamida hamkorlikda o'qitish (mCSCL) yondashuvlarining uyg'un qo'llanilishi talabalarning bilim darajasini oshirish, kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish hamda mustaqil o'rganish qobiliyatini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etdi.

Tadqiqot asosida quyidagi **asosiy xulosalar**ga kelindi:

1. **Psixologik strategiyalarning integratsiyasi** – o'qitish jarayonida o'yinlashtirish, adaptiv o'qitish, kengaytirilgan haqiqat va hamkorlikka asoslangan metodlarni uyg'unlashtirish talabalarning o'quv motivatsiyasini sezilarli darajada oshiradi.

2. **Mobil ta'limning afzalliklari** – m-learning strategiyalari istalgan joyda va vaqtda bilim olish imkonini yaratib, talabalarning bilimni o'zlashtirish darajasini o'rtacha **22%** ga oshirgan.

3. **Hamkorlik asosidagi metodlarning roli** – mCSCL texnologiyalari yordamida o'qitilgan talabalar jamoaviy ishlash, muammolarni yechish va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini an'anaviy o'qitish usullariga nisbatan yanada samarali rivojlantirdi.

4. **Texnik infratuzilmaning ahamiyati** – samaradorlikni oshirish uchun ta'lim muassasalari texnologik bazani mustahkamlashi, o'qituvchilarni qayta tayyorlashi hamda mobil ta'lim uchun psixologik asoslangan o'quv dasturlarini ishlab chiqishi zarur.

Shunday qilib, mobil texnologiyalar bilan integratsiyalashgan psixologik strategiyalar zamonaviy ta'lim tizimida mobil mutaxassislarni tayyorlashning innovatsion modeli sifatida qaralishi mumkin. Kelgusida mobil ta'lim jarayoniga **sun'iy intellekt (AI)** asosidagi shaxsiylashtirilgan yondashuvlarni tatbiq etish orqali individual o'qitish sifatini yanada oshirish imkoniyatlari mavjud.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Dede, C. (2019). Ta'lim texnologiyasining evolyutsiyasi. Garvard Educational Review, 89(1), 34-52. <https://doi.org/10.17763/1943-5045-89.1.34>
2. Huang, R., Spector, J. M. va Yang, J. (2019). Ta'lim texnologiyasi: 21-asr uchun boshlang'ich. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-14484-3>

3. Kozlovski, S. V. J. va Chao, G. T. (2018). Jamoaviy o'rganishni ochish: rivojlanish jarayonlari va yuzaga keladigan natijalar. Tashkiliy xulq-atvorda tadqiqot, 38, 161-178. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2018.11.002>
4. Mayer, R. E. (2021). Multimedia ta'limi (3-nashr). Kembrij universiteti matbuoti. <https://doi.org/10.1017/9781108894333>
5. Means, B., Toyama, Y., Murphy, R., & Baki, M. (2019). Onlayn va aralash ta'limning samaradorligi: empirik adabiyotning meta-tahlili. O'qituvchilar kolleji rekordi, 115 (3), 1-47.
6. Mur, J. L., Dikson-Din, C. va Galyen, K. (2019). Elektron ta'lim, onlayn ta'lim va masofaviy ta'lim muhitlari: ular bir xilmi? Internet va oliy ta'lim, 14(2), 129-135. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2019.02.001>
7. Sharples, M., Arnedillo-Sánchez, I., Milrad, M. va Vavoula, G. (2018). Mobil ta'lim: Kichik qurilmalar, katta muammolar. Journal of Educational Technology & Society, 24(1), 20-26.
8. Sung, Y. T., Chang, K. E. va Liu, T. C. (2016). Mobil qurilmalarni o'qitish va o'qitish bilan integratsiyalashuvining talabalarning o'quv samaradorligiga ta'siri: meta-tahlil va tadqiqot sintezi. Kompyuterlar va ta'lim, 94, 252-275. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2015.11.008>
9. Traxler, J. (2020). Masofaviy ta'lim - bashoratlar va imkoniyatlar. International Journal of Mobile and Blended Learning, 12(4), 1-14. <https://doi.org/10.4018/IJMBL.2020100101>
10. Vang, F. va Xannafin, M. J. (2021). Dizaynga asoslangan tadqiqot va texnologiya takomillashtirilgan o'quv muhitlari. Ta'lim texnologiyalari tadqiqotlari va rivojlanishi, 55(4), 5-23. <https://doi.org/10.1007/s11423-007-9047-2>

TALABALARNING ILMIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISH MASALALARI

*Farfiyeva Komola Atxamdjanovna,
Profi universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrası
professori, psixologiya fanlari doktori (DSc)*

Kirish.Bugungi kunda davlatimiz oldida ilm-fan, raqamli iqtisodiyot, innovatsion g'oya va yondashuvlar asosida kuchli taraqqiyotga erishish, ta'limni rivojlantirish, jamiyatda ziyolilar, xususan, olimlar mavqeini ko'tarish, yangi avlod kadrlarini bilimli va shijoatli, asl vatanparvar qilib tarbiyalash kabi muhim ishlar turibdi. Ma'lumki shaxsning rivojlanishining asosida ta'lim va tarbiya jarayoni yotadi. Shuning uchun so'nggi yillarda mamlakatimizda ta'lim sohasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishlari bo'yicha Harakatlar strategiyasini amalga oshirish dasturlari asosida mamlakatimizning ta'lim tizimida ta'lim sifatini oshirishga yo'naltirilgan ishlar amalga oshirilmoqda.

O'spirinlarning mustaqil fikrlash qobiliyatini aqliy taraqqiyoti mezonini sifatida qaralmog'i kerak. Shuning uchun o'spirinlarning aqliy qobiliyatini rivojlantirish kerak. Inson tashqaridan oladigan xabarni tubdan o'zgartirish malakasini taraqqiy ettirish, ijodiy masalalarni yechish, qarama qarshiliklarni qidirib topish, muammoli vazifalarni yechish va modelini topish, o'xshashlik va farqlarni izlab topish va boshqa yo'llar bilan aqliy qobiliyatni rivojlantirish zarur.

Talabalar ilmiy tafakkurlarini rivojlantirishda quyidagi eng muhim muammolarni bartaraf etish orqali natijalarga erishi mumkin:

1. Talabalarda bilimga qiziqishning pasayishini sabablarini aniqlash.
2. Talabalarning foydali bilimlarni egallashga intilishi, ya'ni kelajakda tanlagan kasblariga yordam beruvchi fanlarnigina egallashga intilishi.
3. Bilimlarning o'sishi juda yuqori. Lekin ma'lim muassasalarida eskicha qolipda ishlanishi, talabalarga yetarli ma'lumotlar berilmasligi.
4. Aniq vositalarning yo'qligi, shuning uchun aniq modellar tuzish zarurati.
5. Bugungi kunda yoshlarga kreativ yondoshishga o'rgatadigan vositalarning ko'pligi va qaysi biri to'g'riligini aniqlash.

Talabalarda shaxs rivojlanishining ijtimoiy vaziyati birinchi navbatda shu bilan xususiyatlanadiki, yigitlar va qizlar uchun bu davrda mehant faoliyati yo'liga mustaqil chiqishi hamda jamiyatdagi o'z o'rnini belgilashiga to'g'ri keladi. Shunga bog'liq holda yigitlar va qizlarga ijtimoiy talablar o'zgaradi, shaxs shakllanadigan ijtimoiy sharoitlarda ham o'zgarishlar yuz beradi: endilikda yoshlar mehnat qilishga, oilaviy hayotga, fuqarolik burchlarini bajarishga tayyorlanishi lozim bo'ladi.

Jamiyatimiz ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishining bugungi davrida o'spirin ijtimoiy ongning beqaror rivojlanadigan sharoitlarida qoldi. Hozirgi davrda mamlakatda va jahonda yuz berayotgan o'zgarishlarga mos keladigan yangi, oldinda turgan ijtimoiy, kasbiy, shaxsiy o'z-o'zini belgilashni rivojlantirish uchun mo'ljallar hali aniqlanmagan. Shuning uchun bugungi kunda yoshlarga kattalar hayotini ajratib ko'rsatish va uning me'yorlarini o'zlashtirish o'ta qiyin kechmoqda. Hozirgi kunda yoshlarning ongidagi mavhumlik va ertangi kunga ishonchsizlik mana shundan kelib chiqadi.

Bundan tashqari jamiyat ijtimoiy rivojlanishining zamonaviy bosqichi psixologik va faoliyat ma'nolarida barcha yoshlarning chegaralarini yetuklikka, shu jumladan ijtimoiy yetuklikka yanada ertaroq o'tish tomon yaqinlashtirib qo'ydi. Ushbu jarayon ko'plab iqtisodiy-siyosiy, ijtimoiy yo'nalishlarda yuz bermoqda, biroq shu bilan birgalikda o'spirinlar va yoshlar o'rtasida ijtimoiy orqada qolish hayratli tarzda kuchayib bermoqda. Shunday bo'lsada, yaqin o'tmishdan farqli o'laroq endigina OTMni tugatgan yosh insonlarga nisbatan jamiyat tomonidan "balog'atga yetgan kishilar" iborasi qo'llanmoqda va talaba yoshlarga nisbatan ijtimoiy umidlar kuchaymoqda. Shunga bog'liq holda, hozirgi bosqichda umuman ham yoshlar shaxsini muvaffaqiyatli shakllantirish, ham jamiyatning maxsuldor ijtimoiy rivojlanishi uchun o'spirinlik yoshining ahamiyati ortib bermoqda.

O'spirinlik yoshidagi hayot faoliyatining murakkablashuvi bilan ijtimoiy rollar va manfaatlarning ko'lami faqat miqdoriy kengayishigina emas, balki ularning sifat jihatdan ham o'zgarishi yuz beradi. Jamiyat rivojining zamonaviy bosqichida o'spirinlik yoshi bosqichida kundan-kunga "yetuk" ijtimoiy rollar paydo bo'lmoqda va bundan katta ko'lamdagi mustaqillik va ijtimoiy mas'uliyat oshmoqda. Deyarli barcha qizlar va yigitlar kasb tanlash to'g'risida jiddiy fikr yuritmoqdalar. Tanlangan ixtisoslik bo'yicha o'qishni ham qo'shib olgan taqdirda kasb tanlamoqdalar. Juda ko'pchilik o'spirinlik yoshidayoq mehnat faoliyatini boshlab yubormoqdalar. Barcha sanab o'tilgan jihatlar o'spirinlik yoshidagi shaxslarning yetuk ijtimoiy maqomi deb ataluvchi unsurlardan iboratdir.

Kelajak bilan bog'liq ijtimoiy sabablar o'spirinlik yoshidagi talabalarda faol o'quv faoliyatiga turtki bermoqda. O'spirinlikda o'quv fanlariga nisbatan katta tanlash namoyon bo'ladi. Bu davrdagi o'rganish faoliyatining asosiy sababi ijtimoiy ahamiyatga ega kasbni qo'lga kiritishdir. Shaxsning barpo bo'lish jarayoni A.N.Leontevning fikriga ko'ra, shaxsli ma'nolar aloqali tizimining vujudga kelishi jarayonidir. A.N. Leontev o'spirinlik yoshida faollikning yetakchi turi o'zgarishiga urg'u beradi. D.B.Elkonin va A.N.Leontevning psixologik davrlarga taqsimlash tizimida o'spirinlikdagi o'quv-kasb faoliyati yetakchi faoliyati sifatida e'tirof etilgan.

Yigitlar va qizlarni dunyoni anglashiga ular yashab turgan ijtimoiy makon (mikrojamiyat, mezojamiyat va makrojamiyat) jiddiy chuqur ta'sir ko'rsatadi. Bu yerda jonli muloqotda ular hayot hamda kattalar, kasbda o'z o'rnini topgan kishilar faoliyati bilan tanishadilar.

O'spirinlikdagi aqliy rivojlanish ham o'ziga xos jihatlarga ega. Bu davrda o'zini o'zi tahlildan o'tkazishga hamda o'zi to'g'risidagi bilimlarni tizimga solishga, umumlashtirishga ko'proq moyillik paydo bo'ladi. O'zini qadaydir ideal bilan taqqoslash yuz beradi. O'zini tarbiyalash imkoniyati faollashadi. An'anaga ko'ra, ijtimoiy psixologiyada ijtimoiy o'zaro harakatlar samaradorligi "ijtimoiy intellekt" kategoriyasi orqali ko'rib chiqiladi. Uni ishlab chiqish bilan E.Torndayk, G.Ayzenk, J.Gilford, G.Ollport, shuningdek mamlakatimizdagi mualliflar: E.G'oziyev, V.Karimova, B.Kodirov, Z.Nishonova, Sh.Baratovlar shug'ullangan. O'spirinlikdagi tafakkur shaxsiy-hissiy tusga kiradi. Nazariy va dunyoqarash muammolariga qandaydir o'rganish intilishi paydo bo'ladi, intellektual hissiyotlar faol rivojlanadi. Hissiyotlar o'zining imkoniyatlari, salohiyatlari va shaxsiy sifatlari borasidagi kechinmalarning o'ziga xosliklarida namoyon bo'ladi. Intellektual rivojlanish xususiy xolatlar ortida turgan qonuniyatlar va tamoyillarni umumlashtirish, izlashga moyillikda namoyon bo'ladi. Bu davrda e'tiborning jamlanishi, xotira hajmi kuchayadi, o'qilayotgan, o'rganilayotgan materialni, o'zlashtirilayotgan axborotni mantiqlashtirish ortadi. Muayyan oliy psixik funktsiya rivojlanishining yakunlovchi bosqichida yuqoridagilar faol shakllanadi, shuningdek mavhum-mantiqiy tafakkur, murakkab masalalarni mustaqil bilish borasidagi o'rganish ko'nikmalari namoyon bo'ladi. O'spirinlik

yoshidagi insonlarda tafakkur bolalikdagiga nisbatan birmuncha tizimli va tanqidiy tafakkurga aylanadi. Shu asnda yigitlar va qizlardagi kognitiv jarayonlar o'ta hissiyotli bo'ladi. Ular o'qituvchilardan, atrofdagi o'ziga yaqin kishilardan eshitgan narsalarga isbotlar va asoslar talab qilishadi. Ular baxslashishni, keskin iboralar bilan gaplashishni, o'z fikrlarini o'ziga xos tarzda ifodalashin yoqtirishadi.

Talabalik davrida bilishga oid qiziqish ko'lami tobora amaliy xususiyat kasb eta boshlaydi. Mazkur davrda o'spirinlarning tafakkuri tobora faol, mustaqil va ijodiy xususiyat kasb eta boshlaydi. Tafakkur rivojlanishi bilan birgalikda o'quvchilarning nutq madaniyati rivojlanadi. Talaba yoshlar turli janrdagi adabiy asarlarni o'qishi, tushunishi orqali mustaqil fikr yuritish, mulohaza qilish va munozaraga kirishishga o'rganib boradi. Talaba yoshlarning aqliy jihatdan rivojlanishida nazariy tafakkurning roli kattadir. Talaba adabiy asarlarni o'qish va tushuntirish orqali mustaqil fikrlash, mulohaza yuritish va munozaralarga o'rgana boradi. Unda asta-sekin tabiat va jamiyat haqida o'zining nuqtai nazari, e'tiqodi, qarashi shakllanadi. Ma'lumki, shaxsning ana shu fazilatlarida unda fikrlash, mustaqil uylash, to'g'ri hukm va xulosalar chiqarish, qat'iy qarorga kela olishi natijasidir. Aql tanqidiyligining rivojlanishi o'quv materiallarini puxta o'zlashtirishga, ta'lim jarayonida tashabbuskorlikka, vokelikni isbotlash va asoslash ko'nikmalari tarkib topishiga imkon yaratadi. Xodisalar to'g'risida hukm va xulosa chiqarish, tasdiqlash yoki inkor qilish qobiliyatini rivojlanadi. Yoshlar qobiliyati va iste'dodi ta'lim jarayonida, mehnat faoliyatida rivojlanadi. Qobiliyatning o'sishi bilimlar, ko'nikmalar, malakalarning sifatiga bog'liq bo'lib, shaxsning kamol topish jarayoniga qo'shilib ketadi. Demak, o'quv maskanida o'tiladigan, darslar, laboratoriya ishlari, amaliy mashg'ulotlar, referat, konspekt yozish kabi faoliyat turlari o'spirinlar o'zlashtirish uchun zarur materiallarni mustaqil xolda tushunishga olib keladi. Bularning barchasi ilmiy-nazariy tafakkurning shakllanishiga, tevarak atrofdagi voqelikning umumiy qonuniyatlarini o'sishiga, aqliy imkoniyatlarining vujudga kelishiga, tabiat va jamiyat rivojlanishining qonunlarini anglashiga muhim shart-sharoit yaratadi.

Talabalik davridagi ilmiy tafakkurni tadqiq qilish alohida ahamiyatga ega, chunki bu davrda yigit va qizlar oldida ularning tafakkuridagi yangi sifat tuzilmalarini, ilmiy tafakkurni yo'lga soluvchi o'ziga xos sabablarni boshqaruvchi, ularni samaradorligiga ta'sir ko'rsatuvchi bashorat qilishning hamda tanlash, baholash va qarorlar qabul qilish mexanizmlarining yangi shakllarini yaratishni talab qiluvchi ko'plab hayotiy muammolar paydo bo'ladi. Yuqori sinf o'quvchilarining ilmiy tafakkuri mazmunida hayotiy va tajribadan olingan tasavvurlar ustunroq ekanligi inobatga olgan holda ularning tasavvurlarini oshirish usullarini ilmiy tadqiq qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Litsey, kasb-hunar kollej va umumta'lim maktablaridagi o'quvchilarning ilmiy tafakkuri tuzilmasi va mazmunini xususiyatlovchi asosiy ko'rsatkichlardagi aniqlangan farqlar ijtimoiy sharoitlarning salbiy ta'sirini yangicha o'qitish sharoitlaridagi o'spirin talabalar ilmiy tafakkuriga maqsadga yo'naltirilgan ta'sir o'tkazish yordamida bartaraf

etilishi mumkinligini hisobga olib doimiy psixologik kompleks tadqiqotlarni amalga oshirish zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Мирзиёев Ш.М. Жадал ривожланаётган иқтисодиёт учун замонавий кадрлар керак. // “Халқ сўзи” газетаси, 2018 йил 25 октябрь.
2. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности.- М., Наука, 1980.- 333 с.
3. Дружинин В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие. М., 2001. – 224 с.
4. Каримова В.М., Суннатова Р.И. Тожибоева Р.Н. Мустақил фикрлаш. – Т.: Шарқ, 2000. 6-бет.
5. Матюшкин А.М. Мышление, творчество, обучение. М, 2003. -720 с
6. Фарфиева К.А. Ўспиринлар илмий тасаввурларига таъсир этувчи стереотипларни ўрганиш // Замонавий таълим. 2021. № 12. - Б. 40-48. (19.00.00. № 8).
7. Қодиров Б.Р. Истеъдодли болалар ва уларни танлаш методикаси. –Т.: 1992. -326 б.
8. Ғозиев Э.Ғ. Тафаккур психологияси. –Т.: Ўқитувчи, 1990.
- 9.

RAQAMLI DAVRDA ONLAYN QIMOR O‘YINLARINING OMMALASHUVI

*Fatidonova Dildora Muradovna,
Andijon davlat pedagogika instituti
“Pedagogika va psixologiya” kofedراسи
o‘qituvchisi*

Kirish. Raqamli davrning jadal rivojlanishi inson hayotining barcha jabhalarida tub o‘zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Internet texnologiyalarining keng tarqalishi, mobil qurilmalar va ijtimoiy tarmoqlarning ommalashuvi odamlarning turmush tarzini yengillashtirishi bilan birga, yangi xavf-xatarlarni ham yuzaga chiqarmoqda. Ana shunday hodisalardan biri - onlayn qimor o‘yinlarining tobora keng ommalashib borayotganidir. Ularning qulayligi, tezkorligi va 24/7 rejimida mavjudligi odamlar, ayniqsa, yoshlar orasida qiziqishning ortishiga olib kelmoqda. Shu bilan birga, bu jarayon o‘zining ijtimoiy-psixologik oqibatlari bilan ham jiddiy muammolarni yuzaga keltirmoqda.

Onlayn qimor o‘yinlari iqtisodiy jihatdan moliyaviy yo‘qotish, qarzdorlik va oilaviy nizolarga sabab bo‘lsa, psixologik nuqtayi nazardan shaxsda qaramlikni shakllantirishi, stress, depressiya va ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

Ularning keng ommalashuvi, bir tomondan, raqamli infratuzilmaning rivojlanishi, boshqa tomondan esa, jamiyatda bo'sh vaqtni samarali o'tkazishning muqobil shakllari yetarlicha yo'lga qo'yilmaganligi bilan ham bog'liqdir. Shu sababli bu hodisani ilmiy jihatdan o'rganish, uning psixologik determinantlarini aniqlash va ijtimoiy oqibatlarini baholash dolzarb masala hisoblanadi.

Mazkur mavzuning ahamiyati shundaki, raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining keng ommalashuvi nafaqat individual shaxs rivojiga, balki jamiyatning iqtisodiy, ma'naviy va ijtimoiy barqarorligiga ham ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan, ushbu muammoni kompleks tahlil qilish, uning oldini olish mexanizmlarini ishlab chiqish hamda sog'lom raqamli muhitni shakllantirish ilmiy-tadqiqot va amaliy faoliyatning eng muhim vazifalaridan biridir. Raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi haqida olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, ushbu jarayon ijtimoiy-psixologik muhitning ajralmas qismi sifatida tobora kuchayib bormoqda. L.S. Vygotskiy o'zining "Мышление и речь" asarida inson faoliyatining rivojlanishi bevosita ijtimoiy muhitga bog'liq ekanligini asoslab beradi[1]. Bu fikrni onlayn qimor o'yinlariga tatbiq qilar ekanmiz, shuni ta'kidlash joizki, internet texnologiyalarining keng ommalashuvi ham shaxsning ichki ehtiyojlarini tashqi sharoit bilan uyg'unlashtirib, qimor o'yinlariga qiziqishning ortishiga sabab bo'lmoqda. Ya'ni, tashqi muhit (raqamli imkoniyatlar) va shaxsning ichki holati (qiziqish, bo'sh vaqtni to'ldirish istagi) birlashib, qaramlik shakllanishiga sharoit yaratadi.

Williams va Wood tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda internet qimor o'yinlari yoshlar orasida eng faol rivojlanayotgan onlayn faoliyatlardan biri ekani qayd etiladi[2]. Ularning xulosasiga ko'ra, bunday o'yinlar qulaylik, anonimlik va keng imkoniyatlar sababli yoshlar orasida tez sur'atlarda tarqalmoqda. Bu esa, nafaqat individual darajada muammolarni keltirib chiqaradi, balki ijtimoiy muammolarning chuqurlashuviga ham olib keladi. Ayniqsa, o'quvchi va talabalarda bu holat o'qish motivatsiyasining pasayishi, ijtimoiy faollikning sustlashishi va ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. K. Rogersning "Freedom to Learn" asarida shaxsning asosiy ehtiyoji sifatida o'zini qadrlash va o'zini rivojlantirish ko'rsatiladi[3]. Biroq onlayn qimor o'yinlari ushbu ehtiyojni soxta rag'batlar orqali qondirishga intiladi. Masalan, yutuq illyuziyasi shaxsga vaqtincha zavq bag'ishlasa-da, uzoq muddatda uni qaramlikka olib keladi. Bu esa shaxsning o'z-o'zini rivojlantirish imkoniyatini cheklaydi, uning haqiqiy hayotiy maqsadlaridan chalg'itadi.

D.Goleman emotsional intellekt haqida gapirar ekan, insonning o'z his-tuyg'ularini boshqarishi va boshqalarni tushunish qobiliyati jamiyatda muvaffaqiyatli faoliyat yuritishning eng muhim mezonlaridan biri ekanligini ta'kidlaydi[4]. Onlayn qimor o'yinlariga mukkasidan ketgan shaxsda esa emotsional intellekt asta-sekin susayadi, chunki u hissiy nazoratni yo'qotadi, tashqi stimullarga tez berilib ketadi. Natijada, stress, xavotir va ijtimoiy ajralish kuchayadi. Bu esa jamiyat uchun nafaqat individual, balki kengroq ijtimoiy xavf tug'diradi.

M.D.Griffithsning "Internet Gambling: Issues, Concerns, and Recommendations" nomli maqolasida esa onlayn qimor o'yinlarining asosiy xavf omillari keng tahlil qilingan[5]. Unga ko'ra, virtual muhitning interaktivligi va cheklanmagan imkoniyatlari qimor o'yinlaridagi qaramlikni tezlashtiradi. Masalan, oddiy qimor o'yinlarida mavjud vaqt va joy chegaralari onlayn muhitda yo'qoladi. Natijada, inson ko'proq vaqtini o'yinlarga sarflaydi va moliyaviy hamda ruhiy zarar ko'rish ehtimoli ortadi.

Mahalliy olimlar, xususan, M.V.Xalimova ham ijtimoiy psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish zarurligini ta'kidlaydi[6]. Unga ko'ra, onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi ayniqsa yosh avlod orasida ijtimoiy faollikni pasaytiradi, bu esa ta'lim jarayoniga ham salbiy ta'sir qiladi. Shuning uchun ta'lim muassasalarida profilaktik chora-tadbirlarni amalga oshirish, psixologik maslahatlarni kengaytirish va ijtimoiy loyihalar orqali yoshlarni foydali faoliyatlarga jalb etish muhim hisoblanadi.

Raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi psixologiya va pedagogika fanlarida yangi tadqiqot yo'nalishlarini shakllantirmoqda. Chunki bu jarayon nafaqat individual darajadagi qaramlik muammosini, balki ijtimoiy va madaniy barqarorlikka ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shaxs ijtimoiylashuvi nazariyalariga ko'ra, inson faoliyati ijtimoiy me'yor va qadriyatlar asosida shakllanadi[7]. Onlayn qimor o'yinlarining keng ommalashuvi esa bu me'yorlarni buzishi, yoshlar ongida noto'g'ri qadriyatlarni singdirishi mumkin. Natijada, shaxsning sog'lom ijtimoiy muhitga moslashuvi qiyinlashadi.

Ijtimoiy psixologiyada keng qo'llaniladigan "qaramlik sindromi" tushunchasi ham onlayn qimor o'yinlari bilan bevosita bog'liqdir. Olimlarning fikricha, qimor o'yinlariga mukkasidan ketishning asosiy sababi - tezkor rag'bat va qisqa muddatli zavq orqali shaxsning motivatsion tizimini buzib qo'yishidir[8]. Bunday rag'batlar vaqt o'tishi bilan shaxsda kuchli ehtiyojga aylanib, uning kundalik faoliyatini boshqarib qo'yadi. Natijada, shaxsning ijtimoiy rollari va vazifalarida nomutanosiblik yuzaga keladi. Bu holat o'quvchilarda ta'lim jarayoniga befarqlik, talabalarda esa ijtimoiy izolyatsiya va psixologik beqarorlikni keltirib chiqaradi.

Yana bir muhim jihat shundaki, onlayn qimor o'yinlari iqtisodiy va huquqiy oqibatlariga ham olib keladi. Tadqiqotlarda qayd etilishicha, o'yinchilar ko'pincha moliyaviy yo'qotishlar tufayli stress va xavotirni boshdan kechiradilar[9]. Bu esa, psixologik salomatlikning yomonlashuviga, oilaviy nizolarning kuchayishiga va jamiyatda ijtimoiy muammolarning ortishiga sabab bo'ladi. Shu boisdan, onlayn qimor o'yinlariga qarshi kurash faqat psixologik xizmatlar doirasida emas, balki davlat siyosati, huquqiy mexanizmlar va ijtimoiy profilaktika tizimi orqali ham amalga oshirilishi lozim. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, onlayn qimor o'yinlariga qiziqish ko'proq emotsional intellekti past bo'lgan shaxslar orasida kuzatiladi[10]. Bu shaxslar o'z his-tuyg'ularini boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladilar va tashqi stimullarga tez berilib ketadilar. Natijada, qisqa muddatli zavq va rag'batlar ularning

hayotida asosiy motivatsion omilga aylanadi. Aksincha, emotsional intellekti rivojlangan shaxslar bu kabi xavfli faoliyatlardan o'zlarini tiyishga ko'proq qodir bo'ladilar.

Raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi kompleks yondashuvni talab etadigan ijtimoiy-psixologik muammo sifatida qaralishi lozim. Bu jarayonni chuqur o'rganish, nazariy asoslarini tahlil qilish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish orqali yoshlarning sog'lom ijtimoiylashuvini ta'minlash mumkin.

Xulosa. Raqamli davrning o'ziga xos xususiyati shundaki, inson faoliyatining barcha sohalariga internet texnologiyalari chuqur kirib kelmoqda. Shu jarayonda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi global miqyosda dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo sifatida namoyon bo'lib, u shaxsning individual rivojlanishiga ham, jamiyat barqarorligiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Onlayn qimor o'yinlari qisqa muddatli rag'batlar orqali shaxsda kuchli qiziqish uyg'otadi, biroq bu jarayon uzoq muddatda qaramlikni shakllantiradi. Qaramlik esa insonning ruhiy salomatligiga, iqtisodiy ahvoliga, oilaviy munosabatlariga va ijtimoiy faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, yoshlar orasida onlayn qimor o'yinlariga qiziqishning ortishi ta'lim jarayoniga befarqlik, motivatsiyaning pasayishi, stress va xavotirning kuchayishi kabi salbiy oqibatlarni yuzaga keltirmoqda. Bu holat kelajak avlodning barkamol shaxs sifatida shakllanishiga jiddiy to'siq bo'lishi mumkin.

Shu sababdan, onlayn qimor o'yinlari muammosiga faqat individual psixologik yondashuv emas, balki kompleks ijtimoiy, pedagogik va huquqiy yondashuv zarur. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni kengaytirish, yoshlarni foydali ijtimoiy loyihalarga jalb etish, emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni joriy qilish, oilalarda raqamli xavfsizlik bo'yicha ma'rifiy ishlarni olib borish muhim hisoblanadi. Shu bilan birga, davlat miqyosida qonunchilikni kuchaytirish va onlayn qimor faoliyatini nazorat qilish bo'yicha samarali mexanizmlarni ishlab chiqish zarur. Raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi individual va ijtimoiy darajada salbiy oqibatlarni keltirib chiqaruvchi murakkab hodisadir. Uni samarali hal qilish uchun pedagog, psixolog, ota-ona va davlat organlarining hamkorligi, profilaktika choralarining kuchaytirilishi hamda sog'lom raqamli muhitni shakllantirish zarur. Faqat shundagina yoshlarning ijtimoiy-psixologik barqarorligi ta'minlanadi, jamiyat esa raqamli xavf-xatarlardan himoyalangan holda rivojlanish imkoniga ega bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Виготский Л.С. *Мышление и речь*. – Москва: Лабиринт, 1999. – С. 214.
2. Williams, R. J., & Wood, R. T. *Internet Gambling: Prevalence, Patterns, Problems, and Policy Options*. – Ontario: Ontario Problem Gambling Research Centre, 2007. – P. 42.
3. Rogers C. *Freedom to Learn*. – Columbus: Charles Merrill, 1983. – P. 89.

4. Goleman D. *Emotional Intelligence*. – New York: Bantam Books, 1995. – P. 152.
5. Griffiths M. D. *Internet Gambling: Issues, Concerns, and Recommendations*. – CyberPsychology & Behavior, Vol. 6(6), 2003. – P. 557–568.
6. Xalimova M.V. *Ijtimoiy psixologiya: nazariya va amaliyot*. – Toshkent: Universitet, 2020. – B. 141.
7. Berger, P., & Luckmann, T. *The Social Construction of Reality*. – New York: Anchor Books, 1966. – P. 72.
8. Blaszczynski, A., & Nower, L. A *Pathways Model of Problem and Pathological Gambling*. – Addiction, Vol. 97(5), 2002. – P. 487–499.
9. □ Abbott, M. W., & Volberg, R. A. *The Epidemiology and Natural History of Gambling and Problem Gambling*. — Report to the Department of Internal Affairs, New Zealand, 1999. — P. 103.
10. □ Schutte, N. S., et al. *Emotional Intelligence and Interpersonal Relations*. — Journal of Social Psychology, Vol. 141(4), 2001. — P. 523–536.

O'ZBEKISTON PSIXOLOGLARI TOMONIDAN YOSHLAR MUAMMOSINING O'RGANILISHI

Mavluda Xudayarovna Fayziyeva,
QarshiDU Psixologiya kafedrası professori, psixologiya fanlari
doktori (DSc)

Kirish. Mustaqillik yillarida yoshlarning ijtimoiy-ma'naviy turmush tarzini rivojlantirish vazifasini qonunchilik darajasida ta'minlash bo'yicha olib borilgan barcha harakatlar amalga oshirilayotgan o'tish bosqichidagi islohotlarning uzviy tarkibiy qismi, yoshlarning davlat va jamiyat qurilishidagi faolligini oshirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylandi. O'zbekiston Respublikasida yoshlar xuquqlarining tengligi g'oyasi eng asosiy konstitutsiyaviy tamoyillardan biridir. Shu bois, demokratik fuqarolik jamiyati asoslarini barpo etish jarayonida yoshlar manfaatlarini ta'minlash va himoyalash, xususan, onalik va bolalikni muhofaza qilish, oilalarni mustahkamlash, yoshlarning jamiyat taraqqiyotidagi rolini oshirish, ularning siyosiy jarayonlardagi ishtirokini ta'minlash, yoshlar reproduktiv salomatligini muhofazalash, shuningdek yoshlarning ijtimoiy-ma'naviy turmush tarzini rivojlantirish bo'yicha yaxlit tadbirlar tizimi amalga oshirilmokda.

Jumladan, barcha insonshunoslik fanlari bilan bir qatorda psixologiya yo'nalishida xam yoshlar muommosini taxlil etishga qaratilgan tadqiqot ishlari keng ko'lamli amalga oshirilmoqda. Psixolog olimlar E.G'oziyev, V.Karimova, D.Muxammedova, B.Umarov, Z.Nishonova, Sh.Barotov, A.Jabborov va boshqalarning ilmiy tadqiqotlarida yoshlar muommosining psixologik jixatlariga aloxida e'tibor qaratilganligi bilan axamiyatlidir.

Yoshlarning ijtimoiy-ma'naviy turmush tarzini rivojlantirish bo'yicha manfaatlarni ta'minlash tizimi bozor iqtisodiyoti va demokratik jamiyat asoslarini chuqurlashtirish jarayonlarida qonunchilikka zamon bilan hamnafas o'zgartirishlar kiritish va ularni ta'minlash yo'lidan olib borilayotganligi xam muxim ahamiyatga ega.

Yoshlar psixologiyasida sog'lom turmush tarzini belgilovchi asosiy omillar inson salomatligini tibbiy jihatdan asrash, inson salomatligiga ta'sir etuvchi zararli oqibatlardan inson ruhiyati va tanini preventiv, ya'ni oldindan himoyalash choralarini ko'rish, inson salomatligini himoyalash nuqtai nazaridan psixologik, mehnat, dam olish, ratsional ovqatlanish meyorlarini to'g'ri taqsimlay bilishdan tarkib topadi.

Sog'lom turmush tarzi mezonlari tibbiy, jismoniy, psixologik va ruhiy, shu bilan birga inson ichki madaniyati, mafkurasi va ma'naviyati bilan holat hamda omillarni ham o'zida mujassam etadi. Shu bois, sog'lom turmush tarzi doirasidagi tushuncha jamiyatda yaratilgan shart- sharoitlardan tashqari insonning o'z salomatligiga mas'uliyati va e'tiborlilikini ham o'z mazmunida qamrab oladi.

Demak, sog'lom turmush tarzi eng avvalo inson ichki madaniyati bilan bog'liq hodisa bo'lib, uni shakllantirish davlat va jamoat tashkilotlari zimmasiga o'ziga xos mas'uliyatli vazifalarni yuklaydi. Sog'lom turmush tarzini qaror toptirish ijtimoiy zarur voqelikdir. Chunki sog'lom turmush tarzining insonlar xayotiga keng kirib borishi davlatchilik asoslarining mustahkamlanishi jamiyat ruhiyatining tetiklashuvi va inson psixologiyasida hayotdan rozilik tuyrularining mustahkamlanishiga olib keladi. Mazkur holatlar esa, o'z holida, davlatning rivojlanish jarayonlariga ijobiy ta'sir o'tkazishi muqarrardir. Demak, davlatchilikning rivojlanish tamoyillari inson salomatligi va uning sog'lom turmush tarzi bilan chambarchas aloqador voqelik bo'lib, davlat sog'lom turmush tarzini targ'ib etish orqali aholining salomatligi va ruhiyatiga ijobiy ta'sir o'tkaza oladi, bu esa pirovardida, davlatchilik asoslarining mustahkamlanishiga asos bo'lib xizmat qiladi.

Sog'lom turmush tarzi asosida oilaga tayyorlash hamda uning pedagogik psixologik aspektlarini o'rganish - yoshlar manfaatlarini muhofaza qilish jarayonining muhim yo'nalishlaridan bo'lib, mazkur yo'nalish mustaqillik yillarida o'zining yangicha mazmuni va tamoyillarini namoyon etdi.

O'zbekistonda mustaqillik yillarida yoshlarning ijtimoiy-ma'naviy turmush tarzini rivojlantirish davlat va jamiyat hayotining turli jabhalarida, shuningdek sog'lom avlod tarbiyasi va sog'lom turmush tarzini shakllantirish yo'nalishlaridagi o'ziga xos murakkab tizimning mavjudligi va amaliyoti bilan bog'likdir. Yoshlarning davlat va jamiyat hayotidagi rolini oshirish chora-tadbirlariga qaratilgan davlat, xukumat va nodavlat tizimlari sa'y-harakatlarining ilmiy o'rganilishi, amalga oshirilayotgan tadbirlar taxlili, pastdan yuqoriga qarab muammolarni o'rganish maqsadlari yoshlar manfaatlarini muhofaza qilish va rag'batlantirish maxsus mexanizm asosida faoliyat olib borishni taqozo etdi.

O'zbekiston Ruspublikasida yoshlar manfaatlarini muhofaza qilish siyosati

doirasida yoshlarning tibbiy salomatligini asrash va ularni sog'lom turmush tarzi asosida hayotga tayyorlash yo'nalishi alohida ahamiyat kasb etadi. Sog'lom turmush tarzini shakllantirish maqsadlari mazkur tushunchaning mazmun jihatdan tarkibiy qismlari, uni amalga oshiruvchi tizimlar nimalardan iborat ekanligi va kimlarga yo'naltirilganligini ilmiy belgilash vazifasini ko'ndalang qo'yadi.

Sog'lom turmush tarzi tushunchasining mazmuni quyidagilarni o'z ichiga qamrab oladi:

- insonning tibbiy salomatligi, yoshlar reproduktiv salomatligi;
- insonning ruhiy salomatligi;
- insonning jismoniy salomatligi, jismoniy tarbiya va sport;
- insonning ma'naviy-ma'rifiy va mafkuraviy sog'lomligi va sog'lom tafakkuri;
- insonning e'tiqod salomatligi, diniy bag'rikenglik va totuvlik;
- sog'lom turmush tarzini shakllantirishda oila, mahalla va maktab hamkorligi;
- mehnat qilish va dam olishning ratsional meyorlarining mavjudligi;
- inson va ratsional ovqatlanish meyorlari va madaniyati;
- insonning o'z salomatligiga munosabati, sog'lom turmush tarzi madaniyati va tafakkuri;
- sog'lom turmush tarzini olib borish uchun talab etilgan imkoniyatlarning yaratilganligi va mavjudligi;
- inson salomatligiga ta'sir etuvchi ekologik vaziyatlar;
- oila muqaddasligi tamoyili, oilaviy munosabatlarda umumbashariy va milliy qadriyatlarni asrab-avaylash;
- oilaviy madaniyat va oila a'zolari madaniyati tamoyili;
- sog'lom turmush tarzi targ'iboti, ilmiy-nazariy va ommabop adabiyotlarning mavjudligi, keng aholi qatlamlariga yetib borishi;
- inson mafkuraviy salomatligi, buzg'unchi va yot g'oyalardan o'zini asrash tamoyili, sog'lom mafkuraviy g'oyalar tizimi;
- yoshlarga qaratilgan turli tibbiy taxdidlardan asrash tizimi, targ'ibot-tashviqot ishlarining mavjudligi va samaradorligi;
- zararli odatlarga qarshi harakatlar tizimini tashkillashtirish va rivojlantirish tamoyili (ichkilikbozlik, giyohvandlik va kashandalik).

Sog'lom turmush tarzining amaliyligi - uni amalga oshiruvchi tizimlarning mavjudligi va ishonchliligi bilan uzviy bog'liq holatdir. O'sib kelayotgan yosh avlodni milliy qadriyatlarni hurmatlash, oilaviy munosabatlarga sodiqlik, oila muqaddasligini tanolish, ota-onalarga e'tibor, sog'lom turmush tarzi majburiyatlari mohiyatini anglash, oila mustahkamligi yo'lida fidoyilik fazilatlarini asosida tarbiyalab, voyaga yetkazish uzok muddatli jarayon bo'lib, bu majburiyatni amalga oshirishda nafaqat ota-onalar ishtiroki, balki ana shu masalaga mutasaddi bo'lgan barcha davlat va nodavlat tashkilotlari tizimining muntazam mehnati talab etiladi. O'zbekiston uchun xos bo'lgan yoshlar sog'lom turmush tarzini amalga oshiruvchi tizim quyidagilardan iborat:

- davlat siyosati, davlat hujjatlari, qonunlar, ular monitoringi, davlat dasturlari, ijroiya hokimiyat, qonun chiqaruvchi organlar;
 - sog'liqni saqlash tizimi, vazirlik, ularning hududiy boshqarmalari va xususiy sog'liqni saqlash institutlari va tashkilotlari;
 - jismoniy tarbiya va sport komplekslari, sport bilan shug'ullanishni targ'ib etish;
 - mamlakatdagi NNT tizimi, ularning sog'liqni himoyalash va ekologik himoya bo'linmalari;
 - oila instituti, ota-ona ibratlari;
 - ta'lim muassasalari (bog'cha, maktab, akademik litseylar, kollejlari va OO'YU).
- Har qanday ijtimoiy-siyosiy tadbir o'zining yo'naltirilgan maqsadlariga yetib bormasa, belgilangan natijalarga erisha olmasligi muqarrardir.

SPORT TURIZMIGA OID MOTIVLARINI SHAKLLANGANLIGINI TADQIQ QILISH METODOLOGIYASI

*G'ofurov Azizbek Umarjonovich,
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor*

Kirish. Bugungi kunda sport turizmi global va mahalliy miqyosda turizmning istiqbolli yo'nalishlaridan biri sifatida shakllanmoqda. Jismoniy faollik, sog'lom turmush tarzi va yangi tajribalarni izlashga bo'lgan qiziqish odamlarni sport bilan bog'liq sayohatlarga jalb qilmoqda. Sport turizmi nafaqat sport tadbirlarida ishtirok etish yoki ularni tomosha qilishni, balki turli sport faoliyat turlarini tajriba qilish orqali madaniy, ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarni ham qondirishni o'z ichiga oladi.

Sport turizmida ishtirokchilarning motivatsiyasi bu sohaning muvaffaqiyatli rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Ushbu motivlar qanday shakllanadi, ular qanday omillarga bog'liq va ular qanday metodologik yondashuvlar orqali o'rganiladi — bu savollar sport turizmi sohasi uchun dolzarb ilmiy muammolar sirasiga kiradi. Chunki, to'g'ri aniqlangan va tahlil qilingan motivatsion omillar sport turizmiga oid xizmatlarni takomillashtirish, yangi yo'nalishlarni aniqlash hamda marketing strategiyalarini ishlab chiqishda asos bo'lib xizmat qiladi.

Mazkur maqolada sport turizmiga oid motivlarning shakllanish omillari, ularni tahlil qilish metodologiyasi, mavjud yondashuvlar hamda ularni amaliyotda qo'llash imkoniyatlari atroflicha o'rganiladi. Tadqiqotning asosiy maqsadi — sport turizmidagi ishtirokchilarning qaror qabul qilish jarayonlariga ta'sir qiluvchi motivatsion omillarni aniqlash va ularni o'rganishda samarali metodologik yondashuvlarni asoslab berishdan iborat.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi globallashuv va texnologik rivojlanish sharoitida insonlarning turmush tarzi keskin o'zgarib, jismoniy faollikka, sog'lom hayot tarziga va sifatli dam olishga bo'lgan ehtiyoj ortib bormoqda. Ayniqsa, sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlovchi faoliyat turlari orasida sport turizmi tez sur'atlar bilan

rivojlanmoqda. Sport turizmi nafaqat dam olish va hordiq chiqarish vositasi, balki ijtimoiy-psixologik ehtiyojlarni qondiruvchi, jismoniy va ruhiy sog'lomlashtirishga xizmat qiluvchi muhim ijtimoiy hodisaga aylanmoqda.

Shu bilan birga, sport turizmida ishtirokchilarning ushbu faoliyatga bo'lgan qiziqishi va qatnashish istagi tasodifiy emas, balki muayyan motivatsion omillar ta'sirida shakllanadi. Ushbu motivlarning kelib chiqishi, ularning psixologik, ijtimoiy va iqtisodiy asoslarini chuqur o'rganish orqali sport turizmini yanada samarali tashkil etish, turistik xizmatlarni diversifikatsiya qilish, marketing strategiyalarini takomillashtirish mumkin.

Ammo hozirgi kunga kelib, sport turizmi ishtirokchilarining motivatsiyasini aniqlash va baholashda yagona yondashuvlar mavjud emas. Motivatsion omillarni o'rganish bo'yicha ilmiy metodologiyalar hali ham izlanish va mukammallashtirish bosqichida. Shu sababli, sport turizmi ishtirokchilarining motivlarini aniqlash va ularning shakllanish jarayonini chuqur tadqiq qilish, shuningdek, bu boradagi ilmiy metodologik yondashuvlarni ishlab chiqish – bugungi kun ilm-fani oldida turgan dolzarb masalalardan biridir.

Mazkur mavzu nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki motivatsiyani chuqur anglash sport turizmini rivojlantirish, yangi turistik mahsulotlar yaratish va aholining turizmga jalb etilishini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Sport turizmi va motivatsiya masalasi ilmiy adabiyotlarda turli nuqtai nazardan o'rganilgan bo'lsa-da, aynan sport turizmida motivlarning shakllanishi va uni tadqiq qilish metodologiyasi bo'yicha izlanishlar hali yetarli darajada tizimlashtirilmagan. Bu yo'nalishda turizm, sport psixologiyasi, sotsiologiya va marketing fanlari doirasida olib borilgan tadqiqotlar alohida ahamiyat kasb etadi.

Ko'plab xorijiy va mahalliy tadqiqotchilar sport turizmiga bo'lgan qiziqishni ichki (intrinsik) va tashqi (ekstrinsik) motivlar orqali tushuntiradi. Masalan, P. Devis (Davis, 2014) o'z tadqiqotlarida sport turizmiga bo'lgan ishtiyoqni shaxsiy qoniqish, sog'lomlashtirish, o'zini sinab ko'rish va jamiyatda o'z o'rnini topish istagi bilan bog'laydi. J. Krompton (Crompton, 1979) esa turizm motivlarini sotsiologik asosda tahlil qilib, undovchi omillar sifatida stressdan qochish, yangi muhitni kashf qilish, jismoniy faollik va sotsiallashtirishni ko'rsatadi.

Mahalliy mualliflar orasida U. Tursunov, B. Yo'ldoshev, N. Karimov kabi olimlarning turizm va sport sohasidagi tadqiqotlari e'tiborga loyiqdir. Ularning ishlarida sport turizmining rivojlanish tendensiyalari, infratuzilma, xizmat ko'rsatish sifati va iqtisodiy samaradorlik jihatlari yoritilgan bo'lsa-da, ishtirokchilarning motivatsiyasini o'rganish masalasi chuqur tahlil etilmagan.

Sport turizmidagi motivatsion omillarni tadqiq qilishda psixologik nazariyalar (Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi, Bandura o'z-o'zini anglash nazariyasi) va marketing yondashuvlari (iste'molchi xatti-harakati, ehtiyoj va talab tahlili) asosida ham

ishlanmalar mavjud. Biroq mavjud adabiyotlarda motivatsion tahlil ko‘proq umumiy turizm doirasida yoritilgan bo‘lib, sport turizmi subyektlariga nisbatan moslashtirilgan kompleks yondashuv yetishmaydi.

Shuningdek, tadqiqot metodologiyasiga doir adabiyotlarda sport turizmi ishtirokchilarining motivlarini aniqlashda so‘rovnoma, intervyu, kuzatuv va eksperiment usullari qo‘llanilayotganini ko‘rish mumkin. Biroq bu metodlarning samaradorligini ta‘minlash uchun ularni birlashtirib, tizimli yondashuv asosida olib boriladigan kompleks tadqiqotlar hozircha kam.

Xulosa qilib aytganda, sport turizmi ishtirokchilari motivatsiyasini o‘rganishga qaratilgan adabiyotlar mavjud bo‘lsa-da, bu sohada hali ko‘plab ilmiy bo‘shliqlar mavjud. Ayniqsa, motivatsiyani o‘lchashning aniq mezonlari, sport turizmiga xos psixologik va ijtimoiy omillarni kompleks tahlil qilish metodologiyasi ishlab chiqilmaganligi mavzuning dolzarbligini yanada oshiradi.

Tadqiqot metodologiyasi. Sport turizmi ishtirokchilarining motivatsion omillarini aniqlash va ularning shakllanish jarayonini o‘rganish murakkab, ko‘p omilli ijtimoiy-psixologik hodisani tadqiq etishni talab qiladi. Shu sababli mazkur tadqiqotda interdisiplinar yondashuv asosida, ya‘ni sotsiologiya, psixologiya, marketing va turizm nazariyasining ilmiy usullari uyg‘unlashtirilgan holda metodologik asoslar ishlab chiqildi.

1. Tadqiqotning yondashuvi va uslubiy asoslari:

Tadqiqot muammoli-analitik va empirik yondashuv asosida olib boriladi. Bunda mavjud nazariyalar tahlil qilinib, amaliyotdagi real holat bilan taqqoslanadi. Motivatsiyaning shakllanish mexanizmlarini aniqlashda quyidagi nazariyalar tayanch bo‘ldi:

- Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi
- Bandura o‘z-o‘zini anglash nazariyasi
- Kromptonning turizm motivlari tasnifi
- Psixografik va sotsiografik yondashuvlar

2. Tadqiqot usullari:

Sport turizmiga oid motivlarni aniqlashda miqdoriy (kvantitativ) va sifat (kvalitativ) tadqiqot usullari uyg‘unlashtirildi:

• So‘rovnoma (anketali so‘rov): tadqiqotda ishtirok etuvchi fuqarolardan turli yosh, jins, daromad darajasiga ega respondentlar tanlab olinib, sport turizmiga bo‘lgan motivatsiyasi haqida savollar tuzildi. Likert shkalasi asosida baholash tizimi qo‘llanildi.

• Yarim tuzilgan intervyular: sport tadbirlarida ishtirok etgan turistlar va tashkilotchilar bilan chuqur suhbatlar o‘tkazilib, motivlar va ularning shakllanish omillari sifat jihatdan tahlil qilindi.

• Kuzatuv: amaliy sport sayohatlari davomida ishtirokchilarning xatti-harakatlari, qiziqishlari va rag‘bat omillari bevosita kuzatilib, ularning tahlili amalga oshirildi.

•Tahlil va umumlashtirish: olingan ma’lumotlar statistik va kontent tahlil asosida qayta ishlanib, asosiy motivatsion yo‘nalishlar aniqlandi.

3. Tanlanma (sample):

Tadqiqot tanlanmasi sport turizmi bilan shug‘ullanayotgan yoki qiziqish bildirgan 18 yoshdan 50 yoshgacha bo‘lgan 300 nafar ishtirokchini o‘z ichiga oldi. Respondentlar yoshi, jinsi, ta’lim darajasi, jismoniy faollik darajasi va sportga bo‘lgan munosabatiga ko‘ra guruhlariga ajratildi.

4. Ma’lumotlarni qayta ishlash:

So‘rovnoma natijalari SPSS dasturiy ta’minoti yordamida qayta ishlanib, quyidagi tahlil usullari qo‘llanildi:

- Deskriptiv statistika (o‘rtacha qiymat, dispersiya, moda va median)
- Faktor tahlili – motivatsion omillar guruhlanishi
- Korelyatsion tahlil – omillar orasidagi bog‘liqlik
- Sifatli tahlil – intervyulardagi asosiy mavzularni aniqlash

5. Cheklovlar va tavsiyalar:

Tadqiqotda geografik hudud va ishtirokchilar soni cheklangan bo‘lib, bu natijalarni umumlashtirishda ehtiyotkorlikni talab qiladi. Kelgusida kengroq tanlanma asosida, mintaqaviy yoki xalqaro darajada tadqiqot olib borish tavsiya etiladi.

Muhokama. Olib borilgan tadqiqotlar natijasida sport turizmiga oid motivlarning shakllanishi ko‘p omilli va murakkab jarayon ekanligi aniqlandi. Respondentlar bilan o‘tkazilgan so‘rovlar, intervyular va kuzatuvlar asosida ishtirokchilarning sport turizmida qatnashishiga turtki bo‘luvchi asosiy motivatsion omillar quyidagilardan iborat ekanligi aniqlandi:

- Sog‘liqni tiklash va jismoniy faollikni oshirish istagi
- Yangi muhit, joy va tajribalarni kashf qilish qiziqishi
- Ijtimoiy aloqalarni kengaytirish va sotsiallashtirish ehtiyoji
- O‘zini sinab ko‘rish, shaxsiy yutuqqa erishish motivlari
- Stress va kundalik hayot bosimidan xalos bo‘lish istagi

Tadqiqotda ishtirokchilarning yoshi, jinsi, ijtimoiy mavqei, sportga bo‘lgan munosabati kabi omillar motivatsion ustuvorlikka bevosita ta’sir qilishi kuzatildi. Masalan, yosh ishtirokchilar ko‘proq sarguzasht va ekstremal sport turlariga qiziqish bildirgan bo‘lsa, o‘rta yoshdagilar sog‘liq va hordiq chiqarishga yo‘naltirilgan sport sayohatlarini afzal ko‘rdi.

Muhim jihatlardan biri — respondentlarning ko‘pchiligi sport turizmi haqida yetarlicha ma’lumotga ega emasligi, bu esa sohaning targ‘ibot va marketing darajasining hali sust ekanligini ko‘rsatadi. Bu holat sport turizmi xizmatlarini ishlab chiqishda ishtirokchilarning ehtiyoj va motivatsiyasiga mos ravishda takliflar yaratish zarurligini anglatadi.

Bundan tashqari, motivatsion omillarni o‘rganishda qo‘llanilgan metodlar

(so'rovnoma, intervyu, kuzatuv) o'zini oqlagan bo'lsa-da, yanada chuqurroq psixologik tahlillar va uzoq muddatli monitoring uslublari bilan boyitilsa, natijalar aniqroq va kengroq bo'lishi mumkin edi.

Amaliy tavsiyalar:

1. Sport turizmi xizmatlarini segmentlashtirish: Turistlarning yoshi, jins, sportga qiziqish darajasi va ehtiyojlariga mos turistik paketlar ishlab chiqish lozim.
2. Motivatsion omillar asosida marketing strategiyalarini ishlab chiqish: Sport turizmini sog'lom turmush tarzi, sarguzasht va ijtimoiy aloqalar bilan bog'lab targ'ib qilish samarali natija beradi.
3. Hududiy sport obyektlari va infratuzilmani rivojlantirish: Mahalliy sport-turizm marshrutlari uchun qulay sharoitlar yaratish, logistika va xavfsizlikni ta'minlash zarur.
4. Tashrif buyuruvchilar ehtiyojini muntazam o'rganish: So'rovnoma, fikr-mulohaza va mijozlar tahlili orqali xizmatlarni doimiy takomillashtirish tavsiya etiladi.

Xulosa. O'tkazilgan tadqiqotlar sport turizmi ishtirokchilarining motivatsiyasi murakkab, ko'p qirrali jarayon ekanligini ko'rsatdi. Motivatsion omillar shaxsning individual ehtiyojlari, ijtimoiy muhit, jismoniy sog'liq, madaniy qadriyatlar, iqtisodiy imkoniyatlar va turizm xizmatlari darajasi bilan bevosita bog'liq ekani aniqlandi.

Tadqiqot natijalari quyidagi asosiy xulosalarni beradi:

1. Sport turizmi motivlari orasida sog'lomlashtirish, yangi tajriba orttirish, o'zini sinab ko'rish, ijtimoiy aloqalarni kengaytirish kabi omillar ustunlik qiladi.
2. Motivatsion omillar yosh, jins, daromad darajasi, jismoniy faollik va sportga bo'lgan munosabatga qarab farqlanadi, bu esa turistik mahsulotlarni segmentlash va moslashtirish zaruratini ko'rsatadi.
3. Tadqiqot metodologiyasi sifatida qo'llangan so'rovnoma, intervyu va kuzatuv usullari sport turizmida ishtirokchilarning ehtiyoj va qaror qabul qilish omillarini aniqlashda samarali bo'ldi.
4. Sport turizmiga oid motivatsion tadqiqotlar hali yetarlicha chuqur o'rganilmagan bo'lib, ayniqsa, milliy mentalitet, mintaqaviy xususiyatlar va psixologik yondashuvlar nuqtai nazaridan ilmiy izlanishlarga ehtiyoj mavjud.

Shunday qilib, sport turizmi ishtirokchilarining motivatsiyasini chuqur tahlil qilish va bu borada metodologik yondashuvlarni ishlab chiqish soha rivoji uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Kazimova, Z. (2022). Sport turizmi ishtirokchilarining motivatsiyasini o'rganish metodlari. – "Innovatsion ta'lim" ilmiy jurnali, №4.
2. Crompton, J. L. (1979). Motivations for pleasure vacation. Annals of Tourism Research, 6(4), 408–424.

3. Maslou, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
4. Davis, P. (2014). *Sport Tourism: An Introduction and Overview*. Routledge, London.
5. Tursunov, U. (2020). *Turizm asoslari*. Toshkent: “Fan va texnologiya” nashriyoti.
6. Yo‘ldoshev, B. (2021). *Turizm psixologiyasi va motivatsiya masalalari*. Toshkent: Iqtisod-Moliya.
7. Karimov, N. (2019). O‘zbekistonda sport turizmini rivojlantirish omillari. *Ilmiy-amaliy jurnal “Turizm va madaniy meros”*, №2.

IXTISOSLASHTIRILGAN TA’LIM MUHITIDA O‘QUVCHILAR SHAXSINI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK QO‘LLAB-QUVVATLASH ZARURIYATI

*Andijon davlat pedagogika instituti doktoranti
G‘ulomov Nozimjon Kozimjon o‘g‘li*

Kirish. Ixtisoslashtirilgan ta’lim muhitida o‘quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash bugungi kunda ta’lim sohasida ustuvor yo‘nalishlardan biri sifatida qaralmoqda. Chunki o‘quvchilarning faqatgina bilim olishi emas, balki ular shaxs sifatida kamol topishi, ijtimoiy munosabatlarga moslashishi va ruhiy barqarorligi ta’lim samaradorligining asosiy shartlaridan hisoblanadi. Mazkur jarayonda pedagogik va psixologik qo‘llab-quvvatlash o‘quvchilar shaxsining ijtimoiy tajribani egallashida, o‘z-o‘zini anglashida va ijodiy salohiyatini yuzaga chiqarishida hal qiluvchi omil bo‘lib xizmat qiladi.

Ixtisoslashtirilgan maktablarda ta’lim olayotgan o‘quvchilar, odatda, o‘z qobiliyatlari, qiziqishlari va ma’lum sohalarga bo‘lgan moyilliklari bilan ajralib turadilar. Shu bilan birga, ularda individual yondashuvni talab etadigan turli psixologik ehtiyojlar mavjud bo‘ladi. Agar bu ehtiyojlar o‘z vaqtida va to‘g‘ri qo‘llab-quvvatlanmasa, ta’lim jarayonida qator qiyinchiliklar, jumladan, moslashishdagi muammolar, o‘quv motivatsiyasining pasayishi hamda shaxsiy rivojlanishda to‘siqlar yuzaga kelishi mumkin. Shuning uchun ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasalarida ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini samarali tashkil etish o‘quvchilarning ma’naviy-axloqiy rivojlanishi, ijtimoiy faoliyati va mustaqil fikrlashini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Mazkur masalaning dolzarbligi shundan iboratki, ixtisoslashtirilgan ta’lim muhitida o‘quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash nafaqat individual rivojlanishni ta’minlaydi, balki jamiyatda barkamol, faol, mas’uliyatli shaxslarni shakllantirishga ham xizmat qiladi. Shu sababli bu mavzuni chuqur ilmiy tadqiq etish, milliy va xorijiy tajribalar asosida ilmiy asoslangan xulosalar ishlab chiqish ta’lim

jarayonining sifatini oshirish, shuningdek, o'quvchilarni zamon talablari darajasida tarbiyalashga yordam beradi.

Asosiy qism. Ixtisoslashtirilgan ta'lim muhitida o'quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashning nazariy asoslari, avvalo, shaxs rivojlanishining psixologik qonuniyatlariga tayanadi. L.S. Vygotskiy o'z tadqiqotlarida bolaning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog'liqligini ta'kidlab, "yaqin rivojlanish zonasi" tushunchasini ilmiy muomalaga kiritgan bo'lib, bu jarayonda kattalar va tengdoshlarning ko'magi bolaning keyingi rivojlanishi uchun poydevor bo'lishini ko'rsatib beradi[1]. Shuningdek, A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasi o'quvchilarning faoliyat jarayonida ijtimoiy tajribani o'zlashtirishini va shaxsiy sifatlarini shakllantirishini asoslab beradi[2]. Bu g'oyalar ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida shaxsni qo'llab-quvvatlash zaruriyatini nazariy jihatdan isbotlab beradi.

Ixtisoslashtirilgan ta'lim muhitida ta'lim olayotgan o'quvchilar o'z qobiliyatlari, qiziqishlari va muayyan sohalarga moyilliklari bilan ajralib turadi. Ularning rivojlanishida individual yondashuv va psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi o'quvchilarda moslashuvdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy izolyatsiya, stress va motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin[3]. Masalan, K. Rogersning shaxsiga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi o'quvchi shaxsiga ishonch bildirish, uni tinglash va erkinlik muhitini yaratishni psixologik qo'llab-quvvatlashning samarali mexanizmlaridan biri sifatida ko'rsatadi[4]. Bu yondashuv ayniqsa ixtisoslashtirilgan maktablarda qo'llanishi zarur, chunki bu muassasalarda ta'lim jarayoni o'quvchilarning individual qobiliyatlarini yuzaga chiqarishga yo'naltirilgan.

Ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashning nazariy asoslari, shuningdek, biopsixososial konsepsiyaga tayangan holda ham tahlil qilinadi. Bu yondashuvga ko'ra, inson shaxsi biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi[5]. Shu sababli ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida o'quvchilarga faqat intellektual rivojlanish nuqtayi nazaridan emas, balki ularning emotsional holati, kommunikativ malakalari va ijtimoiy faoliyatini qo'llab-quvvatlash nuqtayi nazaridan ham yondashish zarur. Aks holda, o'quvchilarda bilim olish samaradorligi pasayadi, shaxsiy rivojlanishda to'siqlar yuzaga keladi.

Mazkur nazariy qarashlardan kelib chiqib aytish mumkinki, ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida o'quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash jarayoni kompleks yondashuvni talab etadi. Bunda pedagog, psixolog, ota-ona va jamiyat hamkorligi asosida o'quvchining ehtiyojlarini qondirish, uning individual qobiliyatlarini ro'yobga chiqarish hamda sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni yaratish muhim ahamiyat kasb etadi[6]. Shunday qilib, shaxsni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash nafaqat ta'lim samaradorligini oshirish, balki barkamol va faol fuqarolik pozitsiyasiga ega shaxsni tarbiyalashning ham poydevori bo'lib xizmat qiladi.

Ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi o'quvchilar shaxsiy rivojlanishini ta'minlash bilan birga, ularning jamiyatda faol

ishtirok etishi uchun zarur bo'lgan kommunikativ va moslashuvchanlik ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi. Masalan, J. Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasida bola intellektining shakllanishi faqat individual faoliyat emas, balki ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir jarayonida sodir bo'lishi ta'kidlanadi[7]. Bu nazariy asos ixtisoslashtirilgan maktablarda o'quvchilar uchun ijtimoiy hamkorlikni qo'llab-quvvatlashning zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa. Yuqoridagi ilmiy tahlillardan kelib chiqib aytish mumkinki, ixtisoslashtirilgan ta'lim muhitida o'quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash ta'lim jarayonining ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi. Bu jarayon o'quvchilarning intellektual rivojlanishini ta'minlash bilan birga, ularning shaxsiy barqarorligini mustahkamlash, ijtimoiy moslashuvini yengillashtirish va ijodiy salohiyatini ro'yobga chiqarishga xizmat qiladi. Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv, emotsional qo'llab-quvvatlash, psixologik maslahatlar hamda ijtimoiy hamkorlik tizimining samarali yo'lga qo'yilishi o'quvchilarning ta'lim sifati va tarbiyaviy jarayonlar samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Shuningdek, xalqaro va milliy tajribalar ko'rsatadiki, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi o'quvchilarning faqat bilim olish jarayoniga emas, balki ularning hayotiy ko'nikmalarini shakllantirish, jamiyatga faol integratsiyalashuviga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bu esa ta'lim jarayonida kompleks yondashuvni qo'llash, ya'ni pedagog, psixolog va ota-onalar hamkorligini kuchaytirishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Виготский Л.С. *Мышление и речь*. — Москва: Лабиринт, 1999. — С. 245.
2. Леонтьев А.Н. *Деятельность. Сознание. Личность*. — Москва: Смысл, 2005. — С. 102.
3. Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. *Педагогика*. — Москва: Академия, 2002. — С. 187.
4. Rogers C. *Freedom to Learn*. — Columbus: Charles Merrill, 1983. — P. 56–60.
5. Engel G.L. *The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine*. — Science, Vol. 196, 1977. — P. 129–136.
6. Abdullayeva N. *Psixologik xizmat va uning ta'lim tizimidagi o'rni*. — Toshkent: Fan, 2018. — B. 73.
7. Piaget J. *The Psychology of Intelligence*. — London: Routledge, 2001. — P. 87.
8. Goleman D. *Emotional Intelligence*. — New York: Bantam Books, 1995. — P. 34–40.
9. Xalimova M.V. *Ijtimoiy psixologiya: nazariya va amaliyot*. — Toshkent: Universitet, 2020. — B. 119.

OILADA GENDER TENGLIKNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK ASOSLARI

*G'aniyeva Xalimaxon Axmadxonovna,
FDU, Psixologiya kafedrası dotsenti*

Kirish. Gender – bu, erkak va ayollar o'rtasidagi ijtimoiy, xulq-atvor va madaniy farqlarni o'z ichiga olgan ko'p qirrali tushunchadir. Oila shaxsning shakllanishi va rivojlanishi uchun muhim ijtimoiy institut bo'lib xizmat qiladi. Oila psixologiyasi doirasida gender masalalarini o'rganish zamonaviy jamiyat uchun katta ahamiyatga ega. Chunki gender stereotiplari va ro'llari oila a'zolarining munosabatlariga, ularning o'zini-o'zi anglashiga va psixologik farovonligiga chuqur ta'sir ko'rsatishi mumkin. Gender tushunchasi jamiyatda erkak va ayollarning ijtimoiy, xulqiy va madaniy farqlarini anglatadi. Gender ro'li esa shaxsning jinsiga qarab jamiyat tomonidan belgilangan xulq-atvor, majburiyatlar va normalar majmuidir. Oila – insonning shakllanishi va rivojlanishi uchun muhim ijtimoiy institutdir. Oila psixologiyasida gender masalalarini o'rganish zamonaviy jamiyat uchun dolzarb ahamiyatga ega. Chunki, gender stereotiplari va rollari oila a'zolarining munosabatlariga, ularning o'z-o'zini anglashiga va psixologik salomatligiga ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy jamiyatda gender rollari sezilarli darajada o'zgarmoqda. Ayollarning ta'lim olishi, kasbiy faoliyat bilan shug'ullanishi va jamoat hayotida faol ishtirok etishi kuzatilmoqda. Bu esa oila ichidagi munosabatlarga, er-xotinlarning va ota-onalarning roliga ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bilan birga, gender stereotiplari va zo'ravonlik kabi muammolar ham mavjud. Ushbu maqolada oila psixologiyasidagi gender masalalari keng qamrovli ravishda ko'rib chiqiladi. **Maqolaning maqsadi** – gender muammolarining oila a'zolariga ta'sirini tahlil qilish va ularni hal etish yo'llarini ko'rsatib berishdan iborat. Gender tushunchasi, gender rollari va stereotiplari, ularning oilaviy munosabatlarga ta'sirini tushuntirish. Ayollarning jamiyatdagi va oiladagi ro'li, erkaklarning oiladagi o'zgaruvchan ro'li va bu tendensiyalarning oilaviy munosabatlarga ta'sirini ko'rib chiqish. Gender stereotiplarining oila a'zolarining o'zini anglashiga, o'zaro munosabatlariga va hatto zo'ravonlikka olib kelishi mumkinligini ko'rsatish. Gender tengligining oila a'zolarining psixologik salomatligi va farovonligi uchun muhimligini, tenglikka asoslangan oilalarda farzandlarning shaxsiyati erkin rivojlanishini ta'kidlash. Gender zo'ravonligining turlari, uning oqibatlarini va unga qarshi kurashish yo'llarini tahlil qilish. Gender masalalarini o'rganishning zamonaviy oilalarning muammolarini tushunish va ularni hal etish uchun muhimligini ta'kidlash. Gender stereotiplarini yengib o'tish, oilada gender tengligiga erishish va gender zo'ravonligining oldini olish bo'yicha tavsiyalar berish.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

Ushbu maqola oila psixologiyasi, gender tadqiqotlari va sotsiologiya sohalaridagi keng qamrovli ilmiy adabiyotlar, jumladan, kitoblar, ilmiy maqolalar va dissertatsiyalar

tahliliga asoslangan holda yozildi. Tadqiqot metodologiyasi sifatida qiyosiy tahlil, sintez va mavjud tadqiqot natijalarini umumlashtirish kabi ilmiy usullardan foydalanilgan.

Natijalar va tahlillar. O'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, zamonaviy jamiyatda an'anaviy gender ro'llari sezilarli darajada o'zgarishlarga duch kelmoqda. Ayollar tobora ko'proq ta'lim olishga intilmoqdalar, professional martaba orttirish va jamiyat hayotida faol ishtirok etishmoqdalar. Ushbu o'zgarish oila ichidagi munosabatlarga, er-xotinlarning va ota-onalarning rollariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Gender stereotiplari oila a'zolarining bir-birini qanday qabul qilishiga ta'sir qilishi, ularning o'zaro munosabatlarini shakllantirishi va hatto zo'ravonlikka olib kelishi mumkin. Masalan, "erkaklar kuchli bo'lishi kerak" va "ayollar muloyim va itoatkor bo'lishi kerak" kabi stereotiplar oilada tengsizlik va zo'ravonlik uchun zamin yaratishi mumkin. Oilada gender tengligiga erishish oila a'zolarining psixologik farovonligi va umumiy ravnaqi uchun juda muhimdir. Tenglik, o'zaro hurmat va hamkorlikka asoslangan oilalarda farzandlar o'z shaxsiyatini erkin rivojlantirishlari va o'z potentsialini to'liq ro'yobga chiqarishlari uchun qulay sharoit yaratiladi.

Oiladagi gender zo'ravonligi – bu, ko'pincha ayollarga nisbatan sodir etiladigan jismoniy, psixologik va iqtisodiy zo'ravonlikning bir shaklidir. Bunday zo'ravonlik oila a'zolarining psixologik salomatligiga jiddiy zarar yetkazadi va uning oldini olish bo'yicha zudlik bilan choralar ko'rish zarur.

Xulosa. Ushbu maqola oila psixologiyasidagi gender masalalariga bag'ishlangan bo'lib, unda gender rollarining o'zgarishi, gender stereotiplarining ta'siri, gender tengligining ahamiyati va oiladagi gender zo'ravonligi kabi muhim mavzular ko'rib chiqildi. Maqolada ko'rsatib o'tilganidek, zamonaviy jamiyatda gender rollari sezilarli darajada o'zgarmoqda. Ayollar tobora ko'proq ta'lim olishga intilmoqdalar, professional martaba orttirish va jamiyat hayotida faol ishtirok etishmoqdalar. Bu esa oila ichidagi munosabatlarga, er-xotinlarning va ota-onalarning rollariga ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bilan birga, gender stereotiplari va zo'ravonlik kabi muammolar hamon mavjud. Gender stereotiplari oila a'zolarining bir-birini qanday qabul qilishiga ta'sir qilishi, ularning o'zaro munosabatlarini shakllantirishi va hatto zo'ravonlikka olib kelishi mumkin. Oiladagi gender zo'ravonligi esa ko'pincha ayollarga nisbatan sodir etiladigan jismoniy, psixologik va iqtisodiy zo'ravonlikning bir shakli bo'lib, uning oldini olish bo'yicha zudlik bilan choralar ko'rish zarur. Maqolada oilada gender tengligining ahamiyati alohida ta'kidlandi. Gender tengligiga erishish oila a'zolarining psixologik farovonligi va umumiy ravnaqi uchun juda muhimdir. Tenglik, o'zaro hurmat va hamkorlikka asoslangan oilalarda farzandlar o'z shaxsiyatini erkin rivojlantirishlari va o'z potentsialini to'liq ro'yobga chiqarishlari uchun qulay sharoit yaratiladi. Xulosa qilib aytganda, oila psixologiyasida gender masalalarini o'rganish zamonaviy oilalar duch kelayotgan muammolarni tushunish va ularni samarali hal etish uchun muhim ahamiyatga ega. Gender stereotiplarini yengib o'tish, oilada gender

tengligini ta'minlash va gender zo'ravonligining oldini olish orqali biz yanada sog'lom va baxtli oilalar qurishimiz mumkin.

Ushbu maqola doirasida ko'rib chiqilgan masalalar oila psixologiyasida gender masalalarining murakkab va ko'p qirrali ekanligini ko'rsatadi. Ushbu muammolarni hal etish uchun jamiyatning barcha a'zolarining, jumladan, oila a'zolarining, psixologlarning, pedagoglarning va boshqa mutaxassislarning birgalikdagi sa'y-harakatlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ann Goetting va Sarah Hill. Gender and Family.: T. 2021.
2. Constance L. Hammen va Kristin M. Perrone. The Routledge Handbook of Family Psychology. 2022.
3. Ross D. Parke va Michael E. Lamb. Family Psychology: Theory, Research, and Practice. 2023.
4. Judith A. Myers-Walls. Gender, Sexuality, and Intimacy in Families. 2020.

IJTIMOY TARMOQLARDA PSIXOLOGIK XAVFSIZLIK VA XAVF OMILLARI

G'iyosiddinov Muhridin Qobuljon o'g'li

O'qituvchi

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti

Namangan filiali

Kirish. Raqamli texnologiyalar rivojlanishi natijasida ijtimoiy tarmoqlar kundalik hayotning ajralmas qismiga aylandi. Bugungi kunda nafaqat muloqot, balki ta'lim, biznes va shaxsiy rivojlanish ham ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshmoqda. Shu bilan birga, ushbu muhitda psixologik xavfsizlik masalasi ham dolzarb bo'lib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda xavfsizlikning buzilishi yoshlarning ruhiy salomatligiga, shaxsiy identifikatsiyasiga va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Metodologiya. Tadqiqot Namangan viloyatidagi oliy ta'lim muassasalarida o'tkazildi. So'rovnoma usuli qo'llanilib, 18–25 yosh oralig'idagi 100 nafar talaba ishtirok etdi. So'rovnomada quyidagi savollar berildi:

1. Siz ijtimoiy tarmoqlarda o'zingizni qanchalik xavfsiz his qilasiz?
2. Siz kiberbulling holatiga duch kelganmisiz?
3. Ijtimoiy tarmoqlarda o'zingizni boshqalar bilan solishtirish odatiy holatmi?
4. Kuniga necha soat ijtimoiy tarmoqlardan foydalanasiz?

Natijalar. So'rovnoma natijalari quyidagicha bo'ldi:

- Xavfsizlik hissi: 63% talaba ijtimoiy tarmoqlarda o'zini xavfsiz his qilmasligini aytgan.

- Kiberbulling: 41% talaba kiberbullingga guvoh bo'lganini, 27% esa shaxsan o'zi bunga duch kelganini ma'lum qilgan.

- O'zini solishtirish: 58% respondent o'zini boshqalar bilan tez-tez solishtirishini bildirgan.

- Foydalanish vaqti: Talabalarining 34% kuniga 3–4 soat, 22% esa 5 soatdan ortiq ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o'tkazadi.

Ko'rsatkich	Foiz (%)
O'zini xavfsiz his qilmaydi	63
Kiberbullingga guvoh bo'lgan	41
Shaxsan kiberbullingga duch kelgan	27
O'zini solishtirish holati	58
Kuniga 5 soatdan ortiq foydalanuvchi	22

Munozara. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlarda psixologik xavfsizlikni ta'minlash hali to'liq darajada yo'lga qo'yilmagan. Kiberbulling, yolg'on axborot va ijtimoiy solishtirish sindromi yoshlar ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shuningdek, ortiqcha vaqt ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazilishi internet qaramligiga olib kelishi mumkin. Shu sababli ta'lim muassasalari, psixologlar va ota-onalar yoshlarning onlayn faoliyatini nazorat qilishlari va profilaktik chora-tadbirlarni amalga oshirishlari muhimdir.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlarda psixologik xavfsizlikni ta'minlash o'smirlar va talabalar ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot natijalari xavf omillarining keng tarqalganligini ko'rsatadi. Shu bois, xavfsizlik madaniyatini shakllantirish, ijtimoiy tarmoqlarda etik qoidalarini targ'ib qilish va psixologik yordam xizmatlarini yo'lga qo'yish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova, V.M. (2019). Psixologik xavfsizlik va yoshlar muammolari. Toshkent: Fan nashriyoti.
2. To'xtaxo'jayev, B. (2020). O'smirlar psixologiyasida internet xavflari. O'zbekiston psixologiya jurnali, 2(4), 45–53.
3. Livingstone, S., & Smith, P.K. (2014). Annual Research Review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 55(6), 635–654.
4. Boyd, D. (2014). It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press.
5. Луков, В.А. (2018). Социальные сети и подростки: возможности и риски. Вестник психологии и педагогики, 1(3), 12–18.
6. Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, Social Media & Technology 2018.

Pew Research Center.

7. Valkenburg, P.M., & Peter, J. (2011). Online communication and adolescent well-being. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 16(2), 200–209.

8. Turkle, S. (2017). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ УЗБЕКСКОЙ СЕМЬИ И ИХ РЕШЕНИЯ

Гафурова Нодира Мирхасиловна

*Ташкентский государственный медицинский университет,
д.ф. пед.н. (PhD), доцент кафедры социальных наук, педагогики и
психологии*

Современная узбекская семья претерпевает интенсивные изменения под влиянием урбанизации, миграции трудоспособного населения, экономических преобразований и глобализации информационного поля. Эти трансформации изменяют традиционные семейные роли, систему поддержки и механизмы разрешения конфликтов, что отражается на психическом здоровье членов семьи. Цель статьи — систематизировать основные психологические проблемы, выявляемые в современных узбекских семейных системах, и предложить практические, научно обоснованные пути их решения с учётом культурного контекста.

Для анализа мы использовали сочетание следующих подходов:

- Системный семейный подход: семья рассматривается как целостная система, в которой изменение в одной части влияют на всю систему.
- Теория привязанности: качество ранних отношений с родителями определяет эмоциональную регуляцию и способность к построению отношений.
- Экологическая модель Бронфенбреннера: индивидуальное поведение и здоровье зависят от взаимодействия микросреды (семья, школа), мезосреды (взаимосвязи между этими институтами) и макросреды (культура, экономические институты, миграционная политика).

Были выделены следующие основные психологические проблемы:

1. Миграция и дисфункция семейных ролей. Массовая трудовая миграция (внутренняя и внешняя) приводит к длительной разлуке членов семьи, перераспределению обязанностей и увеличению количества семей, где один родитель выполняет одновременно роль матери и отца. В итоге выявляются психологические последствия: повышенная тревожность и депрессия у членов, особенно у детей; нарушения привязанности; чувство утраты устойчивости семейной системы.

2. Экономический стресс и семейное функционирование. В последствии

экономических трудностей, безработица и нестабильность доходов усиливают семейные конфликты. усиление агрессии, снижение родительской эмоциональной доступности, ухудшение качества воспитания, риск злоупотребления психоактивными веществами.

3. Трансформация гендерных ролей и межпоколенческие конфликты. Молодое поколение испытывает влияние глобальных ценностей, меняются ожидания относительно образования, карьер и гендерной равенства; старшее поколение чаще придерживается традиционных норм. Последствия: конфликты ценностей, давление на молодых, ухудшение коммуникации, рост семейных разрывов.

4. Стигма психических расстройств и недостаток доступа к помощи. Психические проблемы часто замалчиваются, предпочтение отдается семейным или религиозным формам разрешения проблем; дефицит квалифицированной психосоциальной помощи, особенно в сельской местности. Последствия: усугубление заболеваний, позднее обращение за помощью, рост хронических проблем.

5. Насилие в семье и незащищённость женщин и детей. Характеристика: домашнее насилие может быть скрыто из-за культурных табу и экономической зависимости; дефицит доступных и безопасных служб поддержки. Последствия: травмы, посттравматические реакции, межпоколенные передачи паттернов насилия.

Рекомендации и практические решения

1. Межуровневый подход к вмешательствам. Политика и инфраструктура: усиление социальной защиты семей с низким доходом, доступ к декретным отпускам, поддержка семей мигрантов, создание муниципальных центров помощи. Образование и профилактика: внедрение программ психологической грамотности в школы (умение распознавать эмоции, навыки коммуникации), тренинги для родителей по позитивному воспитанию и управлению стрессом (например, адаптированные форматы программ типа Triple P). Здоровоохранение: интеграция психосоциальной помощи в первичную медико-санитарную помощь; подготовка семейных психологов и клинических психологов с учётом локального контекста.

2. Культурная адаптация терапевтических методов. Использование семейной терапии и краткосрочных структурированных программ, адаптированных под коллективистские ценности, акцент на решениях и ресурсах семьи. Включение религиозных и общинных лидеров в программы просвещения для снижения стигмы и повышения доверия к сервисам.

3. Поддержка семей мигрантов. Создание информационных линий и консультационных сервисов для членов семей, оставшихся в стране; программы для укрепления связей (регулярное общение, планирование заботы о детях).

Психосоциальная работа с детьми из семей мигрантов в школах: группы поддержки, наставничество.

4. Борьба с насилием в семье. Развитие многоуровневых протоколов обнаружения и вмешательства: обучение медицинских и образовательных работников выявлению и безопасному реагированию на случаи насилия. Создание приютов, горячих линий и правовой помощи; работа над экономической независимостью уязвимых женщин.

5. Обучение и кадровое развитие. Масштабные образовательные программы для социальных работников, учителей и медицинских работников по базовым навыкам психического здоровья и семейной помощи. Поддержка дистанционных форм обучения и супервизии для специалистов в отдалённых районах.

6. Использование цифровых технологий. Разработка локализованных мобильных приложений и онлайн-платформ для доступа к psychoeducation, самопомощи и телепсихотерапии; особенно полезно в регионах с дефицитом специалистов. При этом важна защита конфиденциальности и учёт цифрового неравенства.

Рекомендуется смешанный методологический подход: количественные исследования для оценки распространённости проблем и корреляций (опросы населения, шкалы стресса/депрессии), и качественные исследования (глубинные интервью, фокус-группы) для понимания локальных представлений и барьеров. Выбор репрезентативных выборок по урбан/сельским территориям, регионам и по группам семей (мигрантские, многодетные, малообеспеченные). Этические соображения: обеспечение конфиденциальности, безопасность участников, адаптация инструментов оценки под локальные языки и культурные особенности.

В статье использован обобщённый анализ теоретических подходов и наблюдений, без привязки к конкретным масштабным эмпирическим данным по Узбекистану; для разработки детальных политик требуется локальная эмпирика.

Заключение. Психологические проблемы современной узбекской семьи многокомпонентны и связаны с экономическими, культурными и демографическими изменениями. Их эффективное решение требует межсекторного подхода: сочетания социальных мер, развития психосоциальных сервисов, культурно адаптированных терапевтических программ и образовательных инициатив. Приоритеты — расширение доступа к помощи, снижение стигмы, поддержка семей мигрантов и профилактика насилия. Долгосрочный эффект возможен при координации государственных программ, образовательных учреждений и профессионального сообщества психологов и социальных работников.

Рекомендации

- Интегрировать базовые услуги психического здоровья в первичную медпомощь.

- Запустить пилотные программы семейной терапии в регионах с последующей масштабируемостью.
- Обучать учителей и медицинских работников навыкам раннего выявления проблем.
- Поддерживать инициативы для экономической стабильности семей и программу помощи семьям мигрантов.
- Создавать безопасные механизмы реагирования на бытовое насилие и поддерживать реабилитацию пострадавших.

Список литератур:

1. Мирзаев М. Психологические аспекты семейной жизни в современных условиях Узбекистана. Ташкент 2019 г.
2. Каримова N. Миграция и её влияние на детей: семейный взгляд. Ташкент 2021г.
3. Саидов А. Гендерные роли и межпоколенческие конфликты в узбекской семье. 2020г.

INGLIZ TILI FANI O'QITUVCHILARIDA KASBIY SO'NISH MUAMMOSINI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.

Ganjiyev Feruz Furqatovich

Buxoro davlat universiteti professori, Psixologiya fanlari doktori (DSc)

Teshayev O'lmasjon Isomiddin o'g'li

Buxoro davlat universiteti magistranti

Kirish. Ingliz tili o'qituvchilari, boshqa soha vakillari kabi, o'z kasbining murakkab va mas'uliyatli xususiyatlariga ko'ra, turli xil psixologik va emotsional yuksalishlar bilan yuzlashadi. Kasbiy so'nish, o'qituvchining o'z ishiga nisbatan motivatsiyasining kamayishi, energiyasining so'nishi, hissiy holatining pasayishi va umumiy ruhiy holatining zaiflashishi kabi holatlarni anglatadi. Bu muammo o'qituvchilarning samarali ishlashiga, shuningdek, o'qituvchilarga ta'lim berish sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Kasbiy so'nish muammosining oldini olish uchun psixologik xususiyatlar va usullar juda muhim ahamiyatga ega. Ingliz tili o'qituvchilari uchun bunday holatni oldini olishda quyidagi psixologik omillarni inobatga olish lozim:

Motivatsiya: O'qituvchilarning ishga bo'lgan qiziqish va motivatsiyasini yuqori darajada saqlab qolish. Ularning o'qitishdagi shaxsiy maqsadlari va yutuqlari, kasbiy rivojlanishlariga ijobiy ta'sir qiladi.

O'zini o'zi anglash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash: O'qituvchilar o'z ishlarini va professional rollarini yaxshiroq anglashlari, o'zlarining hissiy holatlarini boshqarish uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni olishlari zarur.

Stressni boshqarish: O'qituvchilar stressni kamaytirish va uni samarali

boshqarish uchun psixologik texnikalar va usullarni qo'llashlari kerak. Bu kasbiy so'nishni kamaytirishda yordam beradi.

Kasbiy o'sish va rivojlanish: O'qituvchilar yangi bilim va ko'nikmalarni olish, o'zining pedagogik yondashuvlarini yangilash orqali professional rivojlanishni davom ettirishi kerak.

Kasbiy so'nishni oldini olishda psixologik yondashuvlar, o'qituvchilarning kasbiy ruhiyatini va hissiy holatini yaxshilashga xizmat qiladi, bu esa o'z navbatida ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Ingliz tili fani o'qituvchilarida kasbiy so'nish muammosini oldini olishning psixologik xususiyatlari, pedagogika va psixologiya sohalarida keng ilmiy tadqiqotlar mavzusiga aylangan. Kasbiy so'nish — bu o'qituvchining ishga bo'lgan qiziqishi va energiyasining yo'qolishi, emosional va intellektual darajada yuksalishning kamayishi, shuningdek, o'qituvchining professional o'sishiga to'sqinlik qiladigan ruhiy holatlar yig'indisidir. Bu muammo, ayniqsa, o'qituvchilarning ta'lim jarayonida samaradorligini kamaytiradi va ularning kasbiy qoniqlashlarini pasaytiradi. Kasbiy so'nish masalasini o'rganishda bir qator olimlar va ularning ilmiy ishlari muhim ahamiyatga ega.

Kristina Maslax va Maykel Leyter kasbiy so'nish konsepsiyasini ilgari surgan va uni ta'riflagan birinchi olimlardandir. Ularning "*Maslax Burnout Inventory*" (MBI) degan asari kasbiy so'nishning uchta asosiy omilini ko'rsatadi:

- Emotsional so'nish — o'qituvchi yoki ishchining ishga bo'lgan shaxsiy aloqasi kamayib, o'zini charchagan va his qilishni yo'qotgan his qiladi.
- Depersonalizatsiya — o'qituvchi yoki ishchi o'quvchilarga yoki mijozlarga shaxsiy munosabatda bo'lishni yo'qotadi, bu esa ularning profesional yondashuvini susaytiradi.
- Kam qoniqlash — o'qituvchi o'zining ishidan ko'proq rohat olishni xohlaganida, ishning samarasi past bo'lishi sababli qoniqlash darajasi kamayadi.

Maslax va Leyterning tadqiqotlari, kasbiy so'nishni aniqlash va uni boshqarish uchun eng asosiy psixologik parametrlarni taqdim etdi.

Pines va Maslax kasbiy so'nishning psixologik yondashuvlarini yanada chuqurlashtirib o'rgandilar. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, o'qituvchilarning ishga nisbatan motivatsiyasining yo'qolishi, emosional stress va kasbiy yomonlashtirishni keltirib chiqaradi. Ular, shuningdek, o'qituvchilarning o'zlarini ijtimoiy va emosional jihatdan qo'llab-quvvatlash zarurligini ta'kidlashdi. Ularning fikriga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'qituvchilarning kasbiy so'nishiga qarshi kurashishning muhim usulidir.

Gerbert Froydenberger kasbiy so'nishning birinchi psixologik tushunchalarini ishlab chiqqan olimlardan biri hisoblanadi. Uning 1974-yilda e'lon qilingan "*Burnout: The High Cost of High Achievement*" asari o'qituvchilar va tibbiyot xodimlarining kasbiy so'nishini tadqiq qilishga bag'ishlangan. Froydenberger o'qituvchilarning o'z

ishlariga to'liq bog'lanib qolishi va o'zlari uchun cheklangan vaqt va energiya sarflab, emotsional holatni yo'qotishlarini aniqladi. Uning fikriga ko'ra, kasbiy so'nishning eng katta sababi o'qituvchining o'zini haddan tashqari berishidir.

Kris Kyriasu o'qituvchilarda kasbiy so'nish muammosini o'rganib chiqib, kasbiy so'nishning pedagogik oqibatlarini tahlil qildi. Uning ilmiy ishlarida o'qituvchilarning ishlash sharoitlari, darslar va ish yuklamalari, o'qituvchilarni boshqarish tizimi va o'quvchilar bilan o'zaro aloqalarining kasbiy so'nishga ta'siri yoritilgan. Kyriacou, shuningdek, o'qituvchilarning ruhiy holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi omillardan biri sifatida kasbiy rivojlanishni va o'qituvchilarga samarali o'zgarishlarga yo'l ochishni ta'kidlaydi.

Demerouti va boshqalar kasbiy so'nish muammosini "Job Demands-Resources" (JD-R) modelida tahlil qilishdi. Bu model, o'qituvchilarning ishlashdagi talablari (masalan, o'quvchilarning ehtiyojlari, darsning murakkabligi) va ish resurslari (masalan, o'qituvchining o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash) o'rtasidagi muvozanatni tushuntiradi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, agar ish talablari resurslardan oshib ketadigan bo'lsa, bu kasbiy so'nishni kuchaytiradi.

Schaufeli va Bakker kasbiy so'nish muammosiga yana bir yangi yondashuvni ishlab chiqdilar. Ular o'qituvchilarning ishlash motivatsiyasini va emosional holatlarini "engagement" (faollik) konsepsiyasiga asoslanib tahlil qilganlar. Ularning fikriga ko'ra, o'qituvchilarning ishga bo'lgan faolligi va ijobiy ruhiy holati kasbiy so'nishni oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, o'qituvchilarda yuqori darajadagi faollik va ishtiyoq kasbiy so'nishning oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Ingliz tili o'qituvchilarida kasbiy so'nish muammosini oldini olish uchun psixologik xususiyatlarni tushunish va bu masalani ilmiy nuqtai nazardan yoritish muhimdir. Maslax va Leyter, Pines va Maslax, Froydenberger, Kyriasu, Demerouti va boshqalar kabi olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar, kasbiy so'nishning psixologik, ijtimoiy va professional jihatlarini chuqur tahlil qilishga imkon berdi. Ularning ishlari, kasbiy so'nishning oldini olish uchun o'qituvchilarga ruhiy va emosional qo'llab-quvvatlash, motivatsiya, o'zini anglash va kasbiy rivojlanishni davom ettirishning zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Kasbiy so'nish o'qituvchilarning o'z ishlariga nisbatan motivatsiyasining yo'qolishi, emotsional charchoq va hissiy holatning pasayishi kabi holatlarni ifodalaydi. Bu muammo, ayniqsa, Ingliz tili o'qituvchilari uchun alohida dolzarb bo'lishi mumkin, chunki ingliz tili o'qituvchilarining o'z vazifalariga bo'lgan yondashuvlari, shaxsiy kuchlari va pedagogik stress bilan to'liq bog'liqdir. Kasbiy so'nishni oldini olishda psixologik xususiyatlar va omillarni tahlil qilish, o'qituvchilarning sog'lom ish muhitini yaratishga yordam beradi. Quyida bu muammoning oldini olish uchun zarur bo'lgan psixologik xususiyatlar muhokama qilinadi.

1. Motivatsiya va kasbiy maqsadlar. Kasbiy so'nishni oldini olishda o'qituvchilarning motivatsiyasi muhim rol o'ynaydi. O'qituvchilar o'z ishlariga nisbatan yuqori darajadagi qiziqish va intilishni saqlab qolishlari zarur. Maslax va Leyter tomonidan ishlab chiqilgan kasbiy so'nish modelida, kasbiy so'nishning asosiy sababi sifatida motivatsiyaning pasayishi ko'rsatilgan. Ingliz tili o'qituvchilari o'z maqsadlarini aniq belgilab, ular o'z ishlarining ahamiyatini anglashlari kerak. Maqsadlarga erishishning qoniqarli natijalari, ularni kasbiy so'nishdan himoya qilishda muhim omil hisoblanadi. Shuningdek, o'qituvchilar o'zlarining pedagogik yondashuvlarini muntazam yangilab, kasbiy rivojlanishga harakat qilishlari lozim.

2. O'zini o'zi anglash va shaxsiy salomatlik. Kasbiy so'nishni oldini olishda o'qituvchilarning o'zini o'zi anglash va shaxsiy salomatliklarini yuqori darajada saqlashlari kerak. O'qituvchilar o'zlarining hissiy va psixologik holatlarini boshqarish, stressni kamaytirish va stress bilan kurashish uchun psixologik texnikalardan foydalanishlari zarur. Stress va charchoqni boshqarish uchun turli usullar, masalan, nafas olish mashqlarini bajarish, meditatsiya, vaqtni samarali boshqarish va emotsional intellektni rivojlantirish o'qituvchilarning ishdagi samaradorligini oshiradi va kasbiy so'nishni kamaytiradi. O'zini anglash va salomatlikni ta'minlash, o'qituvchining professional holatini yaxshi saqlashga yordam beradi, bu esa o'qituvchining ruhiy salomatligini mustahkamlaydi.

3. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamoaviy ruhiyat.

Kasbiy so'nishni oldini olishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhim rol o'ynaydi. O'qituvchilarning o'zaro aloqalari va jamoaviy ruhiyat kasbiy so'nishning oldini olishda muhimdir. O'qituvchilar, ayniqsa, stressli va og'ir vaziyatlarda o'zaro yordam olishlari va boshqalar bilan o'z fikrlarini bo'lishishlari kerak. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'qituvchining kasbiy so'nishning oldini olish uchun kuchli resurs hisoblanadi. Bu qo'llab-quvvatlashning turli shakllari bo'lishi mumkin: hamkasblar bilan doimiy muloqot, boshqaruvdan yoki ota-onalardan yordam olish va o'qituvchining individual ehtiyojlariga mos resurslar yaratish.

4. Dengizni o'rganish: Pedagogik stress va stressni boshqarish.

O'qituvchilarning kasbiy so'nishiga olib keluvchi asosiy omillardan biri bu pedagogik stressdir. Ingliz tili o'qituvchilari uchun darslarning har xil qiyinchiliklari, o'quvchilarning turli ehtiyojlari, o'qitish metodologiyasining o'zgarishi va ishlash yuklamalarining ko'pligi kasbiy so'nishni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli, stressni boshqarish va o'qituvchilarga pedagogik stress bilan kurashish bo'yicha yordam berish juda muhimdir. Stressni samarali boshqarish uchun o'qituvchilar nafaqat o'z vaqtlarini rejalashtirish, balki dars jarayonlarini va pedagogik metodlarni optimallashtirishni ham o'rganishlari kerak. Buning natijasida, o'qituvchining kasbiy so'nishga qarshi kurashish uchun mustahkam psixologik tayyorgarlik bo'ladi.

5. Kasbiy rivojlanish va o'quvchilarga yangi yondashuvlar.

Kasbiy so'nishni oldini olish uchun o'qituvchilarning kasbiy rivojlanishi va yangi

pedagogik yondashuvlarni o'zlashtirish juda muhimdir. O'qituvchilar yangi metodlar va innovatsion o'qitish usullarini o'rganish orqali o'z ishlariga bo'lgan qiziqish va ishtiyoqni saqlab qolishlari mumkin. Kasbiy o'sish nafaqat o'qituvchining professional rivojlanishiga, balki uning ishiga bo'lgan munosabatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'qituvchining o'z kasbiga bo'lgan muhabbatini va ruhiyatini yuqori darajada saqlab qolish uchun kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini doimiy ravishda kengaytirish zarur.

6. O'qituvchilarni motivatsiya qilish va mukofotlash tizimi.

Kasbiy so'nishni oldini olishning yana bir muhim psixologik xususiyati bu o'qituvchilarning samarali motivatsiyasi va mukofotlash tizimidir. Mukofotlar va rag'batlar o'qituvchilarning ishga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi. O'qituvchilarga o'z ishlari uchun qadrlanish va tan olinish hissi berish, ularning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi. Mukofotlash tizimi shuningdek, o'qituvchilarning o'z maqsadlariga erishishdagi muvaffaqiyatlarini nishonlash imkoniyatini taqdim etadi va bu ularning kasbiy so'nishga qarshi kurashishlarini qo'llab-quvvatlaydi.

Ingliz tili o'qituvchilarida kasbiy so'nishni oldini olishning psixologik xususiyatlarini o'rganish, ta'lim sifatini yaxshilash uchun juda muhimdir. O'qituvchilarning motivatsiyasi, o'zini o'zi anglash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish va kasbiy rivojlanish kabi omillar, ularning ruhiy holatini qo'llab-quvvatlashda asosiy rol o'ynaydi. Shuningdek, o'qituvchilarning kasbiy so'nishga qarshi kurashish imkoniyatlari to'g'risida o'zgarishlar kiritish, ta'lim jarayonini yanada samarali va chidamli qilishga yordam beradi. Kasbiy so'nishni oldini olish uchun ilg'or psixologik yondashuvlar va samarali ish muhitini yaratish zarur.

Xulosa. Ingliz tili fani o'qituvchilarida kasbiy so'nish muammosini oldini olish, o'qituvchining professional va shaxsiy hayotida salbiy oqibatlarga olib keladigan bir qator muammolarni engillashtirishga qaratilgan muhim jarayondir. Kasbiy so'nish, o'qituvchining ishga bo'lgan qiziqishining yo'qolishi, emotsional charchoq va motivatsiyaning kamayishi bilan ifodalanadi. Bu holat nafaqat o'qituvchining o'ziga, balki o'qituvchilarga ta'lim berish sifatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Psixologik jihatdan, kasbiy so'nishni oldini olish uchun o'qituvchilarning ruhiy va emosional holatlarini qo'llab-quvvatlash zarur. Bu jarayonda bir qator psixologik xususiyatlar muhim rol o'ynaydi, jumladan:

Motivatsiya va kasbiy maqsadlar: O'qituvchilarning ishga bo'lgan ishtiyoqi va qiziqishini yuqori darajada saqlashlari kerak. O'zining pedagogik maqsadlarini aniq belgilab, o'z ishining ahamiyatini anglash, o'qituvchining kasbiy so'nishga qarshi kurashishda muhim omil hisoblanadi.

O'zini o'zi anglash va shaxsiy salomatlik: O'qituvchilar o'z hissiy va psixologik holatlarini boshqarish, stressni kamaytirish va o'zini yaxshi his qilish uchun psixologik texnikalar va usullarni qo'llashlari zarur. Stressni samarali boshqarish, o'qituvchining ruhiy holatini mustahkamlashga yordam beradi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamoaviy ruhiyat: O'qituvchilar orasidagi

ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, bir-birlariga yordam berish va muloqot qilish, kasbiy so'nishning oldini olishda katta ahamiyatga ega. Jamoaviy ruhiyatni mustahkamlash o'qituvchining hissiy holatini yaxshilaydi.

Kasbiy rivojlanish: O'qituvchilar o'z kasbiy malakalarini oshirish, yangi pedagogik metodlar va yondashuvlarni o'zlashtirish orqali ishga bo'lgan ishtiyoqni saqlab qolishlari mumkin. Kasbiy o'sish va innovatsion o'qitish usullarini joriy etish, o'qituvchining ruhiy holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Stressni boshqarish va vaqtni samarali rejalashtirish: Pedagogik stressni boshqarish va ish yuklamalarini optimallashtirish, o'qituvchilarning ruhiy va jismoniy holatini yaxshilashga yordam beradi. Vaqtni samarali rejalashtirish va dars jarayonlarini boshqarish kasbiy so'nishning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa qilib aytganda, ingliz tili fani o'qituvchilarida kasbiy so'nishni oldini olishning psixologik xususiyatlari o'qituvchining o'zini hissiy va ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlashga, kasbiy o'sish va motivatsiyasini oshirishga qaratilgan bo'lishi kerak. O'qituvchilarga ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish, motivatsiya va kasbiy rivojlanish imkoniyatlari yaratish, kasbiy so'nishni kamaytirishga yordam beradi. Shu bilan birga, o'qituvchining ta'lim jarayonidagi samaradorligini oshirib, o'qituvchilarga yuqori sifatli ta'lim berishga imkon yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ананев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананев. -СПб.: 2001. - 288 с.
2. Белановская, О.В. Психическое выгорание педагогов как признак их профессиональной деформации // Психологическое сопровождение образовательного процесса: сб. науч.ст.: в 2 ч. / Под общ.ред. Е.Л. Касяник. - Минск: РИПО, 2014. - Ч.2. - С. 32-33.
3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. - М.: ПЕРСЭ, 2006. - 350 с.
4. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. - СПб.: Питер, 1999. - 105 с. 6. Дяченко, М.И. Психология высшей школы / М.И. Дяченко, Л. А. Кандыбович. - Минск: Изд - во БГУ, 2000. - 145 с.
5. Ермакова Е.В. Изучение синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) // Культурно-историческая психология / Е.В. Ермакова. - 2010. - Т 6. - № 1. - С..
6. Есарева З.Ф. Особенности деятельности преподавателя высшей школы. / З. Ф. Есарева. - Л. : Изд-во Ленинградский университет, 2003. - С 152.

UYUSHMAGAN YOSHLAR GURUHI PSIXODIAGNOSTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI

*Haydarov Shaxriyor Shuxrat o'g'li
Buxoro xalqaro universiteti dotsenti*

Kirish. Jahonda ijtimoiy farovonlikni ta'minlashga xizmat qiladigan psixologik xizmatning tashkil etilishi bo'yicha zamonaviy strategiyaga asoslangan texnologiyalar amaliyotga tatbiq etishga alohida ahamiyat berilmoqda. Global miqyosda ichki ishlar xodimlari orasida ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar keng tarqalgan. AQShdagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, politsiya xodimlarining taxminan 26% i depressiya, 35% i esa travmadan keyingi stress buzilishi (PTSD) kabi muammolardan aziyat chekadi. Shu bilan birga, politsiyachilar orasida o'z joniga qasd qilish xavfi umumiy aholiga qaraganda 9-10 barobar yuqoriroq bo'lib, psixologik xizmatlarga ehtiyojni kuchaytiradi¹⁸. Shu jihatdan ichki ishlar tizimida faoliyat ko'rsatayotgan xodimlar uchun psixologik xizmat va uni bevosita amalga oshirish mexanizmlarini takomillashtirish, psixoprofilaktik ishlarning modeli va tuzilmasini ishlab chiqish hamda uning ijtimoiy-psixologik istiqbollari nazariy va empirik jihatdan tadqiq qilish masalalari bo'yicha tizimli ishlar amalga oshirilmoqda.

Bugungi kunda Xorijda psixologik xizmat yo'nalishi alohida jarayon sifatida Davlat ta'lim departamenti tomonidan alohida nazoratga olinmoqda. Chunki har bir davlatning rivojlanishi bevosita shaxs va uning ichki salohiyatiga xos psixologik imkoniyatlardan to'g'ri foydalana olishga ko'p jihatdan bog'liq. Ushbu dolzarblikni nisbatan teranroq hamda tezroq anglagan amerikaliklar psixologik xizmat bo'yicha allaqachon dastlabki dadil qadamlarni qo'ygan edilar. Xorijda psixologik xizmat tarixiga nazar soladigan bo'lsak, amerikaning dastlabki amaliyotchi psixologlari o'zini o'zi tarbiyalash jarayonini o'rganuvchi eksperimental psixolog sifatida o'z faoliyatlarini boshlashgan. Keyinchalik esa ular maktabda psixologik xizmatni yo'lga qo'yishgan. Bunda ular turli intellektual testlarni qo'llash orqali bolalarning aqliy taraqqiyoti bilan bog'liq intellekt koeffitsienti (IQ) ni aniqlashni tavsiya etganlar. Bu esa keyinchalik Amerikadagi "Gaydens" maktabi xizmatining shakllanishiga asos bo'lgan. XX asr boshlarida bolalarning kasbiy yo'nalganligini aniqlashga qaratilgan maxsus xizmat maktabi joriy qilinadi. Jumladan, dastavval Frenk Parson tomonidan 1908 yil Amerikaning Boston shahrida yoshlarni kasbiy yo'nalganligini monitoring qiluvchi Rasmiy Uyushma tashkil etilib, bu Uyushma faoliyati "Gaydens"chilar faoliyati misolida rivojlantiriladi.

Psixologik xizmat va uning tashkil qilinishi hamda rivojlanishiga ta'sir etuvchi psixologik mexanizmlarning metodologik tamoyillari takomillashtirish muammosi M.G.Davletshin, R.X.Dushanov, G'.B.Shoumarov, Sh.R.Baratov, D.Sh.Barotova, Z.R.Ibodullaev, V.M.Karimova, Z.T.Nishanova, I.M.Xaydarov, B.N.Sirliyev,

¹⁸ JAMA Network: "Prevalence of Mental Illness and Mental Health Care Use Among Police Officers"

N.A.Sog'inov, B.R.Qodirov va boshqalar tomonidan tadqiq etilgan.

MDH mamlakatlari olimlaridan A.G.Asmolov, Sh.A.Nadirashvili, D.N.Uznadze, G.M.Andreeva, Y.M.Zabrodin, K.A.Abulxonova-Slavskaya, Y.A.Anufriev, L.P.Grimak, B.F.Lomov, N.S.Leytes, E.A.Golubeva, L.I.Bojovich, A.A.Bratko va boshqalar tomonidan psixologik xizmatning shaxs va faollik tamoyiliga adekvat yondashuv muammosi bilan bog'liq tadqiqotlar olib borilgan.

Xorij olimlaridan T.A.Kitvel, A.Maslou, V.V.Rozelnblat, X.Xekhauzen, G.Eberleyn, D.Nevv, L.D.Gissen, U.V.Kala, V.V.Rudik, X.Leymets, G.O.Mattes, D.B.Karnegi va boshqalar tomonidan psixologik xizmatning muvaffaqiyatli tashkil etilishi uchun muhim nazariy-ilmiy ahamiyat kasb etuvchi ijtimoiy psixologik vazifalarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotlar olib borilgan.

Psixologik xizmatning maqsadi o'smirlarning psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ularni hayotiy qiyinchiliklarni yengib o'tishga tayyorlashdan iborat. Asosiy vazifalari:

- Psixologik diagnostika va monitoring o'tkazish;
- Psixokorreksion tadbirlarni amalga oshirish;
- Psixologik profilaktika ishlarini tashkil etish;
- O'qituvchilar va ota-onalar bilan hamkorlikda ishlar olib borish;
- Emotsional va ijtimoiy kompetentlikni rivojlantirish.

4. O'smirlarga samarali yordam ko'rsatish usullari

- Individual va guruhli maslahatlar tashkil etish;
- Kognitiv-bixevioral terapiya uslublarini qo'llash;
- Art-terapiya, psixodrama va metaforali texnikalardan foydalanish;
- Emotsional intellektu rivojlantiruvchi mashg'ulotlar o'tkazish;
- Stressni boshqarish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha treninglar tashkil etish.

Psixologik xizmatda amaliy metodlar va tadqiqot natijalari

2024 yilda olib borilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, muntazam ravishda psixologik maslahat va treninglarda qatnashgan o'smirlar orasida stress darajasi 35% ga kamaygan, o'qishga bo'lgan qiziqish esa 25% ga oshgan.

Amaliyotda qo'llaniladigan samarali metodlar:

- Relaksatsiya va nafas olish mashqlari;
- Muvofiqlashtiruvchi va motivatsion intervyular;
- Qiyin holatlarni tahlil qilish uchun "keysli metod".

O'smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu bosqichda o'smir jismoniy, psixologik va ijtimoiy jihatdan ulg'ayib, o'z shaxsiyligini shakllantirishga intiladi. Bu jarayonda ko'pgina muammolar yuzaga keladi: shaxsiy identifikatsiya muammolari, motivatsiyaning pasayishi, ijtimoiy munosabatlarda qiyinchiliklar va emotsional noustuvorlik. O'smirlarga mos ravishda va

to'g'ri ravishda psixologik xizmat ko'rsatish orqali ularning shaxsiy rivojlanishiga, ichki muvozanatining saqlanishiga yordam berish mumkin.

O'smirlik 10-18 yoshlarni qamrab oladigan davrdir. Bu bosqichda quyidagi xususiyatlar namoyon bo'ladi:

- Fiziologik o'sish va gormonal o'zgarishlar;
- Mustaqil fikr va qaror qabul qilishga intilish;
- Ijtimoiy maqom topish va o'z o'rnini aniqlashga bo'lgan ehtiyoj;
- Emotsional labillik, kayfiyatning tez o'zgarishi;
- O'ziga va boshqalarga bo'lgan munosabatda keskin o'zgarishlar.

2. O'smirlarda uchraydigan asosiy psixologik muammolar

- Identifikatsiya va shaxsiylik muammolari;
- Agressiya va qo'pollik ko'rinishlari;
- Depressiya va stress holatlari;
- Ta'limga qiziqishning kamayishi va akademik qiyinchiliklar;
- Ijtimoiy moslashuv muammolari;
- O'z-o'ziga ishonchsizlik va ijtimoiy fobiyalar.

O'smirlarga psixologik xizmat ko'rsatish nafaqat ularning shaxsiy va akademik rivojlanishi uchun, balki kelgusi hayotda muvaffaqiyatli va sog'lom shaxs bo'lib shakllanishlari uchun ham muhim ahamiyatga ega.

Mazkur xizmat samaradorligini oshirish uchun quyidagilar tavsiya etiladi:

etish;

- Ota-onalar bilan psixo-ag'oxlantirish ishlarini olib borish;
- Psixologlarning malakasini oshirish va innovatsion metodikalarni joriy etish;

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Баратов Ш.Р. Психология ва ижтимоий фаоллик. – Бухоро, 2021.
2. Ермаков П.М. Психология подростков. – Москва, АСТ, 2020.
3. Фрейд З. Инсон ривожланиши назариялари. – Тошкент, Илм, 2019.
4. Алишеров М.К. Ўсмирлик даври психологияси. – Тошкент, 2018.
5. UNICEF Report, 2023: "Mental Health Interventions for Adolescents".

"OILADA PSIXOLOGIK NOSOG'LOM MUHIT VA NLP NING O'RNI"

FDU, Pedagogika - psixologiya va san'atshunoslik fakulteti, amaliy psixologiya yo'nalishi, 23.21-guruh talabasi Husanov Bahromjon Sdiqjon o'g'li.

Kirish.Bugungi kunda oilaviy tarbiya tizimi jiddiy sinovlarga duch kelmoqda. Ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqot murakkablashib, ko'pincha samarali aloqa o'rnini qichqiriq va bosim egallamoqda. Raqamli texnologiyalar, telefon va televizor

ekranlari mehr va samimiy suhbatlarning o'rnini egallab bormoqda. Natijada bir uyda yashayotgan ota-ona va farzand turli "dunyo"larda hayot kechirmoqda.

Psixologik nosog'lom muhit oqibatida bolalarda quyidagi salbiy holatlar kuchayib bormoqda:

O'ziga ishonchsizlik - bolaning o'z qobiliyatlarini qadrlay olmasligi, doimiy shubha ostida qolishi.

Tashvish va stressning yuqori darajasi - xavfsizlik hissining yo'qolishi va barqarorlikning buzilishi.

Yopiq xulq va muloqotning pasayishi - ijtimoiy ko'nikmalarning rivojlanmasligi, do'stona munosabatlarga qiyinchilik tug'ilishi.

An'anaviy "ayb topsam jazolayman" tarbiya uslubi bugungi davrda samarasiz bo'lib qolmoqda. Endilikda bola bilan raqobat qilish emas, balki samarali aloqa o'rnatish davri boshlandi. Shuning uchun ham zamonaviy psixologik yondashuvlar, xususan, Neyro-lingvistik dasturlash (NLP) oilaviy tarbiyada inqilobiy kalit sifatida qaralmoqda. Ko'pincha NLPni motivatsion shiorlar bilan adashtirishadi. Aslida esa NLP chuqur ilmiy asosga ega:

Neuro (miya) - inson miyasi tashqi tajribalarni qanday qayta ishlashi va kodlashi.

Linguistic (til) - til, so'z, ohang va nutq vositalari orqali ongga qanday signallar yuborilishi.

Programming (dasturlash) - bu signallar natijasida xatti-harakat, fikr va his-tuyg'ular qanday shakllanishini tushuntiradi.

Demak, har bir gap - bu kod, har bir ohang - bu signal. Masalan:

"Sen har doim shunday eplolmaysan!" - bu ibora bolaning ongida "men ojizman" degan dastur o'rnatadi.

"Men senga ishonaman, bu safar sen uddalaysan" - bu esa bolaning ongida "men harakat qilsam, eplayman" degan ijobiy dasturni shakllantiradi.

Oila - bu bolaga ta'lim va tarbiya beradigan birinchi va eng muhim maktabdir. Ayniqsa, 0-7 yosh oralig'i psixologiyada kritik davr hisoblanadi. Chunki bu yoshda bola muloqot uslublarini o'zlashtiradi. Har bir gap, ohang va yuz ifodasi bola ongiga chuqur singadi.

Emotsional munosabatlar bolaning keyingi butun hayotiga ta'sir qiladi.

Shuning uchun ota-onaning har bir so'zi, ovoz ohangi va hattoki tana tili bolaning dunyoqarashi va o'ziga bo'lgan ishonchini shakllantiradi.

Reprezentativ tizimlarni aniqlash va moslashish:

NLPning asosiy mashqlaridan biri bu reprezentativ tizimlarni aniqlashdir. Har bir inson dunyoni uch asosiy kanal orqali qabul qiladi:

Vizual (ko'ruv) - "ko'rdim", "yorqin tasavvur qildim" kabi ifodalar ishlatadi.

Audial (eshituv) - "eshitdim", "qulog'imga chalinadi" kabi so'zlardan foydalanadi.

Kinestetik (his-tuyg'u, sezgi) - "sezdim", "og'irlikni his qildim" kabi iboralardan

foydalanadi.

Masalan, kimdir rahbarning asabiylashganini “sezdim” desa (kinestetik), boshqasi “hissiyotini yuzida ko‘rdim” (vizual), yana boshqasi “gapidagi titroqni eshitdim” (audial) deb tasvirlashi mumkin.

Bu iboralar suhbatdoshning qanday kanalda axborotni qabul qilishga moyilligini ko‘rsatadi. Agar ota-ona bola bilan uning asosiy kanaliga mos tilda muloqot qilsa, aloqa samaradorligi bir necha baravar oshadi.

Psixologiyada bu hodisa insonning ichki dunyo modeli bilan bog‘liq. Har bir bola real hayotni to‘g‘ridan-to‘g‘ri emas, balki ongida qayta ishlangan model orqali qabul qiladi. Bu model esa:

Tajribalarni qanday umumlashtirishi,

Qaysi narsani muhim deb bilishi,

Qanday his-tuyg‘u va xulq shakllantirishini belgilaydi.

Shunday qilib, bola dunyo haqidagi o‘z xaritasini yaratadi. Bu xarita - uning butun keyingi hayotidagi xatti-harakat va qarorlarni boshqaruvchi asosiy dasturdir.

NLP va reprezentativ tizimlar: oilaviy tarbiya jarayonida

Bola va ota-ona o‘rtasidagi muloqot jarayoni oddiy so‘z almashishdan iborat emas. U inson ongining chuqur mexanizmlari bilan bog‘liq bo‘lib, bunda reprezentativ tizimlar hal qiluvchi o‘rin tutadi. Har bir inson tashqi tajribalarni ma‘lum bir modal kanal orqali qayta ishlaydi: vizual (ko‘rish), audial (eshitish) yoki kinestetik (sezish, his qilish). Shuning uchun ham odamlarning nutqida aynan shu tizimga mos keluvchi predikatlar (fe‘llar, sifatlar va ravishlar) ko‘proq uchraydi.

Masalan, vizual tipdagi bola “men buni ko‘rdim” desa, audial tipdagi bola “eshitdim” deydi, kinestetik bola esa “sezdim” deb ifodalaydi. Demak, insonning nutqidagi predikatlar - uning ichki tajribalarini qanday modellashirishini ko‘rsatib beruvchi til kalitlaridir. Bu kalitlar orqali biz bolaning dunyoni qanday qabul qilayotganini, qanday his qilayotganini va axborotni qanday tarzda qayta ishlashini aniqlashimiz mumkin.

Til - bola ongiga yoziladigan dastur

Psixologiyada bola “o‘zini qanday ko‘radi?” degan savolga javob berilganda, bu ko‘pincha ota-onaning ishlatadigan tili orqali shakllanishi qayd etiladi. Chunki bola:

O‘zini qanday ko‘rishni ota-onaning so‘zlari orqali o‘rganadi,

O‘zini qanday eshitishni ota-onaning intonatsiyasi orqali his qiladi,

O‘zini qanday sezishni ota-onaning munosabatidan anglaydi.

Har bir so‘z bola uchun buyruq, har bir ohang esa signal vazifasini bajaradi. Shuning uchun NLP texnologiyasi ota-onaga bola ongiga ongli, nozik va ijobiy dasturlarni qanday o‘rnatishni o‘rgatadi.

NLPda ishlatiladigan eng kuchli metodlardan biri bu - Rapport (ishonch aloqasi o‘rnatish). Bola sizni chin dildan eshitishini istasangiz, avvalo uning ritmiga moslashingiz kerak. Masalan:

Bola g'azablanganida - ota-ona tinchlanishi,

Bola jim turganda - ota-ona shoshmasligi,

Bola hissiyotga berilganda - ota-ona shunchaki "uning ritmiga kirishi" zarur.

Shundan so'nggina bolaning emotsional holatini asta-sekin ijobiy tomonga o'tkazish mumkin.

Ikkinchi samarali usul - Reframing (xatti-harakatni qayta talqin qilish). Masalan, bola yig'laganda oddiy reaksiya ko'pincha "Qo'y, yig'lama!" bo'ladi. NLP yondashuvida esa: "Hozir senga nimadir og'ir yoki tushunarsiz bo'lyapti, men seni tinglashga tayyorman" deyiladi. Bunday yondashuv bolaning emotsional ongini mustahkamlaydi, o'zini qadrlashini oshiradi va ota-ona bilan ishonchli muloqot o'rnatadi.

Reprezentativ tizimlarga mos muloqot

NLP ota-onaga bolaning asosiy qabul qilish kanaliga mos ravishda gapirishni o'rgatadi:

Vizual bola uchun: "Ko'ryapmanki, sen harakat qilyapsan."

Audial bola uchun: "Men seni eshitdim va ovozingdan tushundim."

Kinestetik bola uchun: "Men sening holatingni his qilyapman."

Bunday yondashuv bolaning ichki dunyosida "men ko'rilayapman, eshitalayapman, sezilayapman" degan mustahkam dastur o'rnatadi.

"Kalitlar" - ichki tajribani ochuvchi belgilar

NLP amaliyotida "kalitlar" insonning ichki jarayonlarini anglashga yordam beruvchi psixologik ko'rsatkichlar sifatida qaraladi. Ular quyidagilardan iborat:

Ko'z harakati yo'nalishlari (vizual, audial, kinestetik jarayonlarga mos),

Predikatlar (nutqda ishlatiladigan fe'llar, sifatlar, ravishlar),

Nafas olish uslubi (chuqur, sekin, yuzaki va h.k.),

Tana holati va imo-ishoralar (pozitsiya, qattqlik yoki bo'shashganlik),

Tovush ohangi va intonatsiya (yuqori, past, tez, sekin, hissiy yoki neytral).

Bu belgilar bolaning ichki dunyo modeli qanday ishlashini ochib beradi va ota-onaga sezgirlikni oshirish, muloqotda moslashuvchanlikni ta'minlash imkonini beradi.

Ilmiy izlanishlar NLP metodikasining samaradorligini ko'rsatmoqda. Masalan, Hall & Bodenhamer (2003) tadqiqotlariga ko'ra, NLP metodlari asosida tarbiyalangan bolalar:

Stressga chidamliroq,

O'z fikrini erkin ifoda eta oladigan,

Muloqotda muvaffaqiyatliroq bo'lishadi.

Bu esa shuni anglatadiki, NLP nafaqat nazariy yondashuv, balki amaliy natija beruvchi samarali psixologik metodika bo'lib, oilaviy tarbiya tizimida yangi imkoniyatlarni ochib beradi.

2021-yil Rossiyada o'tkazilgan amaliy eksperimentda 6 oy davomida NLP asosidagi muloqot uslublari qo'llagan oilalarda quydagicha o'zgarishlar kuzatilgan:

Bolaning kayfiyati 34% ga yaxshilangan,
Talabga javob berish tezligi 28% ga oshgan,
Qichqiriq orqali tarbiya 62% ga kamaygan.

Xulosa qilib aytganda ota-onalarning yangi davrdagi roli murakkablashib bormoqda. Ya’ni bugungi kunda ota-onalar murabbiy, psixolog va dasturchi bo‘lishi oilani mustahkamligini va bolalarni ma’naviyatini shakllanishiga o‘z ta’sirini bermay qolmaydi. Bolaning ruhiy holatini anglash, unga to‘g‘ri til bilan murojaat qilish va ijobiy “dasturlar”ni o‘rnatish ota-onaning eng katta yutug‘idir. Har bir gap, har bir ohang, har bir nigoh - bolangiz kelajagi uchun ta’sir etmay qolmaydi. Bugungi kunda ota-onalik mas’uliyati faqat nazorat qilish emas, balki tushunish, his qilish va to‘g‘ri aloqa o‘rnatishni talab etadi. Tarbiya bu - muhabbat, til va ishonch orqali bolaning ichki olamiga yetib borish san’atidir. Neyro-lingvistik dasturlash esa bu yo‘lda ota-onalarga qudratli vosita - ongli muloqot, ijobiy kodlash va sezgir til orqali tarbiyaviy inqilob yaratish imkonini beradi. Har bir so‘z - bu urug‘, har bir ohang - bu suv, har bir nigoh - bu quyosh. Bugun siz nima eksangiz, ertaga bolangiz shunday inson bo‘lib o‘sadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. "SAMARALI NETWORKING: ISHBILARMONLIK DUNYOSIDA MUVAFFAQIYAT KALITI" *Husanov Bahromjon Sdiqjon o‘g‘li. Jamiyat ijtimoiy rivojlanishida zamonaviy psixologiyaning o‘rni. 348-352 pp (2025).*
2. ISHBILARMONLIK FAOLIYATIDA NETWORKING, UNING XUSUSIYATLARI VA QOIDALARI. FDU, *Pedagogika - psixologiya va san’atshunoslik fakulteti, amaliy psixologiya yo‘nalishi, 23.21-guruh talabasi Husanov Bahromjon Sdiqjon o‘g‘li. 258-263 pp (2025).*
3. Hall, M., & Bodenhamer, B. (2003). *The User's Manual for the Brain: The Complete Manual for Neuro-Linguistic Programming Practitioner Certification.* Crown House Publishing.
4. Linden, A., & Perutz, K. (2005). *Библия НЛП. ЭКМО.*
5. Халл, М., & Боденхаммер, Б. (2006). *Полный курс НЛП. ЭКМО.*
6. Dilts, R. (1999). *NLP Volume I: The Study of the Structure of Subjective Experience.* Meta Publications.
7. O'zbekiston Respublikasi Xalq Ta'limi Vazirligi (2020). *Oilaviy tarbiyaning psixologik asoslari (uslubiy qo‘llanma).*
8. Bobomurodov, S. (2019). *Psixologik muloqot va o‘zaro ta’sir madaniyati.* Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi pedagogika nashriyoti.
9. 2021-yil Rossiyada o‘tkazilgan NLP asosidagi tarbiya eksperimentlari haqida ommaviy ochiq statistik hisobotlar. [Ma'lumotlar ijtimoiy-psixologik soha tadqiqotlaridan olingan].

XUSUSIYATLAR VA OQIBATLAR

Ibodova Gulimehr Inoyat qizi

Qarshi davlat universiteti tayanch doktoranti

Kirish.Bugungi globallashuv jarayonida internet va ijtimoiy tarmoqlar o'spirinlarning kundalik hayotida ajralmas qismga aylangan. Virtual makon ularning bilim olish, o'zaro muloqot qilish, shaxsiy qiziqishlarini rivojlantirish imkoniyatlarini kengaytirsa-da, shu bilan birga yangi xavf-xatarlarni ham yuzaga keltirmoqda. Shunday tahdidlardan biri – kiberbulling hodisasidir.

Kiberbulling – bu o'spirinlarning internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali tahqirlash, haqoratlash, tahdid qilish, shaxsiy ma'lumotlarini oshkor etish yoki ularni kamsitish shaklida namoyon bo'ladigan psixologik zo'ravonlikdir. Ushbu jarayon oddiy maktab yoki ko'cha janjallaridan farqli o'laroq, virtual makonda cheksiz auditoriya oldida amalga oshiriladi va jabrlanuvchining ruhiy salomatligiga yanada chuqurroq zarba beradi.

O'spirinlik davri psixologik rivojlanishning murakkab bosqichi hisoblanadi. Bu davrda shaxsning o'zini anglash, identifikatsiya, mustaqillikka intilish, shuningdek, ijtimoiy munosabatlarda o'z o'rnini topish kabi jarayonlar faollashadi. Kiberbullingning aynan shu davrda keng tarqalishi, yoshlarning ruhiy barqarorligiga, o'z-o'zini baholashiga va ijtimoiy moslashuv jarayonlariga jiddiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu bois, mazkur masalani ilmiy jihatdan o'rganish, kiberbullingning psixologik va ijtimoiy oqibatlarini aniqlash hamda uning oldini olish yo'llarini ishlab chiqish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham egadir. Bu yo'nalishdagi tadqiqotlar o'spirinlarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, sog'lom kommunikativ muhit yaratish va yoshlar orasida onlayn xavfsizlik madaniyatini shakllantirishda muhim o'rin tutadi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi – o'spirinlik davrida kiberbullingning psixologik, ijtimoiy va axloqiy oqibatlarini chuqur o'rganish, uning yoshlar ruhiy salomatligiga ko'rsatadigan ta'sirini aniqlash hamda bunday salbiy hodisani kamaytirishga xizmat qiladigan ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqishdan iboratdir.

Tadqiqot orqali quyidagi vazifalar ko'zda tutiladi:

– o'spirinlik davrining psixologik xususiyatlarini kiberbullingga moyillik nuqtayi nazaridan tahlil qilish;

– kiberbullingning turli shakllarini (haqorat, tahdid, shaxsiy ma'lumotlarni tarqatish, izolyatsiya, yolg'on xabarlar tarqatish va b.) ilmiy jihatdan tasniflash;

– virtual zo'ravonlikning o'spirinlarning o'z-o'zini baholash, ijtimoiy munosabatlari va ruhiy barqarorligiga ta'sirini aniqlash;

– milliy va xorijiy ilmiy tadqiqotlar asosida kiberbullingga qarshi kurashishda samarali uslublarni umumlashtirish;

–O‘zbekiston sharoitida yoshlar onlayn muhitini xavfsizlashtirishga xizmat qiladigan psixologik va pedagogik tavsiyalar ishlab chiqish.

Metodlar:Kiberbulling va o‘spirinlik davri psixologik xususiyatlarini o‘rganishda kompleks yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqot jarayoni bir necha bosqichlarda amalga oshirildi va unda quyidagi uslublardan foydalanildi:

1. Nazariy-uslubiy tahlil – kiberbulling fenomenini tushuntiruvchi psixologik, pedagogik va sotsiologik nazariyalar, shuningdek, xorijiy tajribalar o‘rganildi. Bu jarayon kiberbullingning o‘spirin shaxsiga ta’sir mexanizmlarini ilmiy asoslash imkonini berdi.

2. Empirik kuzatish – ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarning muloqot jarayonlari, guruh dinamikasi va konflikt vaziyatlari kuzatilib, kiberbullingga xos belgilar qayd etildi.

3. So‘rov va anketa metodlari – o‘spirinlarning shaxsiy tajribalarini o‘rganish, ularning kiberbullingga bo‘lgan munosabatini aniqlash hamda xavf omillarini belgilash maqsadida so‘rovnoma ishlab chiqildi.

4. Psixodiagnostik testlar – o‘spirinlarning emotsional barqarorligi, o‘z-o‘zini baholash darajasi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash ehtiyoji va stressga chidamlilik darajasini aniqlash uchun standart psixologik metodikalar qo‘llandi.

5. Suhbat va intervyu – o‘spirinlar, ularning ota-onalari hamda pedagoglar bilan individual suhbatlar o‘tkazilib, kiberbulling muammosiga nisbatan turli pozitsiyalar o‘rganildi.

6. Matematik-statistik tahlil – yig‘ilgan empirik ma’lumotlar statistik dasturlar yordamida qayta ishlanib, miqdoriy ko‘rsatkichlar sifat jihatdan talqin qilindi.

Natijalar.O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, kiberbulling o‘spirinlar hayotida sezilarli psixologik va ijtimoiy oqibatlariga olib kelmoqda. So‘rovnoma natijalariga ko‘ra, tadqiqot ishtirokchilarining 63 foizi hech bo‘lmaganda bir marta kiberbulling holatiga duch kelganini tan oldi, ulardan 28 foizi muntazam ravishda tajovuzkor xabarlar yoki xo‘rlashlarga duch kelishini bildirdi. Bu esa, kiberbulling muammosi lokal hodisa emas, balki keng tarqalgan va jiddiy ijtimoiy-psixologik muammo ekanini tasdiqlaydi.

Psixodiagnostik testlar natijasi shuni ko‘rsatdiki, kiberbulling qurboni bo‘lgan o‘spirinlarda o‘z-o‘zini baholash darajasi pastroq, emotsional beqarorlik yuqoriroq, stressga chidamlilik esa sezilarli darajada sustroqdir. Xususan, bu guruhdagi o‘quvchilarda tashvishlilik ko‘rsatkichi nazorat guruhiga nisbatan 17–20 foizga balandroq chiqdi. Shuningdek, ularda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashga ehtiyoj yuqori bo‘lib, ota-onalar yoki do‘stlar bilan muloqot etish ehtiyoji ko‘proq namoyon bo‘ldi.

Suhbat va intervyu natijalari esa muammoni yanada chuqurroq anglash imkonini berdi. Ayrim o‘spirinlar kiberbullingni “oddiy hazil” deb qabul qilsa-da, uning uzoq muddatli ta’sirini anglamasligi kuzatildi. Boshqa tomondan, pedagog va ota-onalarning

aksariyati bu muammoni yetarlicha jiddiy baholamaydi. Bu esa kiberbullingning profilaktikasi bo'yicha psixologik-ma'rifiy ishlarining yetarli darajada yo'lga qo'yilmaganidan dalolat beradi.

Tadqiqot jarayonida yana bir muhim jihat qayd etildiki, kiberbullingning keng tarqalishida ijtimoiy tarmoqlar va onlayn anonimlik asosiy omil bo'lib xizmat qilmoqda. Yoshlar, ayniqsa o'spirinlar, real hayotdagidan ko'ra virtual makonda o'zini erkinroq tutadi, bu esa tajovuzkor xatti-harakatlarning kuchayishiga zamin yaratadi.

Muhokama davomida ta'kidlash mumkinki, kiberbulling o'spirinlarning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatib, ularni o'ziga ishonchsiz, ijtimoiy jihatdan chekinuvchi va ba'zan depressiv holatlarga moyil qiladi. Ilmiy adabiyotlarda keltirilganidek, kiberbulling qurbonlarida o'z joniga qasd qilish fikrlari ham ko'proq uchraydi. Bizning tadqiqot natijalari ham bu xulosalarni qo'llab-quvvatlaydi: ishtirokchilarning 12 foizi kiberbullingdan keyin o'zini ijtimoiy jihatdan "yolg'iz" his qilganini, 7 foizi esa o'z joniga qasd qilish fikrlari haqida bilvosita ishora qilganini ma'lum qildi.

Shunday qilib, natijalar ko'rsatadiki, kiberbulling faqat vaqtinchalik onlayn mojaro emas, balki o'spirinning psixologik rivojlanishi, ijtimoiylashuvi va shaxsiy identifikatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi xavfli omildir. Bu esa, nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ota-onalar va jamiyatning barcha qatlamlari uchun jiddiy tashvish uyg'otadigan masala ekanligini tasdiqlaydi.

Shuningdek, yoshlar orasida kiberbullingga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish, internet madaniyatini rivojlantirish hamda o'qituvchi, ota-ona va psixologlarning hamkorligi zarurligi aniqlanmoqda.

Xulosa. Kiberbulling hodisasi zamonaviy raqamli makonning eng dolzarb muammolaridan biri bo'lib, u o'spirinlik davridagi shaxslar ruhiy salomatligi, ijtimoiy moslashuvi va shaxslararo munosabatlariga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, kiberbulling nafaqat qisqa muddatli stress va tashvishli holatlarni yuzaga keltiradi, balki uzoq muddatli oqibatlar – depressiv kayfiyat, past o'z-o'zini baholash, ijtimoiy izolyatsiya va o'z joniga qasd fikrlarigacha olib kelishi mumkin.

Psixolog olimlarning (S. Hinduja, J. Patchin, N. Dozier, L.S. Vigotskiy va boshqalar) ilmiy qarashlari shuni ko'rsatadiki, o'smirlar shaxsiy rivojlanish jarayonida onlayn makon orqali o'zini namoyon etishga intiladi. Shu jarayonda kiberbulling qurboni bo'lish ularning identifikatsiya jarayonini izdan chiqaradi va psixologik travmaga olib keladi. Tadqiqot metodlari tahlili (so'rovnomalar, kuzatuv, psixodagnostik testlar, o'zini o'zi baholash shkalalari) shuni tasdiqladiki, kiberbullingning oldini olishda psixologik profilaktika, ota-onalar bilan ishlash va ta'lim muassasalarida maxsus treninglar tashkil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, milliy qonunchilik va xalqaro tajribani solishtirish asosida xulosa qilish mumkinki, o'smirlarni kiberxavfsizlik madaniyatiga o'rgatish, psixologik yordam

markazlarini kuchaytirish va pedagogik jamoalarning media savodxonligini oshirish dolzarb masaladir.

Umuman olganda, ushbu tadqiqot natijalari kiberbullingning o'spirinlar psixologik rivojiga ta'sirini chuqur yoritib, bu muammoni ilmiy asosda hal qilish uchun kompleks yondashuv – psixologik, pedagogik va ijtimoiy mexanizmlarni uyg'unlashtirish zarurligini ko'rsatmoqda.

Asosiy xulosalar:

1. Kiberbulling – o'spirinlarda ruhiy salomatlikka tahdid soluvchi eng xavfli omillardan biridir.
2. Uzoq muddatli psixologik oqibatlar shaxs rivojiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.
3. Profilaktika va yordam choralari ilmiy asosda, tizimli ravishda olib borilishi kerak.
4. Ota-ona, maktab va jamiyat hamkorligi muhim omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasining 2022-2026-yillarga mo'ljallangan Raqamli rivojlanish strategiyasi. – Toshkent: Vazirlar Mahkamasi qarori, 2022.
2. Axmedova N. O'spirinlarning internetdan foydalanish madaniyati va kiberpsixologik xatarlar. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti. 2021.
3. Dozier N. The psychological effects of cyberbullying on adolescents: A meta-analysis. Journal of Adolescent Research, 36(5), 2021. P.567–589.
4. Hinduja S., & Patchin, J.W. Cyberbullying: Identification, Prevention, and Response. Cyberbullying Research Center. 2019.
5. Kovalski R. M., Limber, S. P., & McCord, A. A developmental approach to cyberbullying: Prevalence, consequences, and interventions. American Psychologist, 74(3), 2019. P.320-332.
6. Rasulov M. Psixologiyada yosh davrlari va ularning ijtimoiy muammolari. Toshkent: Yangi asr avlodi. 2020.

MAHRAMIYAT VA SHAXSIY HUDUD: BOLALAR TARBIYASIDA ZAMONAVIY YONDASHUV

**Andijon davlat universiteti Umumiy
psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi
(PhD) O.K.Ibragimova**

Kirish.Bugungi kunda bolalar tarbiyasida inson huquqlarini hurmat qilish, shaxsiy erkinlik va daxlsizlik tamoyillarini erta yoshdan boshlab shakllantirish dolzarb masalalardan biri bo'lib bormoqda. Ayniqsa, bolalarda mahramiyat hissining shakllanishi va shaxsiy hududga hurmat madaniyatining tarbiyalanishi ularning sog'lom ijtimoiy-psixologik rivojlanishi uchun muhim omil sanaladi.

Mahramiyat tarbiyasi – bu bolaga o'z va boshqalar shaxsiy chegaralarini tushuntirish, o'z tanasiga va boshqalar tanasiga hurmat bilan munosabatda bo'lishni o'rgatish jarayonidir. Bu tarbiya bolani o'z huquqlarini bilishga, begona va noqulay vaziyatlardan o'zini himoya qilishga va sog'lom ijtimoiy munosabatlar o'rnatishga tayyorlaydi. Zamonaviy jamiyatda bolalarning shaxsiy xavfsizligi va o'z-o'zini hurmat qilish qobiliyatini rivojlantirish dolzarb masalalardan biridir. Shu nuqtayi nazardan, mahramiyat tarbiyasi va shaxsiy hududga hurmat tamoyillari bolaning ijtimoiy va ruhiy rivojlanishida asosiy omillardan biri sifatida ko'rilmogda. Bolalikdan shaxsiy chegaralarni anglash va ularni himoya qilish ko'nikmalarini shakllantirish bola hayotidagi xavfsizlik va o'zaro munosabatlarning sog'lom asosini yaratadi. Shaxsga oid maxfiylik, daxlsizlik va shaxsiy chegaralarni anglatadigan tushuncha bo'lib, u bola ijtimoiylashuvining dastlabki bosqichlaridan boshlab o'z ifodasini topadi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, bola o'z shaxsiy chegaralari borligini anglab yetganida, o'zini hurmat qilishi va boshqalar bilan sog'lom munosabatlar o'rnatishi osonlashadi. Shu nuqtai nazardan qaralganda, mahramiyat tarbiyasi bola shaxsiyati shakllanishining ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi.

Maktabgacha yosh davri (3–7 yosh) bolaning psixologik va ijtimoiy rivojlanishida muhim bosqich sanaladi. Aynan shu davrda bola o'z tanasi, hissiyotlari, shaxsiy hududi haqida ilk tasavvurlarga ega bo'ladi. Ushbu davrda quyidagi tamoyillarga amal qilish mahramiyat hissini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Shaxsiy chegaralarni tan olish – Bola o'zining va boshqalarning shaxsiy hududiga ega ekanini tushunishi kerak. Masalan, bolaning rozilgisiz uni quchoqlamaslik yoki o'pmaslik orqali unga tanasiga egalik hissi beriladi. Maxfiylik madaniyatini o'rgatish – Bola shaxsiy ma'lumotlar (masalan, kiyinish, yuvinish, shaxsiy gigiyena) va ularni boshqalar bilan bo'lishish qoidalari haqida ongli tushunchaga ega bo'lishi zarur. Haddan oshmasdan nazorat qilish – Kattalar tomonidan bolani nazorat qilish muhim bo'lsa-da, bu doimo uning shaxsiy erkinligiga tajovuz qilish tarzida bo'lmasligi lozim.

Savollarga ochiq va samimiy javob berish – Bolaning tanasi, jinsiy tarbiya yoki hissiyotlar haqidagi savollariga yoshiga mos, to'g'ri va halol javob berilishi kerak. Bu bolaning ishonchini mustahkamlab, uni o'z fikrini erkin bildirishga undaydi. Mahramiyat tarbiyasida zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlar alohida ahamiyatga ega. Jumladan, quyidagilarni misol keltirish mumkin. O'yinlar orqali o'rgatish – Bolalar uchun mo'ljallangan roliklar, stol o'yinlari, rolly o'yinlar orqali mahramiyat tushunchasini qiziqarli shaklda yetkazish mumkin.

Bolalar adabiyoti vositasida ta'sir ko'rsatish – Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun mo'ljallangan kitoblardan foydalanib, shaxsiy chegaralar va daxlsizlik haqida hikoyalar orqali ong shakllantiriladi. Raqamli texnologiyalar yordamida tarbiya – Multimediyali resurslar, ilovalar va interaktiv platformalar orqali bolalarga mahramiyat, xavfsizlik va hurmat haqida ma'lumotlar taqdim etiladi.

Bu kabi holatlar bolaning o'zini past baholashiga, qo'rquv va ishonchsizlik

hissining shakllanishiga, ba'zida esa zo'ravonlik yoki suiste'mollikka duch kelganda yordam so'ramasligiga olib keladi.

Mahramiyat tarbiyasini samarali tashkil etish uchun quyidagi tavsiya va takliflarni ilgari surish mumkin:

Maktabgacha ta'lim muassasalarida maxsus dasturlar ishlab chiqish. Mahramiyat va xavfsizlik bo'yicha maxsus o'quv dasturlarini bolalar uchun mos, qiziqarli va tushunarli shaklda yaratish lozim.

Ota-onalar uchun trening va seminarlar tashkil etish. Ota-onalarning bola psixologiyasi, mahramiyat va shaxsiy xavfsizlik bo'yicha bilimini oshirish ularning farzandlari bilan sog'lom muloqot qilishiga yordam beradi.

Pedagoglar malakasini oshirish. Tarbiyachilar uchun doimiy ravishda bolalar huquqlari, kommunikatsiya madaniyati va zamonaviy yondashuvlar bo'yicha malaka oshirish kurslari yo'lga qo'yilishi kerak.

Bolalarning ovozi eshitish. Bola har qanday vaziyatda o'z fikrini bildirishga haqli ekani, uning shikoyati yoki xavotiri e'tiborsiz qolmasligi kerak. Bola "yo'q" deya olishi, o'z chegaralarini ifoda eta olishi zarur.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda shaxsiy hudud tushunchasini shakllantirish – bu ularning ruhiy holati, psixologik xavfsizligi va sog'lom ijtimoiy muhitda o'sishlari uchun zaruriy shart hisoblanadi. Bolaning o'z shaxsiy hududini anglay boshlashi, uni ifoda eta olishi va boshqalarning hududiga hurmat bilan yondashishga o'rganishi – bu jarayon bosqichma-bosqich, ota-ona, pedagog va tarbiyachilarning izchil yondashuvi orqali amalga oshadi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida mahramiyat tarbiyasini amalga oshirish quyidagi asosiy tamoyillar asosida olib borilishi lozim:

Ishtirokchilik va hurmat – har bir bola o'z fikrini bildirish huquqiga ega. Tarbiyachilar bolaning his-tuyg'ularini tinglash, uning qarorlarini hurmat qilish orqali, shaxsiy hudud tushunchasini mustahkamlashlari mumkin.

Model bo'lish – kattalarning o'zi shaxsiy chegaralarga amal qilganida, bolalar ushbu xatti-harakatni kuzatib, uni tabiiy o'rnak sifatida qabul qilishadi.

Aniq va soddalashtirilgan holda to'xtalib o'tamiz – “Yoqmaydigan teginish”, “faqat yaqinlar bilan bo'lishish mumkin bo'lgan narsalar” kabi tushunchalar bolalarga yoshiga mos ravishda tushuntirilishi lozim.

O'yin orqali o'rgatish – rolli o'yinlar, ertaklar va tasviriy san'at orqali shaxsiy hudud va mahramiyat haqida bolalar ongida tabiiy tasavvurlar shakllantiriladi.

Dunyo miqyosida mahramiyat tarbiyasi masalasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. Masalan, Skandinaviya mamlakatlarida maktabgacha ta'lim dasturlarida “tana suvereniteti” tushunchasi bolalarning kundalik mashg'ulotlariga kiritilgan. Shuningdek, Avstraliya, Kanada kabi davlatlarda bolalarni erta yoshdan o'z huquqlari, xususan, shaxsiy xavfsizlik borasida xabardor qilish bo'yicha maxsus interaktiv resurslar ishlab chiqilgan.

Qolaversa, mahramiyat tarbiyasi samaradorligi ko'p jihatdan ota-onalar va pedagoglarning o'zaro hamkorligiga bog'liq. Ota-onalar bolaning har qanday savoliga to'g'ri, ochiq va yoshiga mos javob berishni o'rganishlari kerak. Shuningdek, pedagoglar uchun maxsus treninglar va o'quv-uslubiy qo'llanmalar tayyorlash, ularni psixologik yondashuvlar bilan qurollantirish muhim ahamiyatga ega. Mahramiyat va shaxsiy hududni rivojlantirishdagi ota-onalar va pedagoglarning roli

Bolalarda mahramiyat va shaxsiy hudud madaniyatini shakllantirishda eng asosiy mas'uliyat ota-onalar va pedagoglarga yuklatiladi. Ularning kundalik munosabatlari, bola bilan muloqot usullari va o'zaro hurmat tamoyillari bolaning ongida mustahkam qadriyatlar asosini yaratadi.

Ota-onalar misoli: Bola uchun eng muhim o'rnak — ota-onalardir. Agar ota-onalar bir-biriga va bolalariga shaxsiy chegaralarni hurmat qiluvchi munosabatda bo'lsa, bola ham bunday xulqni o'zlashtiradi. Masalan, ota-onalar o'zaro muhokama qilganda yoki shaxsiy masalalarni hal qilganda bolani hurmat bilan tinglash, uning shaxsiy hududiga tajovuz qilmaslik muhimdir.

Pedagoglarning roli: Maktabgacha ta'lim muassasalarida tarbiyachilar bolaning o'z fikrini erkin ifoda etishiga, "yo'q" deb ayta olishiga va shaxsiy hududini himoya qilishiga imkon yaratishlari kerak. Shu bilan birga, pedagoglar ota-onalar bilan ham yaqin hamkorlikda ishlab, mahramiyat tarbiyasini oilada mustahkamlashga ko'maklashishlari lozim.

Mahramiyat va shaxsiy hududga hurmat madaniyati faqat bolalar tarbiyasida emas, balki butun jamiyat uchun muhim ahamiyatga ega. Shu sababli, ushbu tushunchalarni erta yoshdan boshlab rivojlantirish orqali kelajakda zo'ravonlik, jinsiy zo'rlik va boshqa salbiy ijtimoiy hodisalarning oldini olish mumkin.

Bolalar o'z chegaralarini hurmat qilinishini his qilganda, ular jamiyatda ham boshqalar huquqlariga e'tiborli bo'lishadi, o'zaro hurmat va hamjihatlikka tayyor bo'ladilar. Bu esa jamiyatdagi sog'lom munosabatlar, ijtimoiy barqarorlik va farovonlikning asosidir.

Zamonaviy muammolar va ularni hal etish yo'llari haqida to'xtalib o'tamiz. Hozirgi kunda, raqamli texnologiyalarning keng tarqalishi va axborot oqimining tezligi tufayli bolalar mahramiyati va shaxsiy hududini buzish holatlari ko'paymoqda. Internet orqali noto'g'ri yoki zararli ma'lumotlarga duch kelish, shaxsiy ma'lumotlarning oshkor qilinishi kabi xavflar mavjud. Bunday muammolarni bartaraf etish yo'llari haqida to'xtalib o'tamiz. Axborot xavfsizligi ta'limini kuchaytirish. Bolalar va ota-onalar uchun raqamli xavfsizlik bo'yicha ma'lumot berish.

Monitoring va nazorat tizimlarini joriy etish usullari: Maktab va oilalarda internet faoliyatini nazorat qilish, zararli kontentdan himoyalash.

Psixologik yordam tizimini tashkil etish: Bolalar uchun xavfsiz muhit yaratish, ular muammolarini ochiq muhokama qilishlari uchun psixologik qo'llab-quvvatlash xizmatlarini kengaytirish. Mahramiyat va shaxsiy hududga hurmat hissini shakllantirish

jarayonida quyidagi amaliy tavsiyalar pedagoglar va ota-onalar uchun foydali bo'lishi mumkin:

“Bu mening tanam” konsepsiyasini o'rgatish, har bir bola o'z tanasi ustidan egalik huquqiga ega ekanligini anglab yetishi kerak. Unga “xech kim sening roziligingsiz senga tegmasligi kerak” degan fikr tez-tez takrorlanishi kerak.

Sog'lom chegaralarni belgilashga o'rgatish masalasiga to'xtalib o'tamiz: masalan, bola o'z xonasiga yoki o'yin maydonchasida o'z makoniga ega bo'lishi, shaxsiy buyumlariga nisbatan hurmat talab qilish imkoniyatiga ega bo'lishi kerak. Kattalar esa ushbu chegaralarni hurmat qilish orqali unga namuna bo'lishadi.

“Ha” va “yo'q” demaslikdan uyalmaydigan bola tarbiyalash, bola o'z fikrini erkin ifoda etishga, ayniqsa, noqulay vaziyatlarda qat'iy “yo'q” deyishga o'rgatilishi lozim. Bu – uning xavfsizligi va mustaqil fikrlashi uchun juda muhim. Oddiy holatlar orqali tushuncha berish: masalan, kiyinish, hojatxonadan foydalanish, hammomda yuvinish kabi kundalik faoliyatlarda bolaning shaxsiy hududi doimiy ravishda hurmat qilinishi lozim.

Bolalar adabiyoti va videomateriallardan foydalanish: yosh bolalar uchun maxsus yaratilgan kitoblar, animatsion roliklar orqali mahramiyat va shaxsiy xavfsizlik tushunchalarini soddalashtirib tushuntirish mumkin.

Psixologik jihatlar va ehtiyotkorlik: mahramiyat tarbiyasida bolaga qo'rqinch yoki shubha bilan emas, balki ishonch va ongli yondashuv bilan murojaat qilish kerak. Haddan tashqari ogohlantirish yoki tahdid beruvchi uslublar o'rniga, ijobiy misollar va ochiq muloqot muhim ahamiyatga ega. Bola o'zini tinglashayotganini va hurmat qilinayotganini his qilsa, bu hissiyot uning ichki xavfsizlik tuyg'usini mustahkamlaydi.

Shaxsiy hudud madaniyati: Oila va maktabning birgalikdagi roli, mahramiyat va shaxsiy hudud faqat bolalarning o'zaro munosabatlarida emas, balki oila a'zolari va ta'lim muassasasi xodimlari bilan munosabatlarda ham doimiy ravishda mustahkamlanib boradi. Oila bu borada birinchi maktab hisoblanadi. Maktabgacha ta'lim muassasalarida esa ushbu tarbiyaviy jarayon metodik jihatdan tizimlashtirilgan bo'lishi lozim.

Misol uchun, bolalar bog'chalarida: Shaxsiy kiyim-boshni hurmat qilish; Maxfiy suhbatlar uchun imkoniyatlar yaratish; Jismoniy kontakti (masalan, quchoqlash, qo'l berish) bolaning roziligi bilan amalga oshirish kabi amaliy choralar mavjud bo'lishi zarur.

Xulosa qilib aytganda, mahramiyat tarbiyasi va shaxsiy hududga hurmat bolada o'ziga ishonch, xavfsizlik hissi va sog'lom munosabatlarni shakllantiradi. Bu esa bola shaxsiyatining to'laqonli, sog'lom va farovon rivojlanishi uchun poydevor bo'lib xizmat qiladi. Ushbu yo'nalishdagi tarbiyaviy yondashuvlar nafaqat bolalarni himoya qiladi, balki jamiyatda axloqiy va madaniy qadriyatlarning mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Bugungi zamonaviy ta'lim va tarbiya tizimida bolalarni nafaqat bilimli, balki ruhiy jihatdan sog'lom, o'z chegaralarini anglaydigan va boshqalarning huquqlariga hurmat

bilan yondasha oladigan shaxs sifatida voyaga yetkazish eng muhim vazifalardan biridir. Mahramiyat va shaxsiy hudud tushunchasi bolaning psixologik himoyasi, ijtimoiy moslashuvi hamda sog'lom munosabatlar o'rnatishi uchun asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Shuningdek, bola yoshlik chog'idanoq o'zining shaxsiy hududiga ega ekanligini his qilsa, u o'z huquqlarini anglaydi, begona aralashuvlardan himoya qilish qobiliyatiga ega bo'ladi. Bu esa bolalarda mustaqillik, o'ziga ishonch va ijobiy ijtimoiy aloqalarni rivojlantirishga yordam beradi.

Bolalarda mahramiyat va shaxsiy hudud madaniyatini shakllantirish — bu uzoq muddatli, tizimli va keng ko'lamli jarayon. Ushbu jarayonda oila, ta'lim muassasalari va jamiyatning barcha qatlamlari hamkorlikda faol ishtirok etishi lozim. Zamonaviy pedagogik usullar, milliy qadriyatlar va zamon talablarini uyg'unlashtirish orqali bolalarga o'zini qadrlash, boshqalarning huquqlarini hurmat qilish hamda xavfsiz muhitda o'sish imkoniyatlari yaratiladi. Natijada, kelajakda sog'lom, mas'uliyatli va jamiyatga foydali insonlar shakllanadi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib quyidagicha taklif va maslahatlar bera olamiz: maktabgacha ta'lim muassasalarida mahramiyat bo'yicha maxsus mashg'ulotlar tashkil etish. O'yin, rasm, hikoya va dramatik mashg'ulotlar orqali bolalarda shaxsiy chegaralar va xavfsizlik tushunchalarini mustahkamlash. Ota-onalar uchun seminar va treninglar tashkil qilish. Mahramiyat tarbiyasi bo'yicha ota-onalarning xabardorligini oshirish va ularga amaliy ko'nikmalarni o'rgatish. Tarbiyachilar va pedagoglar uchun metodik qo'llanmalarni ishlab chiqish. Mahramiyat, shaxsiy xavfsizlik va bolalar psixologiyasi bo'yicha metodologik tavsiyalar va darsliklar tayyorlash. Psixologik xizmatlarni kuchaytirish, har bir ta'lim muassasasida psixologlar bolalar bilan individual va guruhviy ishlash orqali ularning ichki holati va xavfsizlik tuyg'usini mustahkamlashlari zarur. Ommaviy axborot vositalarida ijtimoiy roliklar va ko'rsatuvlar orqali targ'ibot ishlarini olib borish. Jamiyatda shaxsiy hududga hurmat, mahramiyat va bolalar xavfsizligi madaniyatini shakllantirish uchun keng ommaga ta'sir etuvchi kontentlar ishlab chiqish. Kelajakda amalga oshirilishi mumkin bo'lgan yo'nalishlar: "Mahramiyat darslari" ni maktabgacha ta'lim dasturiga kiritish; Mahramiyat va bolalar huquqlari mavzusida interaktiv mobil ilovalarni yaratish; Hududiy psixologik markazlar orqali ota-onalar va bolalarga bepul maslahatlar berish tizimini kengaytirish; Bolalar ishtirokida tashkil etiladigan klublar, tadbirlar va teatrlar orqali mavzuni amaliy yoritish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Abdullaeva, D. Bola psixologiyasi va tarbiyasida zamonaviy yondashuvlar. Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti. (2021).
2. Karimova, M. Shaxsiy xavfsizlik va bola huquqlari. Toshkent: Huquqiy madaniyat markazi. (2020).
3. G'ofurova, Z. "Mahramiyat madaniyatining erta yoshdagi bolalar rivojlanishiga ta'siri". // Ilm va hayot jurnali, (2019). №4, 45–49-betlar.

4. Yunusova, N. Maktabgacha yoshdagi bolalarni ijtimoiylashtirishda psixologik yondashuvlar. Toshkent: “Fan va taraqqiyot” nashriyoti. (2022).
5. UNESCO Early Childhood Care and Education: Building the Foundation. Paris: UNESCO Publishing. <https://unesdoc.unesco.org> (2019).

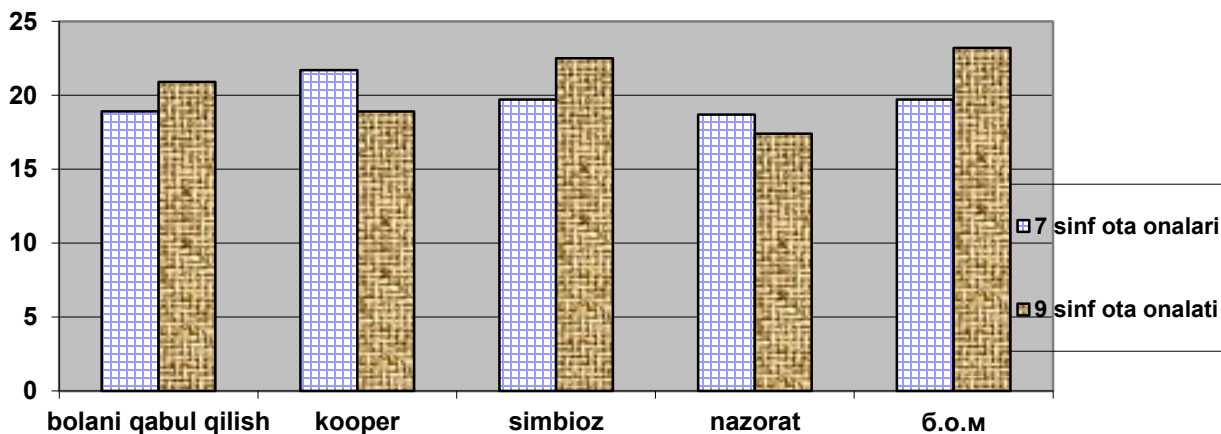
Harbiy xizmatchilar oilasida ota-onalar va farzand o‘rtasidagi munosabatlarning ijtimoiy psixologik xususiyatlari

Ikramova Shaxnoza Baxtiyorovna
RTATM bosh mutaxassisi

Kirish. Jamiyatimiz talab etayotgan har tomonlama yetuk, komil insonni tarbiyalashda uning ma’lum bir yosh davridagi psixologik xususiyatlari eng muhim hisoblanadi. Shuning uchun o‘smir shaxsining ijtimoiylashuviga harbiylar oilasida ham ota-ona shaxsining ta’sirini psixologik xususiyatlari o‘rganish bugungi kunning dolzarb ahamiyatga ega masalalardandir.

Bugungi kunda respublikamizda ushbu shaxsning ijtimoiylashuv muammosini psixologik mohiyatini E.G‘oziev, V.Karimova, N.Safaev, G‘.Shoumarov kabi psixolog olimlar o‘z ilmiy yo‘nalishlarida o‘rganib tadqiq etgan. Ularning ishlari hal etilayotgan muammo nuqtai nazaridan katta ahamiyat kasb etadi.

Ma’lumki o‘smirlik davrida o‘z o‘zini nazorat qilishni shakllanishiga ota-onaning shaxsiy namunasini ta’sirini o‘rganish maqsadida A.Ya.Varga, V.V.Stolin tomonidan ishlab chiqilgan ota-onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabatlari test so‘rovnomasidan foydalanildi. Ota- onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabati kattalarning bolalarga nisbatan turli tuman xissiyot va xulq atvorlari tizimi sifatida tushuniladi. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda ota onalarning o‘z farzandlariga munosabati bu bolalarga nisbatan o‘rnatiladigan pedagogik ijtimoiy ustanovka bo‘lib, o‘z ichiga ratsional emotsional va xulq atvor komponentlarini oladi.



1-rasm. Ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlarni namoyon bo‘lishi
Miqdoriy tahlil asosida to‘plangan ma’lumotlarni sifat jihatdan tahlili quyidagi

ko'rinishga ega.

Bolani qabul qilish - rad etish shkalasi bo'yicha barcha guruh sinaluvchilar yuqori ko'rsatkichga ega ekanliklari ma'lum bo'ldi. Bu bolaga nisbatan yorqin namoyon bo'luvchi ijobiy munosabat mavjudligini ko'rsatadi. Bu holda kattalar bolani qanday bo'lsa shundayligicha qabul qiladi, uning individualligini tan oladi va hurmat qiladi, uning qiziqishlarini rejalarini qo'llab quvvatlaydi, bola bilan ko'p vaqtни o'tkazadi va bu haqida afsus chekmaydi. Bu shundan dalolat bermoqdaki, ota-onalarning asosiy qismi o'z farzandlarini to'g'ri qabul qilishga moyil ekanlar, ularni o'ziga xosligini e'zozlashi va vaqtini ularga ajratishga harakat qilishini ifodalaydi. O'rta darajadagilarda farzandlari bilan birga bo'lish xohishi, ular bilan birga bo'lishi amaliy faoliyatdan ko'ra istak tarzda namoyon bo'lishi xosligini ko'rsatadi. Past darajada deb baholagan ota-onalar farzandlarini tushunishda qiynalishi, ulardan ranjishi va amaliy yordam ko'rsatishda ojiz qolayotganligini bildiradi.

Kooperatsiya shkalasi bo'yicha yuqori natijalar kattalar bolani qiziqtiradigan narsalariga katta qiziqish bilan munosabatda bo'lishlarini bola qobiliyatlarini yuqori baholashlarini bolaning tashabbusi va mustaqilligini rag'batlantirishlari bola bilan tanglik munosabatlarida bo'lishlari belgisi hisoblanadi. Ota-onalar farzandlarining faoliyatiga, ularning rejaları va orzularini amalga oshishiga qiziqishlaridan, ularning yutuqlaridan xursand bo'lishi va rag'batlantirishi, aqliy va ijodiy qobiliyatlarining o'sishiga ko'makdosh bo'lishga moyilliklarini ko'rsatadi, ma'lum bir qism ota-onalar bu holatning o'zlarining orzulariga aylanishi bilan cheklanib qolganlar, ota-onalarning ko'pchilik qismi esa bu borada aniq rejaga va amaliy faoliyatga ega emasliklari bilan ajralib qolmoqdalar.

III-shkala Simbioz bo'yicha 7-9 sinf o'quvchilarning ota-onalari yuqori ko'rsatkichlarini qo'lga kiritganlar. Jumladan teshiriluvchilarning o'zlari bilan bola o'rtasida psixologik distansiya o'rnatmasliklari bola iloji boricha yaqin bo'lishga intilishlari bolaning asosan ongli ehtiyojlarini qondirishga harakat qilishlari ularda bo'lish mumkin bo'lgan turli ko'ngilsizliklarning oldini olishga urinishlari to'g'ri xulosa chiqarish uchun asos bo'ladi. 9- sinf o'quvchilarining ota-onalari past ko'rsatkichni qo'lga kiritganliklari ma'lum bo'ldi. Bu ulardagi kattalar o'zlari bilan farzandlari o'rtasida keskin psixologik distansiya o'rnatishlari ular to'g'risida unchalik g'amxo'rlik qilmaslik belgisi bo'lib hisoblanadi. Bunday insonlardan yaxshi o'qituvchi va tarbiyachilar chiqmaydi. Ota-onalar o'zlarining yaxlit bo'lagi sifatida baholaganlar, ular farzandlarini hayotiy qiyinchiliklardan saqlashga, ko'ngilsizliklardan asrashga intilishi, aslida, bu tabiiy hol-empatiya natijalari tahlilida ham ota-onaning bolaga hamdardlikni bildirishi ham buni tasdiqlagan. Ularning esa simbiotik holatni shakllantirish ilinjida, ota-ona bunga erishishda o'zlarida kuch-quvvat va imkoniyat topishda cheklanayotganliklari kuzatiladi.

Nazorat shkalasi bo'yicha har bir guruh sinaluvchilari yuqori ko'rsatkichni qo'lga kiritganliklari ma'lum bo'ldi. Jumladan ularda bolaga nisbatan kuchli avtoritar

munsabatda ekanliklaridan ulardan soʻzsiz oʻzlariga itoat etishlarini talab qilishlari qatʼiy intizomni saqlashlaridan darakberadi. Kattalar bunda bolaga oʻz hohish irodasini singdiriga harakat qiladilar. Ular har doim ham bola uchun tarbiyachi sifatida foyda keliravermaydi. “Avtoritar-ijtimoiylashuv” shkalasida ota- onalar farzandlari bilan munosabatda nazoratga alohida eʼtibor qaratib, yakka hukmronlikni yoqlayotganliklari esa avtoritarlik bilan ijtimoiylashuvning oraliq bosqichida ekanliklari va ota-onalar bolalarini erkin harakatiga, ularni mustaqil fikrlarini tinglashga moyildirlar.

Bolalar bilan ota-onaning, umuman, kattalarning muloqoti va munosabati, ayniqsa, bolalar oʻsmirlik yoshiga yetganda oʻta murakkablashadi, muloqotning nozik qirralari koʻpayadi. Pedagoglar va psixologlar, sotsiologlar va fiziologlar, psixiatrlar va huquqshunoslar – barcha bir ovozdan oʻsmirlik davri inson hayotidagi murakkab va inqirozli davr ekanini tan oladilar. Oʻsmirlik davrini inqirozli davrga aylantirib qoʻyadigan sabablar juda koʻp (bolalarning jinsiy yetilishi, ularda kattalik hissining paydo boʻlishi va rivojlanishi, mustaqillikka boʻlgan ehtiyojning kuchayishi va h.k.). Bunday sabablarning tahliliga bagʻishlab qator maqolalar, risolalar yozish mumkin. Biroq farzandining “tilini topa olmayotgan”, u bilan psixologik aloqa oʻrnatishga qiynalayotgan har bir ota-onani farzandidagi oʻzgarishlarning sabablaridan koʻra shunday vaziyatlarda qanday yoʻl tutish kerakligi, nima qilish mumkinligi koʻproq qiziqtiradi.

Yuqoridagi natijalarda xulosa qiladigan boʻlsak shaxsda oʻz-oʻzini nazorat qilishning shakllanishi oiladagi psixologik muhitga, ota-onaning shaxsiy namunasiga koʻp jihatdan bogʻliqdir.

Adabiyotlar roʻyxati:

1. Абрамова Г.С. “Практическая психология”. М.: -2001.
2. Karimova V.M. Psixologiya. Oʻquv qoʻllanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, “OʻAJBNT” markazi, 2002. – 205 b.
3. Квинн В. Прикладная психология. – СПб: Издательство “Питер”, 2000. – 560 с.
4. Махмудова Д.А. Психологические особенности внутрисемейных отношений у жертв торговли людьми//Педагогик маҳорат. – Т.: 2023. №3. –С.11-14. (19.00.00. №11) ISSN 2181-6883.
5. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3-х т. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 576 с

GLOBALASHUV SHAROITIDA TALABALARDA FIDOIYLIKNI SHAKLLANTIRISH OMILLARI

*Navoiy davlat universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrası
PhD Ikromov Oybek Ibrogimovich*

Kirish. Globallashuv sharoitida talabalarda fidoiylilikni shakllantirish muammosi ijtimoiy xarakterga ega. Binobarin, talabalarda fidoiylilikni shakllantirish ularni Vatan ravnaqi, yurt obodligi va xalq farovonligi yo'lida fidokorona mehnat qilishga undaydi. Shuningdek, talabalarda o'zi yashayotgan jamiyatda tinchlik va xavfsizlikning barqaror bo'lishi yo'lida kurashish, turli millat va elatga mansub kishilar o'rtasidagi o'zaro inoqlikning qaror topishiga o'z ulushini qo'shishga intilish ko'nikmalarining shakllanishi hamda millat vakili sifatida o'z qadr-qimmatini anglab etishlarini ta'minlaydi.

Globallashuv sharoitida talabalarda fidoiylilikni shakllantirish uzoq muddatli, tizimli va izchil yondashuvni talab etuvchi pedagogik faoliyat jarayonidir. Bu jarayon barkamol shaxs va malakali mutaxassisni tarbiyalash borasidagi ijtimoiy maqsadni amalga oshirish borasidagi yaxlit jarayonning muhim tarkibiy qismi sanaladi.

Globallashuv sharoitida talabalarda fidoiylilikni shakllantirishda quyidagi omillar ustuvor o'rin tutadi:

1. Sub'yektiv omillar: jamiyatda sog'lom muhitning qaror topganligi, shaxsning o'zligini anglashiga yordam beruvchi g'oyalarning yetakchi o'rin tutishi, kishilik munosabatlarining yangicha mazmun kasb etishi, milliy qadriyatlarning qayta tiklanishi, ularni boyitish yo'lida muayyan harakatlarning tashkil etilishi, milliy va umuminsoniy qadriyatlarning uyg'unligiga erishish, ijtimoiy munosabatlarda insonparvarlik, demokratik g'oyalarning aks etilishi, talabalarda fidoiylilikni shakllantirishda oila, o'quv yurtlari va keng jamoatchilik ishtirokining ta'minlanishiga erishish, shaxs ongini shakllantirishga oid umumbashariy tajribalarni o'rganish va ulardan foydalanish, talabalarda fidoiylilikni shakllantirishga e'tiborning qaratilganligi, ma'naviy-ma'rifiy ishlarni tashkil etishda talabalarining istak va xohishlarini inobatga olish, unda har qanday zo'rlik va majburlovlardan voz kechish, talabalarda milliy iftixorni anglash ehtiyojining yuzaga kelganligi, talabalarda fidoiylilikni shakllantirishda dunyoqarashi keng, hayotiy tajribasi boy, mohir notiq, mustahkam e'tiqod va o'zgalarga ibrat bo'la oluvchi hayot tarziga ega pedagoglarning kuchlariga tayanish va ularning imkoniyatlaridan samarali foydalanish chora-tadbirlarining ko'rilganligi, talabalarda fidoiylilikni shakllantirishning mukammal tizimi (mazmuni, shakl, metod va vositalari)ning yaratilganligi, talabalarda fidoiylilikni shakllantirish andozasining yaratilganligi va hokazolar.

2. Ob'yektiv omillar: ta'lim muassasalarida ma'naviy-ma'rifiy ishlarning samaradorligini oshirishga imkon beruvchi zamonaviy ilm-fan, texnika, texnologiya va madaniyat yutuqlariga asoslangan moddiy bazaning mavjudligi, shaxsda fidoiylilikni shakllantiruvchi g'oyalar singdirilgan o'quv manbalari (o'quv dasturi, qo'llanma, darslik, didaktik materiallar hamda ko'rgazmali qurollar)ning yaratilganligi, talabalarda fidoiylilikni shakllantirishda axborotli texnologiyalar (ommaviy axborot vositalari – gazeta, jurnal, radio, televidenie va komp'yuter) xizmatidan foydalanishning yo'lga qo'yilganligi va boshqalar.

Globallashuv sharoitida talabalarda fidoiylilikni shakllantirishda ijtimoiy muhit va uning mazmuni o'ziga xos ahamiyatga ega. Zero, talabalarining umumiy shakllanishiga ta'sir etgani kabi ularda milliy iftixor tuyg'usining qaror topishida ijtimoiy ta'sirlar yetakchi o'rin tutadi. Mustaqillik yillarida O'zbekiston Respublikasida shaxsning har tomonlama yetuk, barkamol bo'lib shakllanishini ta'minlovchi muhitning yaratilishiga e'tibor qaratildi va bu yo'lda keng ko'lamli harakat boshlab yuborildi, uning huquqiy asoslari ishlab chiqildi. Biroq, pedagogika nazariyasi va amaliyotidan bizga yaxshi ma'lumki, talabalarda milliy iftixor tuyg'usining shakllantirilishiga sezilarli ta'sir etuvchi yana bir muhit mavjudki, ayni vaqtda uni g'oyaviy jihatdan takomillashtirish zarur. Achinarli jihati shundaki, ko'p holatlarda mikromuhitning yengil-elpi hayot kechirish, oson yo'l bilan moddiy farovonlikka erishish kabi g'oyalarga ega bo'lishini pedagogik, psixologik va falsafiy yo'nalishlarda olib borilgan qator tadqiqotlarning natijalari ko'rsatmoqda.

Globallashuv sharoitida talabalarda fidoyilik shakllanganligini aniqlash uchun milliy iftixor tushunchasining mohiyatini anglab olish talab etiladi. Bu tuyg'u shaxsda quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi: millatning yutuqlari, obro'-e'tibori bilan faxrlanish, uning muammolariga befarq bo'lmaslik, xalqi, millatining taqdiri uchun jonkuyar bo'lish, o'z millatining moddiy-ma'naviy merosini asrab-avaylash, xalq odatlari, an'analari, qadriyatlarini hurmat qilish, ularni boyitish va takomillashtirish to'g'risida qayg'urish, xalqi, millatiga mehr-muhabbatini amaliy faoliyatda namoyon qilish. Talabalarda milliy iftixorni shakllantirish ular ongiga millat taqdiri, buguni va ertangi kuniga ishonch, u tomonidan yaratilgan madaniyatdan faxrlanish, uni asrash va boyitish yo'lida mehnat qilish g'oyalarini singdirishdan iborat.

Milliy g'urur, iftixor hamda milliy o'zlikni anglash tuyg'ulari negizida quyidagi fazilatlar ko'zga tashlanadi:

1) xalqining tarixiy xotirasiga hurmat, millatning ijtimoiy-ma'naviy hayoti, milliy merosi, urf-odat va an'analari, qadriyatlari, ruhiyati haqidagi mustahkam bilimlarga ega bo'lish;

2) xalq ijtimoiy-ma'naviy hayotini yanada rivojlantirish, milliy meros, urf-odat va an'analari, qadriyatlarni asrab-avaylash, uni boyitish ko'nikma va malakalariga ega bo'lish, ularni ongli ravishda baholash, ma'naviy his-tuyg'ularning ijobiy bo'lishiga erishish, o'zini ongli ravishda boshqarish, Vatan tuyg'usi bilan yashash, uning taraqqiyotiga o'z hissasini qo'shish, ona tilini e'zozlash, boshqa millatlarni hurmat qilish, ularning madaniyati va milliy qadriyatlariga ongli yondashish.

Bu tasnifga tayangan holda «milliy iftixor» tuyg'usiga egalik asosida aks etuvchi fazilatlar majmui belgilandi. Bizning nazarimizda bu tasnif quyidagicha:

1) xalq tarixidan to'la xabardorlik, millatning o'tmishi, tarixiga bo'lgan hurmat, uning shonli sahifalari to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish, shiddatli tarixiy o'zgarishlar davrida ham millatning ma'naviy-axloqiy qarashlari, e'tiqodidan voz

kechmaganligidan g'ururlanish;

2) millatga xos bo'lgan ijtimoiy ruhiyat, uning ijobiy ko'rinishlari va milliy turmush tarzining o'ziga xosligidan faxrlanish, milliy madaniyatning jahon xalqlari sivilizatsiyasiga qo'shilgan hissa ekanligini anglash;

3) milliy urf-odat, an'ana va qadriyatlarning mazmunini chuqur anglagan holda ularni asrash va yanada boyitish yo'lidagi harakatni tashkil etish, ona tilining millat nishoni, g'ururi ekanligini his qilish, millat erki va Vatan mustaqilligi uchun kurashish, tinchlikni ta'minlash bebaho milliy **qadriyat ekanligini anglash.**

Globalashuv sharoitida talabalarda fidoiylilikni shakllantirish jarayonining mazmunini quyidagicha ifodalash mumkin: talabalarda fidoiylilikni shakllantirish ijtimoiy zaruriyat bo'lib, bu muammoning hal etilishi milliy mustaqillikni mustahkamlash va millatning xalqaro maydondagi obro'sini oshirishga xizmat qiladi. O'quv fanlarining talabalarda fidoiylilikni shakllantirish imkoniyatini aniqlash, pedagogik shart-sharoitlar, omillarni o'rganish, ta'lim va tarbiyaviy ishlar mazmunida bu masalaning aks etishiga erishish, tarbiyaviy ishlarni talabalar o'rtasida fidoiylilikni shakllantiruvchi g'oyalarning targ'ib etilishiga qaratish zarur. Shu bilan birga o'quv-tarbiya jarayonida talabalarining milliy iftixor tuyg'usiga ega bo'lishlariga yordam beruvchi samarali shakl, metod va vositalarni belgilash ham muhimdir. Talabalarining milliy iftixor tuyg'usiga egalik darajalari aniq belgilovchi mezonlar asosida uzluksiz ravishda o'rganilib borilishi lozim.

Talabalarining milliy iftixor tuyg'usiga ega bo'lishlarini ta'minlashda mikro va makromuhitlarning ta'siri kuchlidir. Shu bois talabalar mansub bo'lgan muhitda ijtimoiy sog'lom munosabatlarning qaror topishiga erishish nihoyatda muhim.

Demak, talabalarining milliy iftixor tuyg'usiga ega bo'lishlarini ta'minlashda bu jarayonni yaxlit tashkil etish, unda har bir samarali omildan maqsadli foydalanish, imkoniyatlarni ko'ra olish va ularning samaradorligini baholash muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Кочукова Ye. В., Цветкова В. А. Библиотека как институт социальной памяти // Библиография и книговедение. 2015. № 2. –С.46–49
2. Кудашов В. И. Когнитивные особенности конструирования социально-исторической памяти // Коллективная социально-историческая память и вызовы современности. Актуальные теоретические очерки. Нижний Новгород, 2011. – С.25–34.
3. Берков П. Н. Избранное: труды по книговедению и библиографоведению. Москва, 2005. – 264 с.
4. Мазур Л. Н. Образ прошлого: формирование исторической памяти. УРЛ: <http://элар.урфу.ру/битстрем/10995/21845/1/иург-2013-117-21.пдф> (дата обращения: 05.05.2017).

5. Макаров А. И. Историческая память: конструкция или реконструкция // Историческая экспертиза. 2014. № 1. С.4–10
6. Ребещенкова И. Г. Риск «разрыва с традицией» в современном обществе: необходимость и возможность его устранения // Коллективная социально-историческая память и вызовы современности. Актуальные теоретические очерки. Нижний Новгород, 2011. – С.77–86.
7. Сафиуллина З. А. Концепт социальной памяти в библиографоведении // Библиография и книговедение. 2015. № 2. С. 50 – 60.
8. Хальбвакс М. Коллективная и историческая память // Неприкосновенный запас. 2005. № 2/3. УРЛ: <http://магазин.русс.ру/нз/2005/2/ха2.хтмл/> (дата обращения: 17.05.2017).
9. Шартъе Р. Компьютер уравнивает читателя и автора // Книжное обозрение. 2007, февр. УРЛ: <http://1001.ru/arc/книгобоз/иссue84/> (дата обращения: 05.05.2017).

FRUSTRATION TOLERANCE AS A DETERMINANT OF MENTAL HEALTH IN LATER LIFE

*Ikromova Sitora Akbarovna,
PhD (Psychology), Associate Professor,
Department of Pedagogy and Psychology,
Asia International University*

Frustration tolerance; mental health; aging; resilience; coping strategies; psychological well-being; elderly

Old age is a period of human development often accompanied by profound psychological and physiological transformations. During this stage, individuals face unique stressors such as declining health, reduced social roles, loneliness, and the loss of loved ones. These conditions frequently generate frustration, which can negatively affect emotional balance and mental health. Frustration tolerance, defined as the ability to endure setbacks, regulate emotions, and remain flexible in the face of life's obstacles, plays a decisive role in determining how successfully elderly individuals adapt to these challenges. A higher level of frustration tolerance is associated with greater resilience, improved emotional stability, and the capacity to maintain social relationships, all of which are critical for mental health in later life.

Research in psychology has demonstrated that low frustration tolerance often correlates with heightened anxiety, depressive symptoms, and withdrawal behavior among older adults. Conversely, those who demonstrate higher tolerance are better able to reinterpret stressful experiences, avoid negative rumination, and seek constructive solutions. The process of developing frustration tolerance is closely linked to coping mechanisms and adaptive strategies cultivated over the lifespan, including problem-

solving skills, acceptance, and positive reappraisal. In this regard, frustration tolerance can be seen not simply as a personal trait but as an acquired capacity shaped by both individual experience and social context.

The relationship between frustration tolerance and mental health also highlights the importance of social support systems. Elderly individuals with strong family ties, community involvement, or engagement in meaningful activities tend to display higher frustration tolerance. These social connections provide psychological resources that buffer against stress, reinforce self-esteem, and enhance the sense of belonging. Furthermore, therapeutic interventions aimed at strengthening coping mechanisms-such as cognitive-behavioral therapy, mindfulness practices, and supportive counseling-can significantly increase frustration tolerance and, consequently, improve mental health outcomes among the elderly. In contemporary society, where aging populations are growing, understanding the role of frustration tolerance in mental health is not only a theoretical issue but also a practical concern for gerontopsychology and social policy. Promoting frustration tolerance through preventive programs, psychoeducational initiatives, and supportive community environments can reduce the prevalence of mental health problems among older adults and contribute to healthy aging. Thus, frustration tolerance emerges as both a protective psychological factor and a determinant of well-being in later life.

Scholarly perspectives on frustration tolerance in relation to mental health in later life highlight its importance as a protective psychological resource. Albert Ellis (1962), the founder of Rational Emotive Behavior Therapy, was among the first to define **low frustration tolerance** as a core factor contributing to emotional disturbances such as anxiety and depression. According to Ellis, individuals with higher frustration tolerance demonstrate greater resilience when facing setbacks, which is particularly significant in old age when life stressors accumulate. Lazarus and Folkman (1984) in their theory of **stress, appraisal, and coping** emphasized that coping mechanisms are central to psychological adjustment. They argue that elderly individuals with developed frustration tolerance are more capable of appraising stressful situations realistically and selecting adaptive coping strategies. This view aligns with contemporary research in gerontopsychology, which shows that tolerance to frustration reduces the risk of stress-related mental disorders.

In the field of aging studies, Baltes and Baltes (1990) introduced the **Selective Optimization with Compensation (SOC) model**, which highlights adaptation as the core of successful aging. Frustration tolerance fits within this framework as a skill that allows older adults to accept losses, compensate for declining abilities, and optimize remaining resources. Thus, higher tolerance becomes a determinant of sustained mental well-being. Research by Charles and Carstensen (2010) within the **socioemotional selectivity theory** also demonstrates that older adults with higher emotional regulation capacities, including tolerance of frustration, report greater life satisfaction and lower

levels of psychological distress. They argue that the ability to manage negative emotions and reframe frustrations is directly linked to healthy aging.

More recent empirical studies confirm these theoretical perspectives. For example, Zacher and Rudolph (2017) found that frustration tolerance predicts lower depressive symptoms among elderly populations, while Ong, Bergeman, and Boker (2009) showed that resilient older adults with high tolerance to frustration display greater emotional stability and faster recovery from daily stressors. Taken together, these scholarly perspectives reinforce the view that frustration tolerance is not merely a personality trait but a **determinant of mental health in later life**. It influences how elderly individuals perceive challenges, engage with coping mechanisms, and maintain psychological resilience. Strengthening frustration tolerance through therapeutic interventions and social support is therefore seen as a vital strategy for promoting mental health in aging populations.

Vaillant, G. E. (2002). *Aging Well: Surprising Guideposts to a Happier Life*. Harvard University Press. Vaillant emphasizes that adaptability and emotional endurance are fundamental to mental health in old age. He argues that elderly individuals with higher frustration tolerance are more likely to maintain social activity, optimism, and psychological stability, whereas those with low tolerance are more vulnerable to depression and social isolation.

Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). *The contours of positive human health*. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1–28. Ryff and Singer expand the concept of “psychological well-being” within the framework of positive psychology. They identify frustration tolerance as a crucial factor of well-being, since it allows older adults to adapt effectively to stress and preserve a sense of purpose in later life.

Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: Norton. According to Erikson’s psychosocial theory, late adulthood is defined by the stage of “integrity vs. despair.” Older adults with low frustration tolerance are more likely to fall into despair and regret, while those with higher tolerance achieve integration, acceptance of life, and emotional stability.

Neugarten, B. L. (1977). *Personality and aging*. In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the Psychology of Aging* (pp. 626–649). Van Nostrand Reinhold. Neugarten highlights the role of personality traits in successful aging. She shows that frustration tolerance is closely linked to resilience, stress resistance, and the preservation of mental health in old age.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998). *Successful Aging*. Pantheon Books. Rowe and Kahn argue that frustration tolerance contributes to “successful aging,” which involves physical health, social engagement, and psychological well-being. They stress that elderly individuals with high tolerance experience fewer symptoms of psychological distress and demonstrate greater life satisfaction.

These scholarly contributions underline that frustration tolerance is a **determinant of psychological health in aging populations**. It strengthens adaptability, supports emotional stability, promotes resilience, and helps maintain social connectedness. Without this capacity, elderly individuals face higher risks of depression, anxiety, and despair, while those with stronger tolerance are more likely to achieve positive aging and mental well-being.

Conclusion

Frustration tolerance is a key factor influencing the mental health of elderly individuals, functioning as a buffer against the stressors and challenges of aging. Higher tolerance enables resilience, emotional stability, and adaptive coping, while low tolerance increases vulnerability to anxiety, depression, and social withdrawal. By strengthening frustration tolerance through psychological interventions, social support, and educational programs, it is possible to enhance the quality of life and promote mental well-being among older adults. The study of frustration tolerance as a determinant of mental health therefore represents an essential direction for research and practice in the psychology of aging.

References:

1. Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press.
2. Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2010). Social and emotional aging. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>
3. Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
4. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
5. Ong, A. D., Bergeman, C. S., & Boker, S. M. (2009). Resilience comes of age: Defining features in later adulthood. *Journal of Personality*, 77(6), 1777– 1804. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00600.x>
6. Zacher, H., & Rudolph, C. W. (2017). Successful aging at work and beyond: A review and critical perspective. *Work, Aging and Retirement*, 3(2), 123–139. <https://doi.org/10.1093/workar/waw016>

TARAQQIYOT PSIXOLOGIYASI MAVZUSIDA ILMIY TEZIS

Imomaliyeva Sayyoraxon
Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti Namangan filiali
Ijtimoiy Psixologiya yo'nalishi
2- kurs magistranti

Inson shaxsining psixik rivojlanishi qadimdan olimlar va mutafakkirlarning

diqqat markazida bo'lgan. Har bir jamiyat taraqqiyoti yosh avlodning barkamol tarbiyasi va bilimdonligi bilan chambarchas bog'liq. Shu bois inson psixikasining rivojlanish qonuniyatlarini o'rganadigan taraqqiyot psixologiyasi fan sifatida katta ahamiyatga ega.

Mazkur fan inson hayotining barcha bosqichlarini qamrab olib, har bir davrda yuz beradigan psixologik o'zgarishlarni aniqlaydi, ularni boshqarishning ilmiy asoslarini ishlab chiqadi. Taraqqiyot psixologiyasi pedagogika, falsafa, biologiya, sotsiologiya kabi fanlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, ta'lim-tarbiya jarayonida muhim o'rin tutadi.

Taraqqiyot psixologiyasi inson psixikasining rivojlanish jarayonlarini, yosh davrlari bo'yicha o'zgarishlarni o'rganadi. Uning asosiy vazifalari:

1. Shaxs rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini aniqlash.
2. Yosh davrlarini ilmiy asosda tasniflash.
3. Psixik jarayonlarning bosqichma-bosqich o'zgarishini tushuntirish.
4. Ta'lim va tarbiyada psixologik qonuniyatlarni qo'llash.
5. Rivojlanishda yuzaga keladigan muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etish.

Inson psixikasining rivojlanishi haqidagi ilk qarashlar qadimiy Sharq mutafakkirlarida uchraydi. Forobiy, Ibn Sino, Beruniy kabi allomalar bola tarbiyasi, bilim olish va axloqiy shakllanish jarayonlariga alohida e'tibor qaratgan. Yevropada Russo, Komenskiy, Lok bolalik davrini o'rganib, ta'limning yosh xususiyatlariga mos bo'lishi zarurligini ta'kidladilar. XX asr psixologlari – Piaget, Vygotskiy, Erikson, Elkonin taraqqiyot psixologiyasini mustaqil ilmiy fan sifatida shakllantirdilar. Piaget kognitiv rivojlanishni bosqichlarga ajratdi, Vygotskiy ijtimoiy muhitning rolini ta'kidladi, Erikson esa psixososial rivojlanish nazariyasini ishlab chiqdi.

Taraqqiyot psixologiyasida bir nechta nazariy yondashuvlar mavjud:

Biogenetik nazariya – rivojlanish biologik omillarga bog'liq.

Sotsiogenetik nazariya – muhit va tarbiya asosiy omil.

Psixoanalitik nazariya (Z. Freyd, E. Erikson) – ongsizlik va ichki ziddiyatlarning ta'siri.

Kognitiv nazariya (J. Piaget, J. Bruner) – tafakkur va bilish jarayonlarining rivojlanishi.

Gumanistik nazariya (A. Maslow, K. Rojers) – shaxsning o'zini namoyon qilish imkoniyatlari.

Inson hayoti quyidagi davrlarga ajratiladi:

1. Chaqaloqlik (0–1 yosh)
2. Go'daklik (1–3 yosh)
3. Ilk bolalik (3–6 yosh)
4. Maktabgacha davr (6–7 yosh)
5. Kichik maktab yoshi (7–11 yosh)
6. O'smirlik (11–15 yosh)
7. O'spirinlik (15–18 yosh)

8. Ilk etuklik (18–30 yosh)
9. O'rta etuklik (30–45 yosh)
10. Kech etuklik (45–60 yosh)
11. Qarilik (60 yoshdan keyin)

Har bir davrda shaxsning bilish jarayonlari va ijtimoiylashuvi o'ziga xos tarzda rivojlanadi.

Bolalik davri inson rivojining eng sezgir davri hisoblanadi. Bu davrda sezgi va idrok, emotsional aloqa, nutq, ijodkorlik va tasavvur rivojlanadi.

Maktabgacha yoshda o'yin faoliyati asosiy rol o'ynaydi. Bola o'yin orqali jamiyatdagi munosabatlarni o'rganadi, ijodkorlikni rivojlantiradi, nutqni boyitadi.

Maktab davrida o'quv faoliyati etakchi faoliyat turiga aylanadi. Diqqat, xotira, tafakkur kabi bilish jarayonlari rivojlanadi. O'qituvchi va tengdoshlar bilan munosabat shaxsning ijtimoiylashuviga katta ta'sir ko'rsatadi. Bola asta-sekin ixtiyoriy xatti-harakatlarni boshqarishni o'rganadi, o'z fikrini mantiqiy asosda ifodalash qobiliyati ortadi.

O'smirlik davrida o'zlikni anglash, mustaqillikka intilish kuchayadi. Bu davrda hissiy beqarorlik, norozilik kayfiyatlari ko'p uchraydi. O'spirinlik esa kasb tanlash va hayotiy yo'lni belgilash davri hisoblanadi. Bu davrda shaxs o'z qadriyatlarini shakllantiradi, dunyoqarashi mustahkamlanadi.

Ilk etuklik davrida kasbiy faoliyatga e'tibor kuchayadi, oilaviy hayot barqarorlashadi. O'rta etuklik davrida inson jamiyatda etakchi rol o'ynaydi, tajribasi ortadi. Qarilik davrida bilish jarayonlari sekinlashadi, biroq donishmandlik va hayotiy tajriba kuchayadi.

Diqqat – bolalikda beqaror, maktab davrida ixtiyoriy boshqariladi.

Xotira – avval mexanik, keyin mantiqiy xarakter kasb etadi.

Tafakkur – konkret operatsiyalardan abstrakt tafakkurga o'tadi.

Nutq – go'daklik davrida shakllanib, keyin muloqot vositasiga aylanadi.

Emotsiya va iroda – o'smirlikda keskin, etuklikda barqaror tus oladi.

Taraqqiyot psixologiyasi quyidagi sohalarida amaliy ahamiyat kasb etadi:
ta'lim va tarbiya;

kasb tanlash;

psixodiagnostika va maslahat;

oilaviy munosabatlarni tartibga solish;

psixoterapiya va rehabilitatsiya.

O'zbekiston psixologlari ham taraqqiyot psixologiyasi rivojiga katta hissa qo'shganlar.

E. G'oziyev – yosh davrlari psixologiyasi nazariyasini ishlab chiqqan.

V. Karimova – shaxs tarbiyasi va ijtimoiylashuv jarayonlarini tadqiq qilgan.

M. Qodirov – umumiy psixologiya va bilish jarayonlari rivojini o'rgangan.

Bugungi globallashuv davrida taraqqiyot psixologiyasi yangi muammolar bilan

to'qnashmoqda:

internet va ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri;
yoshlarning migratsiyasi va moslashuv muammolari;
oilaviy qadriyatlarning o'zgarishi;
virtual muloqotning ustunligi.

Kelajakda taraqqiyot psixologiyasi quyidagi yo'nalishlarda rivojlanadi:
neyropsixologiya va miya tadqiqotlari;
raqamli ta'lim va onlayn psixologik maslahatlar;
sun'iy intellekt sharoitida shaxs rivojini o'rganish;
virtual muhit va metaverse'dagi psixologik jarayonlar.

Xulosa.

Taraqqiyot psixologiyasi inson shaxsining tug'ilishdan umrining oxirigacha bo'lgan rivojlanishini o'rganadi. Bu fan ta'lim-tarbiya jarayonini samarali tashkil etishda, shaxsning barkamol rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Yosh davrlarini chuqur o'rganish orqali jamiyatning intellektual salohiyati va ma'naviy taraqqiyotiga erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'oziyev E. Taraqqiyot psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2008.
2. Vygotskiy L.S. Psixologiya razvitiya cheloveka. – Moskva: Pedagogika, 1996.
3. Piaget J. The Psychology of Intelligence. – New York: Routledge, 2001.
4. Elkonin D.B. Psixologiya razvitiya. – Moskva: Akademiya, 2001.
5. Erikson E. Childhood and Society. – New York: Norton, 1963.
6. Qodirov M. Psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2015.
7. Karimova V.M. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2010.
8. Maslow A. Motivation and Personality. – New York: Harper & Row, 1954.
9. Bruner J. Toward a Theory of Instruction. – Cambridge: Harvard University Press, 1966.

ICHKI ISHLAR XODIMLARIDA HISSIY BEZOV TALIK HOLATINING NAMOYON BO' LISHIDA TA'SIR KO'RSATADIGAN PSIXOLOGIK OMILLAR

*Isabayev Abdulkarim Komiljonovich
Buxoro Xalqaro universitet tadqiqotchisi*

Ichki ishlar tizimi xodimlari jamiyatda xavfsizlik va tartibni saqlashda muhim rol o'ynaydigan kasb egalaridir. Ularning xizmat faoliyati yuqori darajadagi mas'uliyat, tashkiliy bosim va doimiy psixologik yuklama bilan bog'liq bo'lib, bu holat ko'plab ruhiy omillar ta'sirida murakkablashadi. Xizmat davomida turli xavfli vaziyatlar, to'satdan yuzaga keladigan tahdidlar va jismoniy-ruhiy bosimlar xodimning ichki

holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shunday sharoitda xodimlar o'z hissiyotlarini boshqarishga, o'zini tuta bilishga majbur bo'ladi, ammo bu doim ham oson kechmaydi. Psixologik barqarorlikka ega bo'lmagan xodimlar turli hissiy buzilishlarga duch kelishi mumkin. Bu esa, o'z navbatida, ularning xizmat samaradorligi va professional faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi. Ichki ishlar xodimlari uchun ruhiy barqarorlikni saqlab qolish, stressni engish va hissiy holatni boshqarish ko'nikmalari muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu yo'nalishda olib boriladigan tadqiqotlar psixologik muammolarning ildizlarini aniqlash va ularni bartaraf etishga yordam beradi. Hissiy bezovtalikning namoyon bo'lish sabablari har xil bo'lib, ular individual psixologik xususiyatlar, ish muhiti va ijtimoiy omillar bilan bevosita bog'liq. Mazkur mavzu bo'yicha chuqur tahlil qilish ichki ishlar tizimidagi muammolarning ildizini anglash imkonini beradi.

Bugungi kunda ichki ishlar xodimlari duch kelayotgan psixologik bosimlar nafaqat xizmatdagi muammolar, balki ijtimoiy va shaxsiy omillar bilan ham murakkab tus olgan. Xodimning o'z kasbiga bo'lgan munosabati, o'zini anglash darajasi va hissiy muvozanatni saqlash qobiliyati ruhiy holatga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Qattiq ish tartibi, yuqori darajadagi nazorat, jamoaviy muhitdagi ziddiyatlar ruhiy charchoqni keltirib chiqaradi. Shuningdek, rahbariyat tomonidan beriladigan bosimlar, xizmatga oid adolatsizliklar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning etishmasligi xodimni ichki bosim ostida qoldiradi. Bu holat asta-sekinlik bilan hissiy bezovtalik, asabiylik, tushkunlik va boshqa psixologik muammolarga olib keladi. Bunday holatlarning oldini olish uchun xodimlar orasida psixologik salomatlikka oid profilaktika ishlarini yo'lga qo'yish muhimdir. Shu bilan birga, jismoniy sog'lomlashtirish, madaniy hordiq, ijtimoiy muloqot imkoniyatlarini yaratish ruhiy sog'liqni mustahkamlashga xizmat qiladi. Har bir xodim individual psixologik yondashuvga muhtoj bo'lib, bu ularning shaxsiy ehtiyojlarini hisobga olishni talab qiladi. Tizimda xizmat qilayotgan xodimlarning hissiy holatini tahlil qilish, bu boradagi echimlarni ishlab chiqish dolzarb ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda ularning ruhiy holati muhim omillardan biridir.

Psixologik omillar ta'sirida yuzaga keladigan hissiy bezovtalik holatlarini chuqur o'rganish, ichki ishlar tizimidagi xizmat samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Hissiy holatning noturg'unligi nafaqat xodimning ichki ruhiy muvozanatini, balki atrofdagilar bilan bo'lgan munosabatlariga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Agar bunday holatlar o'z vaqtida aniqlanmasa va zaruriy chora-tadbirlar ko'rilmasa, ular xodimning faoliyatidan ketishiga yoki jiddiy psixologik kasalliklarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, ichki ishlar tizimidagi har bir rahbar va mutasaddi shaxs bu holatlarga jiddiy e'tibor qaratishi zarur. Xodimlar bilan psixologik suhbatlar olib borish, ularga kerakli maslahatlar berish va muammolarini tinglash, ijobiy psixologik muhit yaratishga xizmat qiladi. Psixologik salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan tadbirlar, treninglar va ruhiy yordam xizmatlarini rivojlantirish orqali sezilarli natijalarga erishish mumkin. Bunday yondashuv nafaqat individual xodim uchun, balki butun tizimning

samaradorligi uchun ham foydalidir. Shuningdek, xodimlarning o'zini anglash, o'z qadr-qimmatini his etish hissini shakllantirish ularning motivatsiyasini oshiradi. Mavjud muammolarni psixologik jihatdan to'g'ri tahlil qilish, ularni engish yo'llarini aniqlash orqali xodimlar o'rtasidagi ruhiy barqarorlikni ta'minlash mumkin. Shu bois ushbu mavzuni chuqur o'rganish va amaliy echimlar ishlab chiqish dolzarb ilmiy va ijtimoiy ahamiyatga ega.

Ichki ishlar tizimi xodimlari jamoa psixologiyasi kontekstida doimiy ijtimoiy muvozanatni saqlashga harakat qiladi, va bunday holatda A.N.Suxov tomonidan ishlab chiqilgan «kriminogen muloqot» kontseptsiyasi ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi.

Uning tadqiqotlariga ko'ra, xizmatdagi ijtimoiy qarama-qarshiliklar, asabiylik bilan aralashgan stress holatlarida xodimlarning jamoaviy munosabatlari darhol murakkablashadi va bu hol ular hissiyotlarini nazorat qilish qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. U stress paytida xodimlarning psixologik moslashuv mexanizmlari buzilishi, ularni ichki noziklikka olib kelishini ta'kidlaydi. Bunday omillar ichki ishlar tizimidagi hissiy barqarorlik darajasining susayishiga sabab bo'ladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, mazkur sharoitdagi hissiy bezovtalik holatlarini aniqlashda ijtimoiy muhit dinamikasi muhim komponent bo'lib qoladi. Suxovning yondashuvi – ijtimoiy bosim, muloqotdagi noaniqlik va stress omillarining o'zaro aloqasini ko'rgan holda, xodimlarning hissiy holatini tahlil qilishda va profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqishda uslubiy poydevor yaratadi.

E.V.Ahmadieva va S.I.Galyautdinova kabi olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotda ichki ishlar xodimlarining ijtimoiy frustatsiyasi, psixologik xavfsizlik va hayotbardoshlik o'zaro bog'lanishi tahlil etilgan. Ularning natijalariga ko'ra, ijtimoiy frustatsiya yuqori darajada bo'lgan xodimlarda psixologik xavfsizlik pasayadi, bu esa o'z navbatida hissiy bezovtalik holatlarini kuchaytiradi. Ushbu tadqiqotda aniqlangan holatlarga ko'ra, frustatsiya va ruhiy muvozanatsizlik orasida salbiy korrelyatsiya mavjud, ya'ni frustatsiya oshgani sayin hayotbardoshlik darajasi pasayadi, xodimda ichki asabiylik ortadi. Bu omillar birgalikda murakkab psixologik muhitni yaratadi, unda xodimlar o'zlarini xavfsiz his qilmay qoladi va bu ularning hissiy rezonans darajasiga salbiy tasir ko'rsatadi. Ushbu yondashuv hissiy bezovtalikning ilmiy tahlilini sifat jihatdan mukammallashtiradi va xodimlarning ruhiy barqarorligini saqlash yo'llarini aniqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Latyishev va Dvortsova ichki ishlar xodimlarida stressbardoshlik, emosional intellekt va professional charchoq (burnout) o'rtasidagi bog'liqlikni o'rgangan. Ularning kuzatuvlariga ko'ra, xizmatdagi yuklamalar ortgan sayin agar xodimda yuqori emosional intellekt va stressni boshqarish ko'nikmasi bo'lsa, u professional charchoq darajasini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin. Bu holatlar ularning xizmat samaradorligini saqlash va hissiy aptalshilikka yo'l qo'ymaslikda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, yuqori darajadagi stressbardoshlik va emosional intellekt hissiy barqarorlikni qo'llab-quvvatlashda kuchli omil hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan

bu omillarni rivojlantirish xodimlarda ehtimoliy bezovtalik holatlarining oldini oladi, ularning ruhiy salomatligini mustahkamlaydi.

Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik holatini muhokama qilishda birinchi navbatda tashkilot ichidagi ijtimoiy va psixologik stressomilarni tahlil qilish muhimdir. Tadqiqotlardan ma'lumki, ish joyida erkinlikning cheklanganligi, yuqoridan keladigan qararlarni boshqarishdagi zaiflik va hamkasblardan erishiladigan qo'llab-quvvatning kamayishi xodimni ruhiy muvozanatdan chalg'itadi. Bunday holatlarda xodimda o'zini izolyatsiyalangan, noaniqlik va boshqariluvchanlikni yo'qotgan hislar kuchayadi. Ishda bajariladigan talablar haddan tashqari yuqori bo'lsa-chi, biroq bu talablar bo'yicha avtoriya yo'q bo'lsa – buning o'zi ham kuchli stress manbai bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, rag'batlarning etishmasligi, ya'ni mehnat evaziga munosib tan olinmaslik hissi ham xodimni ruhiy qiyinchiliklarga olib keladi. Bu omillar birgalikda xodimda ichki tushkunlik, motivatsiya yo'qolishi, va hissiy beqarorlikni paydo qiladi. Natijada, professional charchoq shakllanadi, unda ruhiy va emotsional energiya tugaydi, hamkasblarga hurmatni yo'qotish va o'z ishiga bo'lgan qiziqish kamayadi. Shu tariqa, tashkilot ichidagi psixologik muhit xodimning hissiy barqarorligida muhim rol o'ynaydi.

Xodimlar shaxsiy psixologik xususiyatlari, jumladan shaxsiylik traitlari ham hissiy bezovtalikni shakllantirishda katta ahamiyat kasb etadi. Tadqiqatlar ko'rsatadiki, hissiy beqarorlik (neurotizm) yuqori bo'lgan xodimlar stress va ruhiy bosimlarni kuchliroq his etadi, buning natijasida bezovtalik holatlari tez-tez yuzaga keladi. Aksincha, tartibli, mas'uliyatli va ochiq tabiatli shaxslar psixologik salomatlikni yaxshiroq saqlay oladi. Shu nuqtai nazardan, shaxsiylik omillarining ijobiy yoki salbiy ta'siri stress karishga qodirlikni aniqlashda diagnostika nuqtai nazaridan beqiyosdir. Bundan tashqari, ma'lumki, ba'zi xodimlar ichki nazorat hissi yuqori bo'lsa – ya'ni, vaziyatni boshqarish qobiliyati yuqori bo'lsa – ular professional charchoqni engishda muvaffaqiyatliroq bo'ladi. Shu tarzda, shaxsiy va individual psixologik profil stress va bezovtalikka nisbatan chidamlilikni aniqlashda asosiy indikatorlardir. Demak, tashkilotlar bu omillarni inobatga olib xodimlarni tegishli trening yoki ruhiy qo'llab-quvvatlash bilan mustahkamlash imkoniyatlarini yaratishi muhimdir.

Xizmat sharoitidagi travmatik hodisalarga bevosita duchorlik yoki orqali duch kelishga bog'liq psixologik yuk-hissiy travma shakllanishi ham muhim muhokama obyekti sanaladi. Psixologik izlanishlar shuni ko'rsatadi-ki, to'g'ridan-to'g'ri yo'qotish, qotillik yoki baxtsiz voqealar guvohligiga aylanish xodimda vicarious trauma yoki ikkinchi darajali travma rivojlanishiga olib keladi. Bunday travma holatlarida xodimda ruhiy muhitda passivlik, befarqlik, impulslarga sezgirlik, uyqusizlik va ijtimoiy izolyatsiya kabi belgilar paydo bo'lishi mumkin. Ayniqsa, bu hodisalar ko'p marta va intensiv ravishda takrorlangan sharoitlarda, xodimlarning psixologik qarshiligi susayadi. Biroq, tashkilot ichida ma'qullangan, ishonchli psixologik yordam mavjud bo'lsa, bu travmatik yukni engish imkoniyatlari sezilarli darajada yuqorilaydi. Shu

sababli, internal xizmat sharoitida ruhiy traumasni aniqlash, qo'llab-quvvatlash, professional yordamni yo'lga qo'yish – xodimlarning hissiy holatini barqaror saqlashni ta'minlovchi asosiy chora hisoblanadi.

Ichki ishlar xodimlarining hissiy bezovtalik holatlari ko'plab psixologik omillar ta'sirida shakllanadi. Ushbu holatning asosiy sababi sifatida doimiy stressli sharoitda ishlash, yuqori javobgarlik, xavf-xatar bilan yuzma-yuz kelish holatlarini keltirish mumkin. Ish tartibining noturg'unligi, uyqu va dam olishning etarli darajada bo'lmasligi ruhiy charchoqqa olib keladi. Bunday holatlar xodimning hissiy barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va bezovtalik holatlarini kuchaytiradi. Psixologik tayyorgarlikning etishmasligi, jamoaviy muhitdagi ziddiyatlar, rahbariyat tomonidan qo'yiladigan yuqori talablar ham salbiy omillar sifatida ko'riladi. Xodimlarning shaxsiy hayotidagi muammolar ham ishdagi holatga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, axloqiy bosim, ishonchsizlik muhitining mavjudligi va doimiy nazorat ostida bo'lish hissi psixologik zo'riqishni kuchaytiradi. Natijada, bu holat hissiy charchoq, qo'rquv, xavotir, asabiylik va ruhiy tushkunlik ko'rinishida namoyon bo'ladi. Bunday bezovtalik holatlari xodimning xizmat samaradorligini pasaytiradi va ruhiy holatni izdan chiqaradi. Shu bois psixologik omillarni o'z vaqtida aniqlash va engillashtirish bo'yicha tizimli yondashuv zarur.

Xodimlarda hissiy bezovtalik holatining kuchayishiga shaxsiy motivatsiyaning etarli emasligi ham sabab bo'ladi. Xizmat faoliyatida o'zini qadrlamaslik yoki natijalarning e'tiborsiz qolishi ruhiy tushkunlikni kuchaytiradi. Shaxsning o'zini anglash darajasi, o'z ustida ishlash istagi va maqsadli fikrlash darajasi past bo'lsa, hissiy barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi. Doimiy tashvishli kayfiyat, qo'rquv hissi va ichki ishonchsizlik holatlari stress darajasini oshiradi. Xodimlar orasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining etarli emasligi ularni yolg'iz qolishga majbur qiladi. Bunday sharoitda psixologik yordamning mavjud emasligi, ularning ruhiy salomatligini bevosita xavf ostida qoldiradi. Sog'lom ish muhitini yaratish, samimiy muloqot va ishonchga asoslangan jamoaviy aloqalar muhim ahamiyatga ega. Boshqaruvchilarning xodimlarga nisbatan empatiya va tushuncha bilan yondashishi, ijobiy kayfiyatni shakllantiradi. Agar bu omillar etarlicha e'tiborga olinmasa, bezovtalik holatlari chuqurlashib, ruhiy salomatlikka zarar etkazadi. Shuning uchun har bir xodimning hissiy holatini doimiy nazorat qilish, psixoprofilaktik ishlar olib borish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ахмадеева Е. В., Галяутдинова С. И. (2021). Психологическая безопасность и жизнестойкость сотрудников органов внутренних дел в условиях социальной фрустрации. *Психология и право*, №1

2. Латышев А. В., Дворцова Е. В. (2020). Эмоциональный интеллект и стрессоустойчивость как факторы профилактики профессионального выгорания сотрудников правоохранительных органов. *Молодой ученый*, №10
3. Сухов А. Н. (2015). Социально-психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел. *Научно-методический журнал МВД России*, №6
4. Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized. *Brunner/Mazel Publishers*
5. Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it. *Jossey-Bass Publishers*

IJTIMOY QO'LLAB-QUVVATLASH – TALABALARNING RUHIY SALOMATLIGI OMILI SIFATIDA

*Isakova M.T.,
Farg'ona davlat universiteti Psixologiya kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori (DSc).*

Hozirgi davrda talabalar orasida stressli vaziyatlar va ruhiy bosimning ko'payishi kuzatilmoqda. Bu holat ularning nafaqat ta'limdagi, balki shaxsiy rivojlanishdagi muvaffaqiyatlariga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Stressni engish jarayonida turli strategiyalar mavjud bo'lib, ular orasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash alohida ahamiyatga ega. Ushbu maqolada ijtimoiy yordamning turlari, uning stressni kamaytirishdagi o'рни hamda talabalarining ruhiy salomatligiga ko'rsatadigan ta'siri yoritiladi.

Stressli vaziyatlarni bartaraf etishda bir nechta strategiyalar mavjud: qarama-qarshilik bilan kurashish, muammoga nisbatan uzoqlashish, o'zini boshqarish, ijtimoiy yordam so'rash, muammoni hal etishda mas'uliyat olish, qochish, harakatlarni rejalashtirish hamda vaziyatni qayta baholash. S.Lazarus va Susan Folkman tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv yondashuvga ko'ra, ijtimoiy yordam so'rash shaxsning individual yondashuvini kengaytirib, uni ijtimoiy munosabatlar tizimi orqali yanada samarali qiladi.

Stressli vaziyatlarni bartaraf etish strategiyalarini, ya'ni engish strategiyalarini o'rganishda bir nechta asosiy shakllar aniqlanadi. Bularga quyidagilar kiradi:

- qarama-qarshilik bilan kurashish;
- muammoli vaziyatga nisbatan uzoqlashish;
- o'zini boshqarish;
- ijtimoiy yordam so'rash;
- muammoni hal qilish uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olish;

- qiyin muammoli vaziyatlarni hal qilishdan qochish;
- o'z harakatlarini rejalashtirish;
- muammoli vaziyatning ahamiyatini qayta baholash.

Sanab o'tilgan strategiyalar orasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash alohida o'rin tutadi, chunki u stressli vaziyatlarning tahlilini individual darajadan butun vaziyat kontekstiga o'tkazadi, bu shaxs va boshqa odamlar o'rtasidagi o'zaro ta'sirning keng doirasini o'z ichiga oladi. Bu Richard S.Lazarus va Susan Folkman tomonidan taqdim etilgan stressga kognitiv yondashuvga to'liq mos keladi [4].

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni odatda qiyin vaziyatlarda atrof-muhit tomonidan shaxsga ko'rsatiladigan barcha turdagi yordam sifatida ta'riflash mumkin. Bu, birinchi navbatda, muammoli vaziyatlarni, hayotiy voqealarni, stressli vaziyatlarni, tanqidiy vaziyatlarni o'z ichiga oladi

Ijtimoiy yordam uchta asosiy elementdan iborat:

1. Hissiy qo'llab-quvvatlash: o'zaro tushunish, empatiya, ijobiy mustahkamlash.
2. Muammolarni hal qilishda yordam berish: birovga bevosita xizmat qilish; bilvosita: muammolarni hal qilishda yordam berish, muammoni birgalikda tahlil qilish, kerak bo'lganda maslahat, ma'lumot berish va boshqa tomondan istak bildirish.
3. Muayyan shaxslar tomonidan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, xavfsizlik hissini kafolatlash, shaxsning faolligini rag'batlantirish, qiyin vaziyatni boshdan kechirishdan qutulish imkoniyatini ta'minlash.

Yaqin doiralar tomonidan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash turli shakllarda bo'lishi mumkin: maslahat, zarur ma'lumot, hissiy empatiya, suhbat, birgalikdagi harakatlar. Kontseptsianing aniq ta'rifiga asoslanib, qo'llab-quvvatlash o'zaro yordamni anglatadi, ya'ni u birgalikdagi harakatni o'z ichiga oladi. Biz turli xil qo'llab-quvvatlash turlari haqida gapirishimiz mumkin: rasmiy va norasmiy. Birinchisi, talabalar faoliyatini ta'minlashga qaratilgan bir qator chora-tadbirlarni o'z ichiga oladi: kutubxona, stipendiyalar, kuratorlar, tyutor va boshqalar. Aksariyat universitetlarda talabalar uchun maxsus tashkil etilgan maslahat markazlari talabalar hayotini tashkil etish bilan bog'liq muammolarni hal qilishda yordam beradi. Stress va ruhiy salomatlik doirasida ikkinchi turdagi qo'llab-quvvatlash birinchi o'ringa chiqadi - norasmiy ijtimoiy yordam. Bu, birinchi navbatda, talabalarning o'zlari, shuningdek, o'qituvchilar tomonidan qo'llab-quvvatlashni o'z ichiga oladi.

Kasbiy faoliyatdagi stress omillarini o'rganish shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash stressli vaziyatlarni kamaytirish shartlaridan biridir. Bu kasbiy muammolarni hal qilishda ishdagi rahbariyatning yordamini anglatadi. Kritik vaziyatlarda insonning ruhiy salomatligiga hissa qo'shadigan muhim himoya psixologik omilga aylanadi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning etarli emasligi o'z faoliyati natijalaridan begonalashish va norozilik kabi noxush oqibatlariga olib kelishi yoki umidsizlik manbai bo'lishi mumkin. Amalga oshirilayotgan faoliyatga qo'shgan hissasi va ijobiy fikr o'rtasidagi nomuvofiqlik "qoniqish inqirozi"ga olib keladi, bu esa o'z

navbatida motivatsiyaning keskin pasayishiga olib keladi.

Kasbiy muhit va birinchi navbatda ishdagi hamkasblar tomonidan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ijobiy hissiy tajribalar manbai bo'lib, ziddiyatli vaziyatlarni hal qilishga yordam beradi va kuchli raqobatning salbiy oqibatlaridan himoya qiladi. Boshqalardan ijobiy mustahkamlashni kutish, o'z harakatlarining foydaliligi va samaradorligini tasdiqlash sub'ekt va sub'ekt munosabatlarida begonalashish hissiy charchoqqa qarshi kurashadi. Bu o'qituvchilik kasbida alohida ahamiyatga ega bo'lib, doimiy va yaqin shaxslararo aloqalarni saqlash zarurati bilan ajralib turadi. Hamkorlik sifati qo'llab-quvvatlash darajasini belgilaydi va professional charchash belgilarining erta boshlanishi xavfini kamaytiradi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning etarli emasligi faoliyat natijalaridan begonalashish va o'zidan norozilik hissini rivojlanishiga olib keladi. Begonalashish nazariyasiga ko'ra, pastdarajadagi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash oqibatlari begonalashish va umidsizlikka aylanadi. Agar inson uzoq vaqt davomida begonalashish tuyg'usini engishga qodir bo'lmasa, o'zini past nazar hissi, o'zini o'zi qadrlashning keskin pasayishi, aybdorlik hissi, o'ziga va boshqalarga qaratilgan tajovo'zkorlik kabi charchash belgilari rivojlanadi.

Samarali faoliyat omili sifatida tashqi baholash va qo'llab-quvvatlash shaxsning ruhiy salomatligi uchun muhim shartdir. Ralf Schwarzer буни Albert Bandura nazariyasiga ishora qilib, shaxsiy rivojlanish uchun tashqi baholash prognozining muhimligini ta'kidlagan. Muvaffaqiyatni va boshqalardan ijobiy mustahkamlashni kutish muvaffaqiyat motivatsiyasini oshirishga, ya'ni shaxsning ruhiy salomatligi stressni engish uchun samarali strategiyalarni shakllantirishga olib keladi. Mattias Burish charchash sindromining rivojlanishini atrof-muhit omillari bilan bog'laydi. Bularga quyidagilar kiradi: shaxsning ijtimoiy muhiti, zarur hissiy himoyani ta'minlay oladigan ishdagi hamkasblari, shuningdek muammolarni hal qilishning samarali strategiyalarini topishda yordam berish. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning ma'nosi birinchi navbatda hissiy empatiya va qiyin vaziyatlarda qo'llab-quvvatlashdir. Uyg'unlik tuyg'usi nuqtai nazaridan, empatiya bir xil to'lqin yëzunligiga, chuqur o'zaro tushunishga va bir-biri bilan uyg'unlikda harakat qilishning bir turi sifatida ifodalanishi mumkin [1].

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash talabalarning ruhiy salomatligi uchun eng muhim psixologik himoya omillaridan biridir. U nafaqat stressni kamaytiradi, balki o'quv jarayonida samaradorlikni oshiradi, shaxsiy rivojlanishni rag'batlantiradi va insonning ijobiy munosabatlarini shakllantiradi. Talabalarga ko'rsatiladigan rasmiy va norasmiy yordamning uyg'unligi ularning ruhiy barqarorligini ta'minlashda muhim o'rin tutadi. Demak, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni rivojlantirish nafaqat talabalarning individual salomatligini, balki butun ta'lim muhitining sog'lomligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Isakova M.T. Salomatlik ijtimoiy psixologiyasi. Darslik. 2024.-226 b.
2. Lazarus, R.S. (1966). Psychological stress and the coping process. McGraw-Hill.
3. Lazarus, R.S. (1991). Emotion and adaptation. Oxford University Press.
4. Lazarus, R., Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.
5. Richard S. Lazarus, Bernice N. "Passion and Reason: Making Sense of Our Emotions" 1994.

OTA-ONA QARAMOG'ISIZ QOLGAN BOLALARNI HAYOTGA INTEGRATSIYALASHUVLARIDA PSIXOLOG-MUTAXASSISLARNING MASHG'ULOTLAR TIZIMI

Islamova Dilafruz Bustanovna

*Sharof Rashidov nomidagi SamDU Psixologiya va ijtimoiy-siyosiy fanlar
fakulteti Amaliy psixologiya kafedrasi dotsenti (PhD)*

Bugungi kunda Respublikamizda ota – ona qaramog'idan qolgan bolalarni oilaga joylashtirish dolzarb masalalardan biri bo'lib, har bir bolaga ko'rsatilayotgan mehr-e'tibor, g'amxo'rlik ertangi kelajak uchun mustahkam poydevor bo'lib xizmat qilishi hammamiz uchun tushunarlidir.

Mehr va ijtimoiy himoyaga mugtoij bolajonlarga psixologik xizmat ko'rsatish dunyoning deyarli barcha davlatlarida tarbiyaviy nuqtai nazardan ancha e'tiborli o'rinni egallamoqda. Bolalarga psixologik xizmat ko'rsatish faoliyatida bola bilan aloqa o'rnatish, ishonchli munosabatlarni shakllantirish, ijtimoiy xulq-atvor ko'nikmalarini shakllantirish, bolani muammoli vaziyatda hatti-harakatlarning turli usullarini ko'rishga o'rgatishga doir quyidagi trening mashqlaridan foydalanishimiz mumkin;

A.)"TOSHNI SILJITISH" MASHQLARI. Toshni siljitish" mashqlaridan foydalanganda ijobiy xulq-atvor ko'nikmalarini shakllantirish, bolani muammoli vaziyatda hatti-harakatlarning turli usullarini ko'rishga o'rgatish, stressni tiklash, ichki tozalanish va jamiyatga ijtimoiylashuviga yordam beradi. Ushbu mashqlarni o'tkazishning bosqichma-bosqich tartibi quyidagicha:

Mashqning maqsadi

- Bolalarning tasavvurlarini rivojlantirish.
- Hamkorlik bilan bog'liq.
- Stress va yordamni tuzatish.

Mashq uchun zarur materiallar; Katta qog'oz varaqchlari yoki doska, marker yoki bo'yoqlar, qulay joy (bolalar dumaloq shaklda o'tirishlari mumkin).

Bosqichlari

1. Kirish qismi (3-5 daqiqa)

Psixolog bolalarga qisqacha mashqning mazmunini tushuntiradi. Masalan: "Hozir biz tasvir o'yinini o'ynaymiz. Tasavvur qiling, oldimizda juda katta tosh bor. Biz uni siljitishimiz kerak, ammo bu vazifani amalga oshirish uchun faqat birlashishimiz kerak". Bu bosqichda bolalarning e'tiborini jamlash va mashqga tayyorlash muhim.

2. Tasavvur qiling va ko'z oldingizga keltiring (5-7 daqiqa)

Psixolog bolalardan ko'zlarini yumib, tasvirini so'raydi:

"Bu tosh qanaqa shaklda? Qanday rangda? U og'irmi yoki engil?" Har bir bola o'z fikrini aytishi mumkin.

3. Jismoniy harakat (5-10 daqiqa)

Bolalar xayolan toshni siljitish harakatlarini. Masalan: Toshni itarish. Ustiga chiqib, uni aylanib harakatlanish kabilarni bajaradilar.

Psixolog ularni rag'batlantiradi:

"Toshni siljitish uchun birgalikda ishlash kerak. Kim qayerdan itaradi?"

Bu bolalar orasida hamkorlik va muloqotni kuchaytiradi.

4. Chizib ifodalash (5-7 daqiqa)

Mashqning yakunida bolalardan toshni qanday tasavvur qilganliklarini qog'ozga chizib berishlari so'raladi. Bu bosqichda ular o'z his-tuyg'ularini chizilgan tasvir orqali ifodalaydi.

5. Muhokama va tahlil (5-10 daqiqa)

"Toshni siljitish sizga qanday his-tuyg'ularni berdi?", "Biz nima uchun hamkorlik qildik deb o'ylaysiz?"

Tavsiyalar

1. Har bir bolani e'tibordan chetda qoldirmang.
2. Mashq yordamchi his-tuyg'ulariga e'tibor bering.
3. Jamoaviy ruhni qabul qilish uchun rag'bat ajratuvchi so'zlar ishlatib.

B.) MUAMMOLI VAZIYATLARNI AKS ETTIRUVCHI RASMLAR BILAN ISHLASH MASHQI. Psixologning bolalarni muammoli vaziyatlarni aks ettiruvchi rasmlar bilan ishlash ularni hayotga integratsiyalashuvlari, ijobiy xulq-atvor ko'nikmalarini shakllantirish, bolani muammoli vaziyatda xatti-harakatlarning turli usullarini ko'rishga o'rgatish uchun yordam beradi.

1. Tayyorgarlik bosqichi

Materiallar tayyorlash: Rasmlar orqali yoshi individualligiga mos bo'lishi kerak. Rasmlar muammolini ifodalaydi, masalan: Bolalar va oiladagi mojaro.

Muhit tayyorlash: Xona tinch, qulay va diqqatni jamlash uchun mos bo'lishi kerak.

2. Kirish qismi

Mashqning maqsadini amalga oshirish: Bolaga tushunarli tilda mashq nima uchun o'tkazilayotgani aytiladi. Masalan: "Bugun biz qiziqarli rasmlarni ko'rib chiqamiz va ularda qanday qilib amalga oshirishni o'ylab ko'ramiz."

Bolani fikrlarini bildirishi uchun zamin yaratadi: Bu jarayon o'yinga o'xshash bo'lishi va bola o'z fikrlarini bimalol bildirishi kerak.

3. Asosiy qism

Rasmlarni ko'rsatish va muhokama qilish: Har bir rasm bo'yicha usullarni qo'llash:

Savollar berish: "Bu rasmda nima bo'layotganini ko'ryapsanmi?" "Bolalar nima uchun bunday qilishyapti, deb o'ylaysan?" "Bu muammoni qanday hal qilsa bo'ladi?"

Bola fikrini tinglash: Uning javoblari qabul qilinadi va rag'batlantiriladi.

Psixolog qo'shimcha yordam beradi: Agar bola qiyinchilikka duch kelsa, psixolog javobni topishga yordam beradi, masalan: "Bu muammoni hal qilish uchun nima qilish kerak? o'ylab ko'raylik" deya murojaat qiladi.

Rol o'ynash uchun: Rasmda ko'rsatilgan vaziyatlar yuzasidan bolalar bilan qisqa rolli o'yinlar tashkil qilinadi, va ma'lum vaziyatli holatlarga echim topiladi.

4. Yakuniy qism

Xulosa: Bolalar bilan birgalikda umumiy fikrlar almashinadi: "Bugun biz qanday yaxshi narsalarni o'ylab topdik?", "Sen qanday yangi narsalarni o'rganding?"

Bolani maqtash: Bola faol ishtirok etgani uchun rag'batlantiriladi.

Uyga topshiriq yoki maslahat: Masalan, uyda ota-onasi bilan shunga o'xshash muammoli vaziyatlarni muhokama qilish tavsiya etilishi mumkin.

Qo'shimcha maslahatlar

Rasmlar tushirishini uyg'otadigan darajada oddiy va ravshan bo'lishi kerak. Har bir bolaga individual qo'llash lozim. Bolaning javoblari to'g'ri yoki noto'g'ri deb baholanmasligi kerak, balki uning fikr bildirish jarayonining o'zi muhim ekani ta'kidlanishi kerak. Ushbu uslub ota-ona qaramog'isiz qolgan bolalarda muammoli vaziyatlarni aks ettiruvchi rasmlar bilan ishlash ularni hayotga integratsiyalashuvlari uchun muloqot ko'rinishi va ijtimoiy moslashuvni rivojlantirish uchun juda foydali.

C.) "BULUTGA SAYOHAT" O'YINI. Bolalar bilan "Bulutga sayohat" o'yini ijobiy xulq-atvor ko'nikmalarini shakllantirish, bolani muammoli vaziyatda xatti-harakatlarning turli usullarini ko'rishga o'rgatish yordam jarayonida tasavvur, ijodkorlik va hissiyotni rivojlantirish uchun mo'ljallangan samarali metoddir.

Tayyorlov bosqichi:

- 1. Materiallarni tayyorlash:** Turli shakldagi o'yinchoq bulutlar (agar mavjud bo'lsa), qog'oz va bo'yoqlar kerak bo'lishi mumkin.
- 2. O'yin muhitini tashkil etish:** Bolalar o'zlarini erkin va qulay his qilishlari uchun xonani mos ravshan bezatish, yoritilgan bo'lishi kerak.
- 3. Yoshi va mavzusini belgilash:** Bolalarning yoshiga qarab o'yin mazmuni va mavzuni tanlash lozim bo'ladi.

O'yin jarayoni:

1. Kirish (5 daqiqa): Bolalar bilan salomlashib, ularni faollashtiring. "Bulutga sayohat istaysizmi?" kabi qiziqarli savollar bilan ularni qiziqtiring. Qisqacha o'yinning yo'nalishlarini tushuntiring: "Biz tasavvur qilamizki, bulutga o'tirib, turli joylarga sayohat qilamiz."

2. Bulutga chiqish (5-10 daqiqa):

Har bir bola o'z tasavvuridagi bulutni tasvirlaydi: uning rangi, kattaligi va shakli qanday bo'lishi haqida fikrlaydi. Agar bo'lsa, bolalar qog'ozga o'z bulutlarini imkonlari mumkin.

3. Sayohatni boshlash (10-15 daqiqa):

Psixolog bolalarga "Tasavvur qiling, xayolingizda bolalarni bulut yordamida qiziqarli joylarga sayohat qilishga davat etadi: masalan, sehrli o'rmon, dengiz, yulduzlar olami.

Har bir joy haqida savollar bering: "Bu er qanday?", "Bu erda qanday tovushlarni eshitayabsiz?", "Nimani ko'ryapsiz?"

4. Muloqot va his-tuyg'ularni baham ko'rish (5-10 daqiqa):

Bolalar o'z tasavvurlarini gapirib berishlari uchun vaqt ajrating. Ularning har bir hikoyasini tinglab, baho bering. "Sayohat sizga qanday his-tuyg'ularni keltirdi?" kabi savollar bering.

Yakuniy bosqich:

Psixolog bolalarga ushbu sayohatga ko'rgan narsalaringizni qog'ozga yoki qisqacha yozib olishlari mumkinligini tavsiya etadi. Ularni muvaffaqiyatlari uchun rag'batlantiradi.

O'yinning foydasi:

Bolalarda ijodkorlikni rivojlantiradi. Stressni yo'qotadi va hissiy muvozanatni yaxshilaydi. Guruh bilan ishlashda muloqot ko'rinishini rivojlantiradi.

D.) "YULDUZLARGA ERISHISH" O'YINI. "Yulduzlarga erishish" o'yinini tashkil etish bolalar uchun juda samarali metod bo'lib, u xulq-atvor ko'rinishini rivojlantirishda va o'z-o'zini nazorat-qilishga o'rganadilar.

O'yinning maqsadi

1. Bolalarda ijobiy xulq-atvorni kuzatish.
2. Hayotiy vaziyatli muammolarni hal qilish ko'rinishini rivojlantirish.
3. Bolalarni jamiyatga integratsiyalashuvi ijtimoiy ko'rinishini shakllantirish.

Tashkil qilish bosqichlari

1. Tayyorlov bosqichi

Psixolog o'yin uchun "osmon" maketini tayyorlaydi (devorda yulduzlar chizilgan plakat yoki maxsus doska). Har bir yulduzga ijobiy xulq-atvor namunasi yoki kichik maqsad yoziladi. Masalan: "Do'stlar bilan bahslashmay, tinch yo'l bilan hal qilish". "Boshqalarga yordam berish". "Vazifalarni vaqtida bajarish."

2. Qoidalar; Psixolog bolalarga o'yinning mazmuni va qoidalarini tushuntiradi:

O‘yin har bir bola yulduzga erishish uchun ijobiy xulq-atvorga oid so‘z maqol iboralardan 1 tadan aytishi kerakligini tushuntiradi. Har bir aytilgan fikr uchun oldinga bir qadam-harakatlanib yulduzga yaqinlashiladi. Bolalar bir-biriga yordam berishlari mumkin.

4. Muhokama bosqichi

O‘yin tugagach, psixolog bolalar bilan o‘yin vaqtida bildirilgan fikrlarni muhokama qiladi:

Bolalar qaysi fikrlari - orqali yulduzga yaqinlashganini tushunadilar.

Psixolog har bir fikrlarni mustahkamlab ijobiy xulq-atvor jihatlarini alohida ta'kidlab o‘tadi va bolalarni rag‘batlantiradi.

5. Xulosa;

Psixolog bolalar bilan ijobiy va salbiy xulq-atvorlarning ahamiyatini tahlil qilib, bolalarga ijobiy xulq-atvordan kundalik hayotda qo‘llash usullari haqida maslahatlar beradi.

F.) “KUMUSH TUYOQ” O‘YINI. Psixologning bolalar bilan "Kumush tuyoq" o‘yinini tashkil etishi bolalarning emotsional rivojlanishi, ijtimoiylashuv ko‘rinishlari va ijodiy tafakkurini rivojlantirish uchun. Ushbu o‘yin kichik bolalar bilan ishlashda diqqatini jalb qilish va foydalanishni boshqarishga xizmat qiladi.

O‘yinni tashkil etish bosqichlari

1. Tayyorlov bosqichi

O‘yin joyi: maqsad va qulay joyni tanlash (maydoncha yoki zal).

Materiallar: Kumush rangli buyum yoki kichik bir predmet (oyoq izini bildiruvchi qog‘oz parchasini tayyorlash).

Ishtirokchilarga tanishtirish: Bolalarga o‘yinning mazmunini ochiladi.

2. O‘yin qoidalarini amalga oshirish. Psixolog bolalarga "Kumush tuyoq" nima ekanligini tushuntiradi: bu sehrli jonivorning izlari, va ular shu izlarni topib, “sarguzasht”ni davom ettirdilar.

Bolalar bilan birgalikda ishlashni va navbat bilan harakat qilish tushuntiriladi. Izlarni topib, kichik sovg‘alarga ega bo‘ladilar (masalan, konfet yoki kichik mukofotlar).

3. O‘yin jarayoni. Psixolog izlarni yashirincha joy yoki boshqa (masalan, xona ichida ochiq maydonda) yashiradi. Bolalar izlarni izlab topadi va har iz topilganda, psixolog ularni rag‘batlantiradi.

4. Muloqot va tahlil

O‘yin jarayonida psixolog bolalar bilan suhbatlashib, o‘yin jarayonidagi holatlari haqida suhbatlashadi. Guruhdagi har bir xatti-harakat va ijtimoiy faoliyat haqida kuzatuv olib boradi.

O‘yinning foydali jihatlar;

Ijodiy tafakkur: Bolalar qiziqarli sarguzashtlarni tasvirlaydilar.

Hamkorlik ko‘rinishini: Birgalikda ishlashni o‘rganadilar.

Diqqat va konsentratsiya: Izlarni kuzatishda diqqatni jamlaydilar. Bu o‘yin vaqt o‘tkazish uchun emas, balki bolalarning rivojlanishi va ijtimoiylashuvini qo‘llab-quvvatlash uchun samarali usuldir.

S.) “ODAMLAR NIMA UCHUN JANJALLASHISHADI?” SUHBATI. Bolalar bilan "Odamlar nima uchun janjallashishadi?" mavzusida psixologning suhbatini hissiy ongini rivojlantirish, konfliktlarni yaxshilash va ularni hal qilish bo‘yicha sog‘lomlashtiruvchi usullardan biri bo‘lib hisoblanadi.

Suhbatning maqsadi; Bolalarni janjalning sabablarini aniqlashga o‘rgatish. Turli hissiyotlarni tan olish va mos munosabat bildirishni o‘rgatish. Janjalning muqobil hal qilish usullarini o‘rgatish. Suhbatning bosqichlari

1. Kirish qismi (10 daqiqa): Bolalarni suhbatga jalb qilish uchun oddiy savol bering:

"Siz hech qachon kim bilandir tortishib qolganmisiz? Nima uchun?" "Janjal deganda nimalarni tushunasiz?" Ularning javoblarini diqqat bilan tinglab, har biriga e‘tibor qarating: *"Juda qiziqarli fikr! Buni hamma ham kechiradi."*

2. Tushuntirish qismi (15 daqiqa):

Oddiy va tushunarli tilda janjalning sabablari haqida gapiring: *"Odamlar ba'zan bir xil narsani xoxlaydi, lekin uni qanday bo‘lishishni bilishmaydi. "Hissiyotlarimizni osonga qiyin bo‘lsa, janjallashib qolishimiz mumkin." "Qattiq so‘zlar yoki noto‘g‘ri harakatlarni boshqa xafa qilishi mumkin."* Turli vaziyatlarni muhokama qiling: *"Masalan, ikkita bola o‘yinchoq uchun tortishib qolsa, nima qilish kerak?"*

3. Amaliy mashqlar (10 daqiqa):

Rolli o‘yinlar: Ikkita bola janjallashayotgan vaziyatni sahnalashtirish. Masalan: *"Senning o‘yinchoq‘ingni men o‘ynashni xoxlayman!"* Qolgan bolalar janjalni tinch yo‘l bilan hal qilish uchun echim taklif qiladi. His-tuyg‘ularni ifodalash harakatlari: Bolalarga turli yuz ifodalari (masalan, xafa, g‘azablangan, xursand) chizilgan kartochkalarni ko‘rsatib va *"Bu odam nimani his qiladi?"* deb so‘rang.

4. Xulosa (5 daqiqa): Bolalar bilan fikr almashing: *"Bugun nima o‘rgandik?"*. *"Janjalni tinch yo‘l bilan hal qilishning qanday usullari bor?"* Ijobiy bilan yakunlang: *"Janjallar hamma joyda bo‘ladi, lekin ular bizni do‘st bo‘lishni o‘rganishga yordam beradi. Muhimi, bir-birimizni tinglash va hurmat qilishdir."* **Psixologning asosiy rollari** bolalarni tinglash va his-tuyg‘ularini oshirishga harakat qilishar bir bola orqali fikrini qadrlash va rag‘batlantirishga harakat. Murakab tarkiblarni oddiy va qiziqarli usullar bilan joriy etish.

O'yin yordamiga ko'rsatgan ijobiy xulq-atvor namunalari quyidagilardan iborat bo'ladi; Muammolarni tinch yo'l bilan hal qiladilar, biror narsa uchun ruxsat so'rashni o'rganadilar, boshqalarning fikrini hurmat qilishni o'rganadilar, birgalikda ishlashda faol ishtirok etish, bolalarda o'z xulq-atvori ustida ishlash motivatsiyasi kuchayadi, ular o'z hisyotlarini ijobiy tarzda boshqarishni o'rganadilar, jamoada ishlash va boshqalar bilan muloqot qilish ko'nikmalari rivojlanadi, o'zini tahlil qilish va xulq-atvorni o'zgarishlarga intilish kuchayadi.

Xulosa o'rnida shuni aytish joizki tutingan bolalar ijtimoiy integratsiyalashuvining qiyin bosqishlarida oilaga va ota-ona qaramog'isiz qolgan bolalarga professional yordam ko'rsatish muhim bo'lib, hozirgi kunda tutingan oila va bolaga professional yordam ko'rsatish uchun zamonaviy ilmiy bilimlarga asoslangan jiddiy amaliyotni talab qiladi va bolani farzandlikka olish hamda tarbiyalash shakllarini tashkil etishni taqozo etadi, ular orasida psixologik yordam ko'rsatish guruhi, redagogik mahoratga tayanish, ular bilan individual ishlash amaliyoti hozirgi zamonaviy tutingan oilalarda yuzaga kelayotgan muammo sabablarini (omillarini) aniqlash hamda mavjud muammolarni o'z vaqtida hal qilish imkoniyatlarini ta'minlaydi.

TANGLIK HOLATIGA TUSHGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH YO'LLARI

*Ismoilova Muqaddas Valijon qizi
Namanagan, To'raqo'rg'on tumani 17-sonli maktab psixologi*

Bugungi kunda sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiy sog'lom, ma'naviyati yuksak, jismoniy va aqliy etuk 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. Ёшларнинг ижтимоий-психологик муаммолари: сабаб ва ечимлари Tanglik vaziyati-shaxsning psixikasida ro'y beradigan hissiy zo'riqlashlarni 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 etgan 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 sohalaridagina 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 Ёшларнинг ижтимоий-психологик муаммолари: сабаб ва ечимлари 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 xulq-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. Ёшларнинг ижтимоий-психологик муаммолари: сабаб ва ечимлари 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'rish 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 erda 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

soʻzlar bilan boyitib borilishi mumkin. Shunga alohida eʼtibor qaratinglarki, roʻyxatda u erda asosiy emotsiyalar (gʻazab, gʻam, quvonch, qoʻrquv, xafagarchilik) qolib ketmasligi kerak. Agar ishtirokchilardan biri yozilganlarning emotsiyalarga tegishliligiga shubha qilsa, qolganlardan buni izohlab berish soʻraladi. Mashgʻulot yakunida ishtirokchilarga quyidagi savollarni berish mumkin: “Oxirgi marta nazorat ishi yozganiningizda oʻzingizni qanday his qildingiz?”, “Nojoʻya ish qilib qoʻyganingizda oʻzingizni qanday his etasiz?”. Muhokamada “Sizningcha, eng yoqimsiz his qaysi?”, “Qaysi biri eng yoqimlisi?”, “Quyida sanab oʻtilgan 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.Gʻ.Gʻoziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.
4. R.Y.Toshtemirov, E.Gʻ.Gʻoziyev Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Toshkent 2004.

MAKTAB O'QUVCHILARIDA STRESSGA BARQARORLIKNI OSHIRISHDA TRENING MASHG'ULOTLARINING AHAMIYATI

*Ismoilova Nurhajan Zuxuriddinovna
OʻzMPU, Psixologiya kafedrası prof.v.b*

Mamlakatimizda yoshlarning faolligini oshirish, ularni har tomonlama barkamol shaxs boʻlib shakllanishi uchun barcha shart-sharoitlarni yaratish davlat siyosatining ustuvor yoʻnalishi sifatida qaralmoqda. Yangi Oʻzbekiston Taraqqiyot strategiyasida “... yoshlar oʻrtasida sogʻlom turmush tarzini shakllantirish” kabi muhim vazifa belgilangan. Bu vazifa yoshlarni har tomonlama sogʻlom oʻstirish bilan birgalikda ularning psixologik savodxonligini oshirish va aynan stressga nisbatan barqarorligini oshirish chora-tadbirlarini ishlab chiqishni taqozo etadi.

Yu.N.Koristovning taʼkidlashicha: “Biz insondagi kasalliklarning 90 foizi stress bilan bogʻliq holda yuzaga kelayotgan murakkab bir davrda yashayapmiz. Stress yurak-qon tomir kasalliklari, oshqozon-ichak kasalliklari, turli xildagi nevrozlar, hatto turli yuqumli kasalliklarning ortishining sababchisi boʻlib qolmoqda. Ayni paytda koʻplab tadqiqotchilar bir fikrni tasdiqlashmoqda, yaʼni nizoli va imkonsiz vaziyatlar yuzaga kelganda hamda depressiya, umidsizlik, tushkunlik kayfiyati bilan birgalikda kechadigan haddan ortib ketgan stresslar turli xil xavfli oʻsimtalarning paydo boʻlishini tezlashtiradi” (Yu.N.Koristov, 2007;). Bundan tashqari stress psixologiyasi masalasida ish olib borayotgan deyarli barcha mutaxassislar stress bugungi kunda “asr kasalligi” boʻlib qolganligini taʼkidlaydilar.

Shunga koʻra, bugungi kun oʻsmirlarida stressga barqarorlikni taʼminlashning

psixologik asoslarini tadqiq etish zamonaviy psixologiyaning asosiy vazifalaridan biriga aylanmoqda. Bu vazifani bajarish uchun avvalo o'smirlarning stressga barqarorlik darajasini aniqlash muhimdir. Shunga ko'ra biz tadqiqotimizda N.P.Fetiskinning "Stressga barqarorlikni aniqlash" metodikasidan foydalandik.

Olingan tadqiqot natijalariga ko'ra, stressga barqarorlikning past darajasi o'smirlar auditoriyasida dominantlik qilgan. Ya'ni sinaluvchi o'smir respondentlarning 33,1 foizida stressga barqarorlikning past darajasi kuzatilgan. Bu toifaga mansub o'quvchilarda stress holatida emotsional beqarorlik, xavotirlik, o'ziga ishonchsizlik, hissiyotlarni to'g'ri ifoda etishda qiyinchiliklar mavjud bo'lishi mumkin. Ularning psixologik himoya mexanizmlari zaif bo'lib, bu toifadagi o'smirlar atrof-muhitning salbiy omillari ta'siriga tez tushishilari va stressogen vaziyatlarda tezda ruhiy tushkunlikka tushish ehtimolining yuqoriligi bilan ajralib turishadi.

Bu toifa o'quvchilar stressogen vaziyatlarda og'ir psixologik ahvolga tushib qolishlari mumkin. Bunday o'smirlar odatda kuchli emotsional beqarorlik, ijtimoiy izolyatsiya, o'zini qadrlamaslik holatlariga moyil bo'ladilar. Shuningdek, alohida qayd etish lozim, bunday o'quvchilarda stressli holatlarga qarshi ichki resurslar etarli bo'lmaganligi bois ular stressga tushganida bu vaziyatda ruhan o'zlarini nazorat qila olmaydilar, shunga ko'ra, mazkur natijalar psixologik yordamga ehtiyoj mavjudligini anglatadi.

Sinaluvchilarimiz orasidagi stressga nisbatan barqarorlik ko'rsatkichi past bo'lgan o'smirlarda qo'zg'alishga nisbatan nospetsifik reaktsiyani ham kuzatish mumkin. Ulardagi bunday qo'zg'alishlar biologik, kimyoviy, fizikaviy, psixologik va boshqa qo'zg'atuvchilar natijasida kelib chiqishi mumkin. Stressni kelib chiqishi atrof-muhitning uzoq vaqtli davomiy ta'siri natijasi bo'lib, o'smirlar uchun organizmning hissiy boshqariluvchi tizimida va markaziy nerv tizimida unga mos reaksiyalarni vujudga keltiradi.

Atrof-muhitning stressni kelib chiqishigagi ta'siri ham turli xil bo'lib, bunday holat qo'zg'ovchining ko'pligi ta'sirida bo'lishi ham mumkin (masalan shovqin, murakkab ishni bajarish muddatining qisqaligi, ota-onasi, ustozlari va do'stlari bilan orasidagi munosabatlarning yaxshi emasligi, yuqori talabchanlik) yoki qo'zg'atuvchilarning etishmasligi oqibatida (bir xillik, talabning engilligi, ijtimoiy izolyatsiya, aloqalarning etishmasligi), nizolar ko'rinishida (qaror qabul qilishi bilan bog'liq jarayonlarning buzilishi, aqliy va hissiy jarayonlarning o'zaro ta'sirida buzilish, irodaning kuchsizligi, ehtiyojlar va ularning qondirilishi orasida muvofiqlikning yo'qligi, shubhalanish) yoki vaqtinchalik boshqaruvning buzilishi sifatida (o'rtoqlari bilan sayrga ko'p vaqt sarflash natijasida yaqinlariga vaqt ajrata olmaslik, hayotda va o'qish jarayonida qat'iy kun tartibining yo'qligi, hayotning tartibsizligi, dars mashg'ulotlariga vaqtida qatnash olmaslik, ota-ona tomonidan nazoratning kuchliligi yoki aksincha e'tiborsizligi) kabi jarayonlar o'smir yoshdagi o'quvchilarda stress kelib chiqishiga asosiy sabab bo'lib kelmoqda.

Stressga nisbatan barqarorligi yuqori bo'lgan sinaluvchilarda kuzatilishicha, ularning kundalik hayotda ota-onasi, ustozlari va do'stlari bilan munosabati yaxshi ekanligi aniqlandi. Bu toifagam ansub sinaluvchilarning aksariyati kundalik hayotidagi kun tartibi va rejalarini aniqligi hamda dars mashg'ulotlaridan keyin boshqa qo'shimcha mashg'ulotlar bilan band bo'lishi bilan boshqa tengdoshlaridan farqlanib turishi ham aniqlandi.

Bu natijalarni quyidagi tarzda tahlil qilish mumkin. Bu yosh davrining "inqiroz davri" bilan bog'liq o'zgarishlar asosida kechishi, ya'ni o'smir "o'z ichiga berkinishi" natijasi bo'lgan qaysarlik, serzardalik, emotsional ambivalentlik kabi holatlar uning tashqi olam bilan "kelisha olmaslik" ta'sirida paydo bo'ladigan tajovuzkorligi va nizolashuvchanligiga olib keladi va o'z navbatida bu holat o'smirlik davri uchun xos bo'lgan stressorlar ta'sirini yanada kuchaytiradi. O'smirlik davrining yosh xususiyatlari va bu davrda aynan qaysi omillar asosida stressning kelib chiqishi haqida biz yuqorida batafsil to'xtalganimiz bois, mazkur o'rinda boshqa muhitda o'tkazilgan tadqiqotlarda olingan natijalar sharhiga to'xtalamiz.

Munosabatlar psixologiyasiga asoslanib o'smirlardagi stress holatlarini tadqiq etishga intilgan olimlar M.M.Bezrukix, A.I.Lipkina, G.V.Xrulnova tadqiqot natijalari va o'zbek olimlaridan M.G.Davletshin, E.G.G'oziev, Z.T.Nishonova, Sh.D.Do'stmuxamedovalarning yaratgan adabiyotlari tahliliga ko'ra, o'smirlar stress holatlariga etuklik davridagi odamlarga nisbatan kuchliroq berilar ekanlar. Ularga tabiiy va jismoniy stressorlardan tashqari yana baholash stressorlari ham ta'sir ko'rsatar ekan. Ayniqsa o'smirlardagi stressga turg'unlik xarakter aksentuasiyasi, vegetativ va jismoniy o'zgarishlar bilan birga kechganda stressga barqarorlikning keskin pasayib ketishi mumkinligi ta'kidlanadi.

Ayrim tadqiqot natijalari shuni isbotlaganki, o'smirlarda ham xuddi kattalar kabi stress individual tarzda kechadi va ular ham o'zlarining individual tipologik xususiyatlaridan kelib chiqqan holda bu vaziyatga turlicha reaksiya bildirishadi. Natijada aynan o'smirlik davriga kelib ko'pchilik o'smirlarda turli xildagi psixosomatik xarakterdagi kasalliklar yuzaga kelishi kuzatiladi. Muallifning qayd etishicha, stress holatidagi ba'zi o'smirlarda depressiya kuzatilsa, boshqa o'smirlarda esa xulq-atvordagi qo'zg'aluvchanlik, o'zini o'zi nazorat qila olmasdan qolish va shunga o'xshash holatlar kabi murakkab muammolar ko'zga tashlanadi (Kagermazova L.S., 2008).

Shuningdek, o'smirlarda kechadigan stress aynan ularning tafakkur xususiyatlari bilan bog'liq ravishda ham o'rganilgan bo'lib, xususan D.N.Isayev tomonidan o'smirlardagi stress holatini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlar o'tkazilgan va bu izlanishda olingan natijalar asosida muallif o'smirlardagi turli xildagi stressogen holatlar ularda diqqatning bo'linuvchanligiga sabab bo'lishini, shuningdek informasiyalar oqimining turli xilligi, vaqt tanqisligi kabi omillar o'smirlarda stressni yuzaga keltiruvchi omillar sifatida sanalishini alohida ta'kidlab ko'rsatgan (D.N.Isayev, 2005).

Stressga barqarorlikning o'rta darajasi bo'yicha olingan natijalarga ko'ra ma'lum bo'ldiki, o'smirlarning 52,8 foizida stressga barqarorlikning past darajasi kuzatilgan. Bu toifa o'quvchilar ham muayyan bosim ostida o'zini boshqara olish qobiliyatiga ega bo'lsalar-da, doimiy stress holatlari ma'lum bir davrda ularni charchatishi mumkin. Ularning stressga qarshi individual kurashish strategiyalari mavjud bo'lishi ehtimol, biroq ularning samaradorligi har doim yuqori darajada bo'lavermaydi. Bu holat, asosan, emotsional tayyorgarlik darajasi va tashqi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bilan bog'liq. Ular ba'zi holatlarda stressga bardosh bera olsalar, ba'zi holatlarida esa ularning stressogen vaziyatga nisbatan chidamsizligini va emotsional muvozanatining buzilishini kuzatish mumkin. Bu turdagi stressga barqarorlik darajasi, odatda, shaxsiy tajriba, oilaviy holat va maktabdagi ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog'liq bo'lishini alohida qayd etish lozim.

Stressga barqarorlikning yuqori darajasini ifodalovchi ko'rsatkich o'smirlar auditoriyasi juda kam foizni ko'rsatgan, ya'ni o'smirlarda stressga barqarorlikning yuqori darajada reprezentatsiyalanishi bo'yicha o'rtacha arifmetik qiymat 14,1 foizni tashkil qilgan. Bu ko'rsatkich o'smirlik davridagi o'quvchilar orasida kam bo'lsada stressogen vaziyat ta'siriga berilmasdan, mavjud muammoga nisbatan kognitiv imkoniyatlarini ishga sola oladigan, koping strategiyaning muammoni hal etish usulidan foydalana oladigan o'quvchilarning borligini bildiradi. Stressga barqaror o'smirlar uchun stressni engib o'tishning konstruktiv usullarini qo'llash xarakterli bo'lib, ular mavjud vaziyatda o'zini qo'lga olishni va o'z emotsiyalarini boshqarishni yaxshi uddalaydilar va faoliyatdan uzulmagan holda o'qishni avvalgidek davom ettiraveradilar.

Shuning uchun, ilmiy jamoatchilik oldida turgan muammolardan biri stressga barqarorligi past bo'lgan o'quvchi va talabalarda stressga barqarorlik ko'nikmalarini hosil qilish yoki oshirish borasida ko'mak berish chora-tadbirlarini ishlab chiqishdan iborat. Shuni hisobga olgan holda, biz ham sinaluvchilardagi stressga barqarorlik ko'rsatkichlarining yuqorida tahlil etilgan natijalariga asoslanib tadqiqotimiz maqsadi zaminida yotadigan guruhlarini farqlash imkoniga ega bo'ldik. Buning uchun aniqlovchi tajribada ishtirok etgan sinaluvchilarni quyidagi ikki guruhga ajratildi:

- 1- eksperiment guruh - stressga barqarorligi past bo'lgan o'smirlar;
- 2- eksperiment guruh - stressga barqarorligi past bo'lgan ilk o'spirinlar;
- 3- eksperiment guruh - stressga barqarorligi past bo'lgan o'spirinlar;

Bu guruhlar tadqiqotimizda eksperiment guruh sifatida tanlandi.

O'smirlarning stressga barqarorligini oshirishning samarali vositasi sifatida psixologik treninglarni tanlashning o'ziga xos sabablari bor. Bunday sabablardan biri, hozirgi vaqtda o'smirlar tomonidan olingan nazariy bilimlar aksariyat hollarda real hayotiy vaziyatlarga moslashtirilmasligi, olingan bilimlarni amaliyotda sinab ko'rish imkoniyatining yo'qligi natijasida bilimlarning ko'nikma va malakalarga aylanmay qolishidir. Bizga ma'lumki, psixologik treninglar aynan olingan bilimlarni ko'nikma va malakaga aylantirishning eng samarali vositasi hisoblanadi. Shunga ko'ra, biz

tadqiqotimizda ishtirok etgan respondentlar orasidan stressga barqarorligi past bo'lgan o'smirlarni aniqlaganimizdan so'ng ularning bu borada ko'nikma va malakalarini oshirish asosida stressga barqarorligini rivojlantirishga yo'naltirilgan trening dasturini ishlab chiqdik. Mazkur dastur 4 ta komponentni o'z ichiga olgan bo'lib, bu tarkibiy qismlar quyidagilardan iborat:

Kognitiv komponent – dasturning mazkur qismida sinaluvchi o'smirlarga stress, stress omillari, frustratsiya va frustratsion tolerantlik, koping strategiya, stressga barqarorlik kabi tushunchalar haqida ma'lumot beriladi va ishtirokchilarning bu tushunchalar bo'yicha bilimlariga oydinlik kiritiladi.

Affektiv komponent – o'smirning o'z-o'ziga, stressogen voqega va frustratsion to'siqqa, koping-strategiyaning “Muammoni hal etish”, “Ijtimoiy qo'llab quvvatlashni izlash” strategiyalariga nisbatan ijobiy munosabat shakllantiriladi.

Konativ komponent – o'smirda kundalik hayotida yoki o'quv faoliyatida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan stressogen voqeaning vaziyatli modeli yaratiladi va bunday sharoitlarda stressga barqarorlikni namoyon qilishga yo'nalgan xulq-atvorga o'rgatiladi.

Fiziologik komponent – o'smir stressga tushganida organizmini fiziologik jihatdan tinchlantirishga yo'naltirilgan meditatsion va autogen mashqlarni bajarishga o'rgatish orqali fiziologik jihatdan tinchlanishga o'rgatiladi.

O'smirlarning stressga chidamliligini oshirishga qaratilgan maxsus psixologik treningning dasturini ishlab chiqish guruh terapiyasining uslubiy asoslari hisoblangan geshtalt terapiyasi, kognitiv terapiya, artterapiya (rasm, musiqa, raqs terapiyasi)ga asoslangan. Ushbu dastur 10 ta mashg'ulotdan iborat bo'lib, mashg'ulotlar o'smirlar bilan haftasiga 2 marta 2 soatdan 5 hafta davomida o'tkazildi. Mashg'ulotlar tugagandan so'ng, o'smirlarning stressga chidamlilik darajasini qayta diagnostika qilish amalga oshirildi.

Ushbu komponentlar asosida o'tkazilgan mashg'ulotlardan so'ng eksperimental guruh natijalaridagi o'zgarishlar quyidagicha namoyon bo'ldi.

O'tkazilgan mashg'ulotlar davomida o'smirlarda shakllantiruvchi tajriba modelida ko'zda tutilgan o'z-o'zini anglash va o'z-o'ziga baho berish ko'nikmalarini shakllantirish, o'ziga nisbatan ijobiy emotsional munosabatlarni shakllantirish, o'zini kasbiy va shaxsiy anglash jihatlariga e'tiborini kuchaytirishga erishish uchun harakat qilindi. Lekin eksperimental guruh sinaluvchilarning o'ziga adekvat baho berish va o'ziga nisbatan ishonchi sezilarli darajada o'zgarmaganligini statistik ko'rsatkichlar isbotlab turibdi, ya'ni sinaluvchilarning o'ziga baho berishi aniqlovchi tajribada $M_1=22,0$; nazorat tajribada $M_2=22,3$ ni ($t=0,10$) ko'rsatgan. Buni sinaluvchi o'smirlarning trening mashg'ulotlaridan kerakli ko'nikmalarni o'zlashtirmaganligi bilan izohlash mumkin.

O'smirlarda stress vaziyatida o'z xulq-atvorini boshqarishning rivojlanishi ularning o'z-o'zini anglashi va o'z-o'ziga adekvat baho berishidan boshlanadi. O'smir o'ziga adekvat baho berishga o'rganib, o'ziga ishonchi ortganidan so'ng turli

favqulodda hamda qiyin vaziyatlarda o'zining xulq-atvorini nazorat qilishga o'rganib boradi. O'smir yildan-yilga tajribasi ortib, o'z shaxsini mustaqil tahlil qila olish va baholash imkoni ortgan sayin o'z xulq-atvorini ham nazorat qilishga odatlana boradi. Shu o'rinda sinaluvchi o'smirlarning o'z-o'ziga baho berish ko'rsatkichining shakllantiruvchi tajribadan so'ng ahamiyatli darajada o'zgarmaganligini quyidagilar bilan asoslash mumkin: bu xususiyat bolalikdan atrof-muhitdagilarning bahosi va munosabati ta'siri ostida shakllanadi hamda uni belgilangan qisqa vaqt davomida kutilgan darajada o'zgartirish qiyin ekanligi tasdiqlandi.

Aniqlovchi tajribada respondentlarning frustratsion tolerantligi $M_1=3,4$ ni ko'rsatgan va nazorat tajribada esa bu natija $M_2=8,2$ ga o'zgargan. Bu raqamlar shundan dalolat beradiki, o'smirlar bilan hech qanday mashg'ulot o'tkazilmasdan oldin ularning frustratsion tolerantligi past darajada ($M_1=3,4$) bo'lgan bo'lsa, trening mashg'ulotlari o'tilgandan so'ng ularning frustratsion tolerantligi ahamiyatli darajada ($M_2=8,2$) ortgan. Bu esa o'tkazilgan trening mashg'ulotlari sinaluvchi o'smirlarda frustratsion holatlarga nisbatan munosabat o'zgarganligini va buning negizida frustratsion tolerantlikning oshganligini asoslaydi. Shunga ko'ra, aytish mumkinki, shakllantirilgan trening dasturi frustratsion tolerantlik ko'nikmalarini oshirishga ijobiy ta'sir etgan, shuningdek frustratsion tolerantlik - sinaluvchilarning stressga barqarorligiga asos bo'luvchi muhim determinantlardan biri ekanligi tasdiqlandi. Bu esa oxir oqibat sinaluvchi o'smirlarning stressga barqarorligining oshishiga ijobiy ta'sir ko'rsatganligi bilan izohlanadi.

Jadvalda tajriba guruhi sinaluvchilarining koping strategiyaning muammoni hal etish usulini qo'llashiga ko'ra natijalar ko'rsatkichi aniqlovchi tajribada $M_1=22,3$ ni, nazorat tajribada esa $M_2=25,3$ ni tashkil qilganligi ko'rsatilgan, ya'ni sinaluvchilarda koping-xulqning faol usuli bo'lgan "Muammoni hal etish" strategiyasini qo'llashida aniqlovchi va nazorat tajriba natijalari o'rtasidagi quyidagicha statistik tafovut mavjud: $M_1=22,3$ va $M_2=25,3$ ($t=2,65$; $p\leq 0,01$). Bu farq sinaluvchilarda shakllantiruvchi tajribadan so'ng muammoni hal etishga bo'lgan intilishning kuchayganligini asoslashi bilan birgalikda, trening dasturiga kiritilgan mashq va o'yinlardan mashg'ulotlar jarayonida o'rinli va maqsadli foydalanilganligini, sinaluvchilar mashg'ulotdan kerakli xulosalar chiqarganligini va trening mashg'ulotlari ularda zarur ko'nikmalar paydo bo'lishiga xizmat qilganligini ham asoslaydi.

Jadvalda tajriba guruhiga kiruvchi o'smirlarda koping strategiyaning "Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash" usulini qo'llashiga ko'ra natijalar ko'rsatkichi aniqlovchi tajribada $M_1=18,6$ ni, nazorat tajribada $M_2=20,2$ ni va ular o'rtasidagi quyidagicha statistik tafovut esa ($t= -1,35$; $p\leq 0,01$)ni tashkil qilganligi aniqlangan.

Buni shunday izohlash mumkinki, aniqlovchi tajribada ishtirok etgan eksperimental guruhdagi aksariyat o'smirlar kundalik hayoti va o'quv faoliyati davomida stress vaziyatiga tushganda har doim kimningdir qo'llab-quvvatlashidan foydalanib kelishgan. Boshqacha qilib aytganda, ular hayoti va faoliyatida sodir bo'lgan stressga olib kelishi mumkin bo'lgan muammoli vaziyatlarda har doim kimningdir

yordamiga tayanib, bu muammoni bartaraf etishga, atrofdagilardir yordam olishga o'rganib qolishgan. Muammoni hal etishda eng oson yo'l bo'lgan kimningdir yordamidan doimiy foydalanib kelgan o'smir, stressogen vaziyatlarda uning uchun og'ir va qiyin yo'l bo'lib tuyuladigan – muammoning echimiga o'zi kirishishni istamasligi psixologik jihatdan tushunarli holdir, albatta.

Tadqiqotda tajriba guruh sinaluvchilarining koping-xulq strategiyasi sifatida – “Muammodan qochish” usulini qo'llashiga ko'ra ko'rsatkichlari o'rtasida ham ahamiyatli statistik farqlar aniqlangan, ya'ni mazkur ko'rsatkich aniqlovchi tajribada $M_1=20,9$ ni, nazorat tajribada esa $M_2=18,4$ ($t = -3,55$; $p \leq 0,01$)ni tashkil qilganligi aniqlandi. Buni shunday izohlash mumkin: aksariyat o'smirlar bilan aniqlovchi va nazorat tajriba jarayonida olib borilgan suhbatlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, bugungi kundagi zamonaviy o'smirlarning aksariyati stress vaziyatlariga duch kelganida dastlab passiv yo'lni – uxlash, kofe yoki energetik ichimliklar ichish, shokolad yoki ovqat eyish, kompyuter o'yinlarini o'ynash kabilarni tanlar ekanlar. Mutaxassislarning fikrlariga ko'ra, bunday passiv usullar stress vaziyatidan chiqishga yordam bermaydi, aksincha uni kuchaytirishi mumkin, negaki, bu usullar mavjud muammoning echimiga hech qanday daxl etmaydi, shuning uchun koping strategiyaning bu usulini qo'llovchi o'smir o'zi qo'llagan usuldan so'ng muammoning o'sha-o'sha echimsiz turganligini ko'rib, battar asarbiylashishi va kuchliroq stressga tushishi mumkin. Tajriba va nazorat guruhlarida sinaluvchilarida shakllantiruvchi tajribadan so'ng stressga barqarorlik darajasining ko'rsatkichlarida ham farqlar kuzatildi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, tajriba guruhi va nazorat guruhlarining stressga barqarorlik ko'rsatkichlarida farq mavjud. Ya'ni tajriba guruhida shakllantiruvchi tajriba o'tkazilmasdan oldingi aniqlovchi tajriba natijalari $M_1=47,5$ ni ko'rsatgan, ya'ni bu tajriba guruhidagi o'smirlarining stressga barqarorlik darajasi past bo'lganligini ko'rsatadi. Ular bilan maxsus tuzilgan trening dasturi asosida o'tkazilgan trening mashg'ulotlaridan so'nggi nazorat tajriba natijalari sinaluvchilarning stressga barqarorlik ko'rsatkichlari o'rtacha $M_2=30,1$ ga o'zgarganligini ko'rsatgan, ya'ni eksperimental guruh sinaluvchilarining stressga barqarorlik darajasi maxsus tuzilgan trening dasturi asosida o'tkazilgan trening mashg'ulotlaridan so'ng past darajadan o'rta darajaga o'zgargan. Bu esa tadqiqot jarayonida ishlab chiqilgan va sinovdan o'tkazilgan trening dasturining imkoniyatlari yuqori ekanligini asoslaydi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra o'smirlarning stressga barqarorligini oshirishning psixologik imkoniyatlari aniqlandi va psixologik model ishlab chiqildi.

Unga ko'ra o'smir turli xil stress vaziyatlariga nisbatan barqaror munosabat bildirishi uchun avvalo uning o'ziga baho berishi adekvat bo'lishi, o'quv faoliyati jarayonida yuzaga keladigan frustratsion holatlarga nisbatan frustratsion tolerant bo'lishi va stressli vaziyatlarga duch kelganida koping xulqning muammoni hal etish strategiyasiga tayangan holda muammoni echishga harakat qilishi lozim.

Yuqoridagi ma'lumotlar va tahlillarga tayanib xulosa qilish mumkinki, o'smirlarda stressga barqarorlikka ta'sir etuvchi determinantlarga psixologik ta'sir o'tkazish orqali ularda stressga barqarorlik ko'nikmalarini shakllantirish hamda ularning stressga barqarorligini oshirishga erishish imkoniyati mavjud.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. T.: "O'zbekiston", 2022, B.440.
2. Амирхан Д., Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь.— СПб.: Реч, 2010. — С.112.
3. Ismoilova N.Z. O'smirlarda stressga barqarorlikni oshirishning psixologik determinantlari //dis avtoreferati (PhD) 19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi. – Toshkent, 2020. – B.48.
4. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский. Дом "БАХРАХ-М", 2001. – С.672.

OILAVIY ZO'RAVONLIK HOLATIDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK YORDAM

*Ra'no Ismaylova
ps.f.n.dotsent*

Oilaviy munosabatlardagi zo'ravonlik murakkab ijtimoiy hodisa bo'lib, erkaklar va ayollarning zo'ravonligi, gender rollarining chalkashligi, oilaviy munosabatlarda agressiv muloqotning uzoq vaqt davomida shakllanish jarayoni hisoblanadi.

Shaxsning stressli holati depressiya yoki yuqori darajadagi agressivlik bilan namoyon bo'lishi mumkin. Bu holat boshqa odamlarga, ayniqsa yaqin atrofdagilarga nisbatan zo'ravonlik harakatlarida o'z aksini topadi. Bundan tashqari, xulq-atvorning madaniy me'yorlari o'zgarib, ijtimoiy va shaxslararo munosabatlardagi axloqiy qoidalar ma'lum darajada emiriladi. Bugungi kunda, "erkin Men", "inson huquqi" kabi tushunchalarning noto'g'ri talqini tobora keng tarqalib, noqonuniy xususiyat kasb etib, shaxsga nisbatan to'g'ridan-to'g'ri ham ma'naviy, ham jismoniy zo'ravonlik ko'rinishida namoyon bo'lishi mumkin.

Bu kabi omillar oilaning hayotiga, uning ruhiy barqarorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, yosh er-xotinning shaxsiy xususiyatlariga iz qoldiradi, oilada yanada keskinroq psixologik muhit yaratilishiga sabab bo'ladi. Bu esa ba'zan nizoli vaziyatlarni, shu jumladan zo'ravonlik yo'li bilan hal qilishga undovchi asos bo'lib xizmat qiladi.

Oilaviy zo'ravonlik nafaqat notinch oilalarda balki har qanday ijtimoiy mavqe va daromad darajasidagi oilada muloqot tizimi bo'lib qolishi mumkin. Psixologik

zo'ravonlikni boshdan kechirgan yoki kechirayotgan insonlarda shaxsning jarohatli xususiyatlari shakllanadi. Bu xususiyatlar vaziyatni anglash va tahlil qilishsiz, insonga sezdirmasdan paydo bo'ladi.

Ushbu tadqiqotning maqsadi oiladagi zo'ravonlik muammosini jabrlanuvchi va agressor munosabati, rollar almashinishi sabablarini aniqlashdan iborat.

Tadqiqotda asosiy ilmiy metodlar ya'ni mantiqiy, tizimli, qiyosiy, funksional, statistik usullar qo'llanilgan. O'tkazilgan tadqiqot materiallari yangi O'zbekiston voqeligida zo'ravonlik muammosining ayrim jihatlarini ochib berish imkonini berdi.

Ijtimoiy nizo nazariyalarida oilaviy zo'ravonlikning manbalari nafaqat iqtisodiy sabablar va moddiy manfaatlar, balki insonlarning majburlash mexanizmidan foydalanib hokimiyatga ega bo'lishga intilishi ham ekanligi ta'kidlanadi. Ya'ni, oiladagi nizolar hokimiyat va ustun ijtimoiy mavqe uchun kurash tufayli kelib chiqadi.

Oiladagi zo'ravonlikni o'rganishga institutsional yondashuv jamiyatda makrodarajada shakllangan shaxslarning ijtimoiy xulq-atvorini tartibga soluvchi me'yorlar va vositalarni inobatga olgan holda oiladagi ushbu hodisani tadqiq etishga yordam beradi. Oiladagi zo'ravonlikning ijtimoiy-madaniy nazariyalari uni mikroijtimoiy omillar, ya'ni ijtimoiy mavqe, daromad, ma'lumot kabi ta'sirlar ostida sodir bo'ladigan hodisa sifatida ko'rib chiqadi. Oilaviy zo'ravonlik jamiyatda oiladagi zo'ravonlikni va ayrim oila a'zolarining boshqalari ustidan hukmronligini ijtimoiy jihatdan ma'qullaydigan me'yorlar natijasi sifatida namoyon bo'ladi.

Turmush o'rtog'i tomonidan namoyon etilgan zo'ravonlik xususiyatlari va psixik holatlar namoyon bo'lishi orasidagi korrelyatsion bog'liqliklar (Spirman mezoni) asosida tekshirilganda agressivlik 0,138* jismoniy salomatlikka tahdid qilish jismoniy erkinlikni haddan ortiq nazorat qilish bilan bog'liq, ya'ni shaxsning agressiyaga moyilligi, agressiya reaksiyasi paydo bo'lishi shaxsni mustaqil harakat qila olmaslikka, uning jismoniy erkinligini cheklashga, doimo nazoratda bo'lishiga, ayol yoki erkak o'z reja, maqsad va xohishlarini chetga surishiga olib keladi. Jismoniy erkinlikni haddan ortiq nazorat qilish 0,152** ikkinchi tomonni kamsitish, pisand qilmaslik, xo'rlash kabi oqibatlariga olib kelishini ko'rsatadi. Bu psixologik emotsional zo'ravonlik ko'rinishini oladi deb aytish mumkin. Agressivlik umumiy beqarorlashtirish bilan 0,223** natija bilan bog'liq bo'lib, o'ziga zarar etkazish bilan qo'rqitish, boshqalar bilan muloqot qilishga ruxsat bermaslik, o'ta xurmatsizlik bilan munosabatni namoyon qiladi.

Individual psixoterapevtik va psixokonsultatsiya doirasida oiladagi agressiv xatti-harakatlar bolalikda, zo'ravonlik qurboniga guvoh bo'lganida olingan jarohatli tajribaning oqibati sifatida qaraladi. Muammoni o'rganish va bartaraf etish jarayonida eng yaxshi ekspert bu oilaning o'zidir. Oila a'zolari o'zlari va bir-birlari bilan munosabatlari haqida buni tushunishga harakat qilayotgan mutaxassisga qaraganda ko'p narsani bilishadi. Shuning uchun qabul qilingan qarorlar faqat oila a'zolari muammolarni muhokama qilish va hal etish jarayonida hamkor bo'lgan taqdirdagina

samarali bo'lishi mumkin. Oilaviy zo'ravonlikdan jabrlangan yoki agressor bo'lgan shaxs psixolog bilan xamkorlik qilishga tayyormi degan savol tug'ilishi tabiiy.

Oilaviy zo'ravonlikdan jarohat olgan kishilar odatda tipik xomxayollar asirligida yashaydilar. Avvalo shuni ta'kidlash lozimki, zo'ravonlik qurboniga aylangan ayollar ko'pincha oiladagi zararli, ba'zan esa hayot uchun xavfli bo'lgan zo'ravonlik vaziyatini to'xtatishga shoshilmaydilar.

Ular bo'layotgan voqealarni yashirishga urinishadi, ammo agressiya va qurbonlik holatidan norozilik kutilmagan ko'rinishlarda namoyon bo'lishi mumkin: o'ziga o'zi zarar etkazish, oilaning boshqa a'zolariga, hatto o'z farzandlari yoki uy hayvonlariga nisbatan zo'ravonlik ko'rsatish va boshqalar.

Shuni ta'kidlash muhimki, ayollar nafaqat oilaviy zo'ravonlik qurbonlari, balki o'zlari ham faol ravishda shaxslararo zo'ravonlikni amalga oshirishlari mumkin. Hozirgi kunda kriminologlar va psixiatrlar ayollarning jinoiy faolligining o'sish tendensiyasini qayd etib, turli mamlakatlarda o'tkazilgan 200 dan ortiq tadqiqotlar asosida, shaxslararo munosabatlarda erkaklar va ayollar tomonidan sodir etiladigan zo'ravonlikda gender simmetriyasini e'tirof etmoqdalar.[1]

Oilaning shaxsiy hayotiga kirib borish, shaxsiy munosabatlarning yopiq doirasiga aralashish murakkab jarayon. Respondentlarda hamkorlikka intilish bo'lmasa, vaziyatning to'liq va haqiqiy manzarasini ko'rish qiyinchilik tug'diradi. Bunday holatlarda, voqelikning asl ko'rinishini yaxlit tarzda anglash mushkul bo'ladi. Zero, muammoni anglash orqaligina uning echimiga erishish mumkin. Oilaga jamiyatning o'z tuzilishi, elementlari va vazifalari mavjud bo'lgan hujayrasi sifatida qaraladigan bo'lsa, oilaviy zo'ravonlik muammosini ko'rib chiqish jamiyatdagi boshqa turdagi zo'ravonliklarga nisbatan o'ziga xos xususiyatlar kasb etadi. Bu oilaning o'ziga xos disfunktsiyasi hisoblanadi.

Nizo - oilaviy hayotning sog'lom kechishining normal tarkibiy qismidir. U oilaning faoliyat ko'rsatishini barqarorlashtirishda konstruktiv-bunyodkorlik rolini o'ynashi lozim. Chuqur ildiz otgan nizo barcha oila a'zolarining ruhiy holati va jismoniy salomatligiga halokatli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bilan birga, nizoga moyillik, murosa madaniyatining yo'qligi, vaziyatlarning noqulay kelishi jarayonni nazoratdan chiqarishi va unga halokatli tus berishi mumkin.

Bizning fikrimizcha, zo'ravonlik nizo namoyon bo'lishining eng so'nggi shaklidir. Bizning holatimizda, bu oila ichidagi nizo bo'lib, unda agressor er, jabrlanuvchi esa xotin va aksincha agressor ayol er esa jabrlanuvchi bo'lgan. Natijada, turmush o'rtog'i tomonidan oilaning boshqa a'zolariga nisbatan turli yo'nalishdagi agressiya namoyon bo'ladi.

Jamiyatda agressiyaga nisbatan umumiy qabul qilingan qarash uni insoniy illatlar qatoriga qo'shadi va bu tasodifiy emas. Ko'rinib turibdiki, ijtimoiy hayotda inson tomonidan namoyon bo'ladigan agressiya jamiyat hayotiga boshqarilmaslik va oldindan aytib bo'lmaslik komponentini olib kiradigan destruktiv element rolini o'ynaydi.

Jamiyatda agressiv bo'lish qabul qilinmagan. Agar chuqurroq nazar tashlasak, agressiyaning namoyon bo'lishi, og'ir ruhiy buzilishlar holatlaridan tashqari, shaxsning asosiy harakatlantiruvchi motivlaridan birini blokirovka qilish bilan bog'liqligini ko'rishimiz mumkin, ammo deyarli hech kim uning paydo bo'lish sabablari va agressiyaning o'z ichiga olgan "xabar"dan etarlicha foydalanish usullari haqida o'ylamaydi. Oilaviy zo'ravonlik holatlarida ijtimoiy psixologik yordamni tashkil etish jarayonida nafaqat jabrlanuvchi roli balki agressor rolini tahlil etish muhim hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

Straus M.A. The controversy over domestic violence by women: a methodological, theoretical, and sociology of science analysis // Violence in intimate relationships / Ed. by X.B. Arriaga, S.Oskamp. California: Sage, 1999.

OILA MUSTAHKAMLIGIDA UNING TIPLARI VA PSIXOLOGIK USTANOVKALAR MUAMMOSI - IJTIMOY-PSIXOLOGIK FENOMEN SIFATIDA

Ismoilova Shaxlo Valijonovna
TIPI o'qituvchisi

Yangi O'zbekistonda so'ngi yillarda oila institutini mustahkamlash va har tomonlama qo'llab-quvvatlashga qaratilgan huquqiy-me'yoriy asoslari yaratildi: "Farovon oila - jamiyat ravnaqining asosi" kontseptual g'oyasini amalga oshirish uchun "oilalarda... ota-ona va farzandlar, er va xotin...o'rtasidagi munosabatlarni yaxshilash..."ga ustuvor vazifa sifatida qaralib, "sog'lom oila – sog'lom jamiyat" g'oyasini hayotga tatbiq etishga yo'naltirilgan yagona davlat siyosatini yuritish, "...oilalarning qanchalik mustahkam bo'lsa, jamiyat ham shunchalik barqaror bo'ladi" tamoyili ustuvordir. Zero, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek, oilada "...yosh avlodni voyaga etkazishga qaratilgan ishlarni izchil davom ettirish hammamizning nafaqat vazifamiz, balki muqaddas burchimiz". Shu nuqtai nazardan oila mustahkamligida uning tiplari va psixologik ustanovkalari ta'siri asosida shakllangan oilalar taqdiri alohida ijtimoiy-psixologik muammodir. Mazkur fenomen - oila mustahkamligida uning tiplari va psixologik ustanovkalari ta'siri muammosini yangicha nazariy echimlarini topish imkoniyatlarini yaratadi.

Oilaviy munosabatlar tizimining rivojlanishi nikohga kiruvchilar sonining kamayishi va nikoh uchun sherik tanlash tartiblarining qat'iy belgilanishi yo'nalishida ro'y bergan. Insoniyat ijtimoiy tashkil topishining eng qadimiy shakli bu urug'-qabila bo'lib, u bir ayol urug'idan tarqagan, matriarxat zotidan kelib chiqadigan (uning qizlari, qizlarning farzandlari va ularning avlodlari) barcha odamlarni o'zida birlashtirgan. Shu tariqa urug' – mohiyatan matriarxal oila bo'lib, onaning zotidan tarqalgan barcha avlodni bir-biriga chatishtirib boravergan. Bunday urug' shaklining saqlanib qolgan

andozalaridan biri ruslardagi “matreshka” o'yinchog'i bo'lib, u bizga ona avlodlarining o'zaro bir-birlaridan kelib chiqishini ifodalaydi.

Gruppaviy yoki guruhii oila – bir necha opa-singillarning boshqa bir toifa erkaklar guruhi bilan nikohga kirishini taqozo etgan. Bunday ayollar yo o'z qavmidan bo'lgan erkakka yoki tamoman boshqa – begona urug'ning vakili bo'lmish erkakka turmushga chiqishi mumkin bo'lgan. Lekin avlodning kelib chiqishi onalik urug'iga bog'langan, otalikni belgilash holatlari inobatga olinmagan. S. Golodning yozishicha (1998 y.), onadan tarqagan avlodlar XIX asr oxiri va XX asr boshlarida ham ko'pgina xalqlarda saqlanib kelgan.

Juftlik oila – alohida, bir-biriga unchalik yaqin bo'lmagan yoki mutloq begona ikki kishi o'rtasidagi nikohni nazarda tutgan bo'lib, ular o'rtasidagi munosabatlar har doim ham mustahkam bo'lmagan va tomonlarning xohish-irodasiga ko'ra u istalgan vaqtda barbod bo'lishi ham mumkin edi. Hozirda mavjud bo'lgan oilalarda shaklan shu model saqlab qolingan.

Patriarxal oila – bir erkak kishining bir yoki bir nechta ayol o'rtasidagi nikohiga asoslangan bo'lib, bunda erkakning huquqlari xotinnikidan ko'proq bo'lgan, nikohning bu shakli ayni xususiy mulkchilik rivojlangan davrlarda keng tarqalgan. Bunday oilada, tabiiy, erkak huquqlari ustivor bo'lib, uning har qanday oila masalalarini echish va qarorlar qabul qilishdagi mavqei yuqori hisoblangan. Shu sababli avlodlarning kelib chiqishi, urug'ning tarqalishi kabi masalalar erkakning avlodlari shajarasidan boshlangan, mulkka egalik va unga vorislik ham erkaklar tabaqasi orqali yuritilgan.

Monogam oila – bir erkak va bir ayol juftligi o'rtasidagi nikoh munosabatlarini nazarda tutadi. Ularning er-xotinlik munosabatlari ham umrbod hisoblangan (qadimgi grek so'zlaridan olingan: “monos” – bir, yagona, tanho; “gamos” – nikoh ma'nosini bildiradi). Oilaning bunday shakli taxminan uch ming yillar avval paydo bo'lgan. O'z mohiyatiga ko'ra bu – patriarxal oilaning bir ko'rinishi hisoblanib, yaqin yillardan buyon oilaning bu shakli ayollar va ayollarning teng huquqliligi, bolalar tarbiyasidagi muayyan erkinlik, ona va bolaning oila hayotidagi nufuzi ortishi shaklida rivojlanib kelmoqda.

Lekin biz oila va nikoh tushunchalarining allomalar va taniqli olimlar izlanishlarida qanday ifoda etilganiga e'tiborni qaratamiz.

Ana shunday nikoh tarixiga qiziqqan olimlardan biri qadimgi grek faylasufi Platon bo'lgan. Uning fikricha, barcha zamon va makonlarda patriarxal oila ijtimoiy munosabatlarning, jamiyat hayotining asosi bo'ladi, davlat esa ana shu kabi oilalarning birlashuvidan paydo bo'lgan. Lekin Platonning o'zi o'z qarashlarini oxirigacha himoya qilib, fikrlarini yakunlay olmadi. “Ideal davlat” deb nomlangan loyihasida u jamiyatda hamjihatlikni ta'minlash uchun ayollar, bolalar birlashmalari va sarmoyalarning umumiyligiga erishish lozim, degan fikrni ilgari surdi. Lekin ayni shu oxirgi fikr aslida yangi emas edi. Qadimgi grek tarixchi olimi Geradot o'zining mashhur “Tarixlar” deb nomlangan asarida ayollar birlashmalari bir qator qabilalar uchun o'ziga xos xususiyat

ekanligini ta'kidlagan edi. Bu kabi ma'lumotlar antik davrga xos bo'lgan qator manbalarda o'z ifodasini topgan.

Aristotel Platonning izdoshi sifatida uning "ideal davlat"ga oid fikrlarini rivojlantirib, ustozining patriarxal, ya'ni, erkak kishi etakchi bo'lgan oila modelini yoqlab fikr bildirgan. Uning fikricha, oilalar birlashib, "turar-joylarni", "turar-joylar" birlashib, yaxlit davlatni tashkil etadi. Platon va Aristotellarning shu kabi nuqtai nazarlari anchagina davrgacha hukmron bo'ldi va oila jamiyatning bo'lagi sifatida, o'ziga xos bo'linmas patriarxal institut sifatida idrok etildi. Fransuz ma'rifatparvari Jan-Jak Russo o'z davrida "Oila – eng qadimiy va asli tabiiy bo'lgan jamiyat bo'lagidir. Oila – kerak bo'lsa, jamiyat siyosiy qiyofasini belgilovchi obraz, bunda etakchi, rahbar – go'yoki ota misoli, xalq esa – farzandlar kabidir" deb yozgan edi. Bu aslida insoniyat tarixida uzoq vaqtgacha ustivor bo'lgan paternalizm tamoyilining yaqqol timsolidir ("patern" – ota, otalik, etakchilik ma'nosini bildiradi).

Shunday qilib, oilani ijtimoiy institut sifatida idrok etish va uni ilmiy jihatdan o'rganish an'analari tarixi XIX asrning o'rtalariga to'g'ri keladi. Ayni shu davrdan boshlab jahonning turli burchaklaridagi taniqli sosiologlar va antropologlar (L.Morgan, M.Kovalevskiy, B.Malinovkiy, P.Sorokin, keyinchalik A.Xarchev, S.Golod va boshqalar.) oila muammolarini o'zlarining aniq tadqiqot mavzulari sifatida o'rgana boshladilar.

Bir qarashda yangicha tuyulgan monogam oiladagi o'zgarishlar XX asrning boshlaridayoq kuzatila boshlangan. Olimlarning ta'kidlashicha, oila institutining o'zi tabiati nuqtai nazaridan ancha konservativ, ya'ni o'zgarmas, turg'un tizim bo'lgani bois, jamiyat miqyosida ro'y beradigan o'zgarishlar oila doirasida taxminan 10-30-yillardan keyingina aks eta boshlaydi. Bundan tashqari, rus sosiologi S.Golodning yozishicha, Yevropa xalqlari hayotida, oilaviy munosabatlarda kuzatiladigan barcha ijobiy jarayonlar monogam, patriarxal oilaning saqlanib qolingani sababli ro'y bergan bo'lsa, qolgan barcha salbiy holatlar aksincha, oilada ro'y berayotgan salbiy, yomon jarayonlardan kelib chiqadi. Bu kabi talqinlar tabiiyki, ko'plab tadqiqotchilarga oila va uning istiqbolini tushunishga, mazkur yo'nalishda jiddiy tadqiqotlar olib borishga xalaqit beradi.

Shunga qaramay, oila institutida kuzatilayotgan har qanday o'zgarishlari odatda eng avvalo, ayolning – xotin-qizlarning jamiyat va oilada tutgan maqomlarining o'zgarib borayotganligi, ular malakalarining oshib borayotganligi va kasb-hunar, lavozim pog'onalarida erkaklardan qolishmaslikka intilayotganligi bilan izohlanadi. Qayd etilgan holat bevosita oila hayotida ro'y berayotgan turli xil o'zgarishlarga, ham salbiy, ham ijobiy hodisalarga sabab bo'lmoqda.

Ikkala jins vakillari xaq-huquqlarining amalda tenglashib borayotganligi xotin-qizlarning erkaklar – yigitlar oldida o'zini tutishi va o'z navbatida yigitlarning qizlarga, erkaklarning ayoliga bo'lgan munosabatlari, xushomad qilishlarida o'z aksini topmoqda. Ayniqsa, Yevropa xalqlarida nikoh oldi sovcilik instituti yo'qolib, uning o'rniga o'z xohishi bilan o'ziga nikoh sheriginini tanlashi an'anasi barqarorlashdi. Lekin

ayni holat saqlanib qolgan mamlakatlarda, jumladan, O‘zbekistonda oila institutiga munosabat boshqacharoq, ya’ni an’analarga sodiqlik saqlanib qolgan. Sovchilikning ahamiyati shundaki, bunda o‘rtada turganlar, kelin-kuyov oilasini tanigan, bilgan, surishtirgan odamlar bo‘lgani sababli ham ular yosh oilaning mustahkam bo‘lishidan juda manfaatdordirlar, shuning uchun haqiqiy o‘zbekona mezonlar, “teng-tengi bilan” tamoyili asosida, sovchilar yordamida qurilgan nikohlar aksariyat holatlarda mustahkam bo‘ladi.

Shuni ta’kidlash lozimki, har bir davrda bo‘lgani kabi hozir ham yoshlarning o‘z ixtiyori bilan, bir-birlarini yoqtirib qolishlari oqibatida paydo bo‘lgan oilalar mavjud. Yoshlarning ayrimlari o‘z ixtiyori bilan qalliq tanlashni, yoqtirib, sevib turmush qurishni oldindan niyat qiladi. Shunisi borki, o‘z ixtiyori bilan turmush o‘rtog‘i tanlashda ota-ona va oilasi manfaatlari, ularning istak-xohishlari deyarli inobatga olinmaydi. Odatda bu kabi yoshlar nikoh oldidan ota-otasining roziligini olmaydi, shu sababli, ko‘pincha, bunday nikoh engil-yelpi qarorlar oqibati bo‘lib, uzoqqa bormasligi mumkin. Respublika “Oila” ilmiy-amaliy markazi 2003 yilda o‘tkazgan tadqiqot natijalariga ko‘ra, ajralishib ketgan yosh oilalarning 90 foizidan ortig‘i nikoh motivi-sababi sifatida “sevish-sevilish”ni ko‘rsatganlar.

Xotin-qizlarning iqtisodiy mustaqilligi tufayli XX asrga kelib ayolning oila va jamiyatda tutgan o‘rni va maqomi keskin o‘zgardi. Oxirgi paytlarda butun dunyoda matriarxat davridagi kabi oilaning etakchisi, boshlig‘i roliga ko‘pincha ayol da’vogarlik qila boshlashi kuzatildi. Buning oqibatida erkak kishining oiladagi etakchilik roli, oilada resurslarni boshqarish, qarorlar qabul qilish va farzandlarni jamiyat hayotiga jalb etishdagi maqomi sezilarli darajada pastladi.

Ikkinchi tomondan, ayol-onaning oilasi va bola tarbiyasi uchun bo‘sh vaqtining kamayib borayotganligi, reproduktiv mas’uliyatning jamiyatda lavozimlar pog‘onasida yuqoriroq o‘rin egallash istagiga nisbatan pastlab borayotganligi salbiy oqibatlarga olib kelmoqda. Shu sababli sanoati rivojlangan mamlakatlarda tug‘ilishlar sonining kamayib borayotganligi, oqibatda aholi sonining keskin pasayishi kuzatilmoqda. Afsuski, bunday holatlar O‘zbekistonning shahar hududlarida ham kuzatilmoqda.

Oilaning tarbiyalovchi vazifasi oila a’zolaridan tashqari boshqa insonlarga, muassasalarga – enaga va guvernantkalarga, yoki davlat tomonidan to‘la muhofazaga olingan tashkilotlar – Mehribonlik uylari, Muruvvat uylari va boshqalar zimmasiga yuklatilmoqda. Sobiq totalitar tuzum davrida ushbu vazifaning davlat zimmasida ekanligi, individual, oilaviy tarbiyaning gruppaviy tarbiya bilan, tarbiyalanuvchi shaxsiga e’tiborning keskin kamayishi bilan o‘zgartirildi. Oqibatda hech kimga tegishli bo‘lmagan, psixik va aqliy rivojlanishi o‘rtamiyona bo‘lgan bolalar paydo bo‘ldi. Bu ochiq yoki yashirin onalik deprivatsiyasini keltirib chiqardi.

Ya’ni, XX asr o‘rtalariga kelib, monogam oilada o‘zgacha uyg‘unlik kashf etgan, yaxlit guruhday tasavvur etilgan oilaning vazifalari – nikohga kirish, jinsiy hayotni ta’minlash va o‘zidan nasl qoldirish – reproduksiya bir-biri bilan bog‘lanmagan

vazifalar tarzida ayrocha, alohida funksiyalarday tasavvur etila boshlandi. Agar XIX asr oxirlarigacha oila paydo bo'lishi bilan unda farzandlar tug'ilishini kutish odatga aylangan bo'lsa, yangi davrga kelib, qachon tashkil bo'lganligiga qaramay, bola tug'ilishini rejalashtirmaydigan oilalar hamda boshqa tomondan, oilasiz, nikohsiz ham tug'iladigan bolalar ko'paydi. Ochiqroq aytadigan bo'lsak, turmushga chiqmasa-da, bola tug'adigan yolg'iz onalar ham paydo bo'ldi. Shu tariqa nikoh bilan oilaning reproduktiv vazifasi o'rtasida tafovut paydo bo'ldi.

Jinsiy hayot borasida sodir bo'lgan o'zgarishlar shuki, agar ilgari bunday munosabat oiladan tashqarida ro'y bersa, jamiyat ham, din ham uni qoralar edi. So'nggi o'n yilliklarda dunyo miqyosida erkaklar ham, ayollar ham erkin jinsiy hayotga oddiy munosabat sifatida qaraydigan bo'lishdi.

Patriarxal monogam oila – bu o'z mohiyatiga ko'ra oiladagi erkak kishining nufuzi, etakchilik roli, xotinning unga, farzandlarning ota-onaga tobeligini nazarda tutadi. Bunday oilada o'g'il bolalar otaning oilasini sira tark etmaydi, aksincha, uylangan taqdirda ham turmush o'rtog'ini shu xonadonga olib keladi, qizlar esa kimga turmushga chiqsa, uning familiyasiga o'tib, o'z ota-onasining uyini tark etadi. Bunday oilada urug'ning atalashi (familiya), shajara va mulkka egalik otaning yo'lidan amalga oshiriladi, oilaviy rollar esa erkaklarniki yoki xotinlarniki tarzida aniq tafovutlanadi. Erkaklar oilaning moddiy boyliklari, resurslari, ta'minoti bilan shug'ullansalar, ayollar asosan uy ishlari bilan band bo'ladilar.

Oilaning ijtimoiy nufuzi, obro'si otaning, erning, o'g'ilning iqtisodiy maqomidan kelib chiqadi, ayolniki esa – farzandlar soni bilan belgilanib, uning professional maqomi ko'p hollarda oilaning, turmush o'rtog'ining ijtimoiy maqomiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, farzandlar ko'z o'ngida otaning avtoriterti pastlaganday bo'ladi, ayrim holatlarda erning oila ta'minotidagi ulushi tushib ketishi ham ayolning oila moddiy ta'minotiga bevosita aralashishiga sabab bo'ladi.

Monogam oila – bola manfaatiga yo'nalgan oila (detosentrik) XIX asrning oxiri – XX asrning boshlarida paydo bo'lgan hodisadir. U xotin-qizlarning ijtimoiy hayotdagi rolining ortishi hamda bola huquqlarining oshib borishi bilan izohlanadi. Bunday holatlarda gap ko'proq oilada farzandlar soni haqida emas, balki oilada umuman bola borligining qadrlanishi to'g'risida boradi. Ota-onalar bunday sharoitda ko'proq bolaning kelajakda kim bo'lishi, u egallashi lozim bo'lgan martabalar, uning istiqboli xususida qayg'uradigan, shu bois ham oila byudjetining asosiy qismi uni ta'minlash, unga zarur ta'lim va tarbiyani berish, g'amxo'rlik qilishga sarflanadi. Bolalar bilan bog'liq ehtiyojlarning o'sib borishi oqibatida mamlakatda ham bolalar ta'minoti, ularning ozuqasi, kiyim-kechagi, o'yinchoqlar, bolalarning madaniy-ma'rifiy maskanlarini rivojlantirishga ixtisoslashgan sanoat korxonalari ko'payadi, rivojlanadi. Bolalar va yoshlarning turli ma'rifiy o'choqlarining kengayishi, yangi texnika va texnologiyalarning asosan bolalar manfaatiga bevosita bog'lanishi, yoshlarning kasb ta'limini takomillashtirish ishlari, ular o'qishi va bilim olishi muddatlarining

uzaytirilishi ularning mehnat sohasiga kechroq kirib borishiga olib keladi. Ya'ni, ilgarigiga nisbatan bolalar kechroq mustaqil hayotga kirishadi. Buning oqibatida nikoh yoshi ham tobora kattalashib boradi. Kattalar tomonidan bolaga e'tiborning, shu bilan bir qatorda tashvishlarning ortishi, o'z navbatida bolalarning tug'ilish soni kamayishiga olib keladi. Bolalar erka bo'lib, ular erkinligi ortib boradi, ota-onaning butun diqqat-e'tibori ularga qaratiladi. Bu toifa oiladagi bola manfaati shu qadarki, ba'zan ona faqat bolani o'ylash, unga e'tibor qilishni afzal bilganidan, eridan ham voz kechishi holatlari ham kuzatiladi.

Bola manfaatiga yo'nalgan oilaning ham turli ko'rinishlari bo'lib, ulardan biri **avtoritar tip**dir. Bunda bola soni bittami yoki ikkitami ota-onaning cheksiz g'amxo'rligi, ular obro'si bilan parallel tashkil etiladi. Masalan, ko'pgina amaldorlarning oilasi shunday. Ota-ona bola nazarida eng nufuzli, aqli har narsaga etadigan, shuning uchun bola ham xuddi otasi yoki onasiday bo'lib etishish motivatsiyasi kuchli bo'ladi.

Ambivalent detosentrik oiladagi bola ko'proq ota-onaning hissiy-emosional g'amxo'rligi ta'sirida bo'ladi. Masalan, bu agar qiz bo'lsa, u faqat otasi yoki onasi, yoki ikkisinining doimiy erkalashlari og'ushida katta bo'lib, oxir-oqibat shunday holatga ko'nikib ketadi. Oilaviy munosabat faqat shunday bo'lsa kerak, degan fikr ba'zan o'zi mustaqil oila qurganda, uning yangi xonadonga ko'nikishiga jiddiy xalaqit beradi.

Kvaziavtonom detosentrik oilada bola huquqlari kattalarniki bilan deyarli tenglashtiriladi, ularga kattalar bilan bir qatorda oilaviy yumushlarni bajarish erki, o'z holicha qarorlar qabul qilish huquqlari berilgan bo'ladi. Buning albatta, ham ijobiy, ham salbiy jihatlari bor.

Er-xotin oilasi XX asrning 60-chi yillarida paydo bo'lib, u ham ayollar, ham bolalar emansipatsiya jarayonlarining oqibati sifatida qaraladi. Bunday oiladagi o'zaro munosabatlar asosan erkak va xotin o'rtasidagi muomalaga, uning qanchalik samimiy, iliqligiga bog'liq bo'ladi. Ayolga o'z xohish-irodasini mumkin qadar namoyon etish, unga ma'lum ma'noda mustaqil erishish imkoniyati yaratiladi. U ko'p holatlarda turmush o'rtog'iga suyuqli, erka va zarur yor rolini o'ynaydi. Golod er-xotinning bir-birlariga yaqin bo'lishlarining 4 xil jihatini farqlaydi: simpatiya (yoqtirish), samimiyat, minnatdorlik va erotik jihatdan bog'liqlik.

Monogam bo'lmagan oila toifasi chin ma'noda nikoh munosabatlariga tayanmaydi. Bundan oilaning uch xil ko'rinishi mavjud:

Ajrimlar tufayli paydo bo'lgan noto'liq oila – XX asrning oxirlarida ko'payib ketgan noto'liq oila turi. Golodning ma'lumotlariga ko'ra, Rossiyadagi oilalar ajrimi shu qadar ko'paydiki, har 100 ta nikohga 51 ta oila ajrimi to'g'ri keldi. Bunga sabablardan biri ota-onalik rollarining bajarilmasligi, otaning bola tarbiyasidan sovuqqonlik bilan chetlashishidir, chunki ko'pgina otalar ajralishgandan so'ng ma'lum muddat o'tgach, farzandlari bilan umuman yuz ko'rmas bo'lib ketishadi. Afsuski, O'zbekistonda oila va nikoh nechog'li qadrlanmasin, oilaviy ajrimlar ham qayd etiladi.

Statistik ma'lumotlarga ko'ra, oxirgi yillarda yiliga o'rtacha 14,5 mingdan 15 mingacha oila ajrimlari qayd etiladi, ajrimlarning sudlar orqali rasmiylashtiriladigan turlari FXDYO orqali rasmiylashtiriladiganidan ko'proqdir. Ajrim bo'lgan oilalarning 70 foizi yosh oilalar bo'lib, ularda o'rtacha 2,5 ta bola chala etim bo'lib qoladi. Bu kabi noto'liq oilalarda o'ziga yarasha ijtimoiy-iqtisodiy muammolar paydo bo'ldaiki, shu bois ham davlatimizning oila siyosatining mazmuni noto'liq oilalar sonini kamaytirishga qaratilgandir. Bunda masalaning moddiy tomonidan ham uning ma'naviy-ahloqiy tomonlari bizni ko'proq tashvishga soladi.

Beva bo'lib qolish, yoki turmush o'rtog'ining vafoti munosabati bilan noto'liq bo'lgan oila ham ko'proq onaning farzandi bilan yolg'iz qolishidir. Bunday oilalardagi ma'naviy muhit ajrim tufayli paydo bo'lgan noto'liq oilanikidan farq qiladi. O'zbek onalari bunday holatlarda otasining ruhi hurmatidan farzandlarida yuksak insoniy fazilatlarni tarbiyalashga intiladi. Bunday o'ziga xoslik qator tadqiqotlarda alohida qayd etilgan (G. Yadgarova, 2003).

Nikohdan tashqari oila 90-chi yillarda ko'paygan oila turi, unda asosan yolg'iz qolgan ayol-ona oilani tebratadi. Bunday oilalar o'sha davrda Rossiyada 20-21 foizni, Buyuk Britaniyada va Fransiya – 32-35 foizni tashkil etgan bo'lib, ko'proq yoshgina bo'la turib ona bo'lganlar (15-19 yoshlilar) yoki aksincha, reproduktiv yoshdan o'tib qolganlar – 40-44 yoshlilar tashkil etadi. Bu o'rinda ikkala holatda xotin-qizlarning nikohga kirmasdan tug'ish motivlari turlicha bo'ladi.

Rossiyada ota-onalardan bittasigina bo'lgan oilalarda 1989 yilda 4,5 mln. bola yashagan bo'lsa, bu ko'rsatkich 1994 yilda 5 millonga etdi (A.G.Volkov, Ye.L.Soroko, 1999). O'zbekiston sharoitida bu kabi holatlar favqulotda holatlar sifatida qaraladi, chunki ayrim udumlar va milliy qadriyatlarimiz farzandning nikohdan tashqari paydo bo'lishini qoralaydi, Shunday bo'lsa-da, turli sabablar va otag'onalarining vaziyatlar qurboni bo'lishi natijasida mamlakatimizda otalikni belgilash holatlari ortib bormoqdaki, unda ham ko'pincha rasman oila nikohsiz oiladay tasavvur etiladi. Sha'riy nikoh o'qilgani bilan rasmiy ravishda nikohning o'z vaqtida qayd etilmasligi mentalitetimizga zid bo'lgan shu toifa oilalarning rasmiylashtirilib qolishiga sabab bo'lmoqda.

Alternativ oila turlari – kam uchraydigan oila turlari bo'lib, ular ayrim jihatlari bilan boshqalardan farqlanib turadi va o'z navbatida toifalarga bo'linadi. Masalan, ulardan biri – fuqarolik nikohi deb atalib, unda erkak va ayol o'z ixtiyorlari bilan rasmiy nikohni qayd emay, yashayveradi. Ba'zan bunday qarorga ular kutilmagan homiladorlik paydo bo'lganda ham kelishlari mumkin. Bunday nikoh bizning sharoitimizga, musulmonchilikka sira ham to'g'ri kelmaydi. Alternativ nikohlar ko'proq g'arb mamlakatlariga xosdir. Lekin Golodning ta'kidlashicha, hozirda Rossiyada mavjud oilalarning 7% shunday nikoh asosida tashkil topgan. Oilaning muqaddasligini tinimsiz targ'ib etishimiz azaliy qadriyatlarni ardoqlab kelayotgan yurtimizda bunday salbiy holatlarning bo'lmasligiga xizmat qiladi.

Alternativ nikohning yana bir ko'rinishi **qayta nikohlardir**. Odatda bunday nikoh turi beva yoki tul qolgan shaxslarda uchraydi. Aslida ham birinchi qayta nikohlar XVI asrda Angliyada qayd etila boshlagan. Hozirda esa bunday nikohlar odatda beva qolganlar yoki ajrashib ketganlar o'rtasida qayd etilishi mumkin. Bunday oila turi ham ajrimlar ko'payishiga mos tarzda ortib bormoqda.

Aralash oilalar yoki begona ota-onalar bilan yashaydiganlar oilasi. Bu – etimlarni boqib olish hisobiga paydo bo'ladigan, otalikka olish, o'gay ota yoki ona bilan yashaydiganlar oilasidir. Ming afsuski, turli hayotiy vaziyatlar tufayli shunday oila ham bor, ular nisbatan ko'p bo'lmasa-da, O'zbekistonda ham mavjud.

Godvin – nikohlar, uning asoschisi bo'lgan ingliz sosial-monarxi U.Godvin (1756-1836) nomi bilan bog'liq. U bunday oilani ideal deb hisoblagan, chunki bunday oilalar, asosan, ota-onaning xohish-irodasiga ko'ra paydo bo'ladi, yoshlarning istaklari bunda inobatga olinmaydi. Bunday nikohlarda jinsiy yaqinlik ko'zda tutilmaganligi sababli, o'zaro hurmat va bir tom ostida alohida yashashga mo'ljallangan bo'ladi, er va xotin bir-birlarining oldida faqat ma'naviy jihatdan majburiyatlarga ega xolos. To'g'ri, bir qarashda bunday nikoh bizdagi sovchilik yo'li bilan quriladigan oilaga o'hshab ketadi, lekin bizda zurriyod qoldirish, birga yashash talab etiladi. Shuning uchun yigit va qiz bir-birlarini sevmagan bo'lsalar-da, nikoh o'qilayotganda ularning rizochiliklari so'raladi, javob ijobiy bo'lgach, ular chimildiqqa kiritiladi.

Qo'shxotinlilik ham alternativ nikoh turlaridan biri bo'lib, bunda bir erkak ko'pincha hufyona o'z qonuniy nikohidagi ayoldan tashqari yana boshqasi bilan shar'iy nikohda yashaydi. Qo'shxotinlilik ko'proq Osiyo va Sharq mamlakatlari aholisiga xos deb hisoblansa-da, hozirda bunday oilalar hattoki, Rossiyada ham kuzatilmoqda. Lekin bunday oila turi qonunan man etilgan.

Oilaning chegarasi va hududi deyilganda, odatda oilaning boshqa sosiomadaniy muhit vakillari bilan aloqasi, ularga bog'liqligi darajasi nazarda tutiladi. Satirning fikricha, shunday oilalar ham bo'ladiki, ular boshqalar bilan deyarli muloqotga kirmaydi, bu oilaga darvozadan ham, devoridan oshib ham kirib bo'lmaydi, u go'yoki o'z qobig'iga o'ralib olganday, o'z navbatida u boshqa oilalarga ham qiziqmaydi, oilaviy tantanalarga yaqin qo'shnilarni ham chaqirmaydi, o'qishi yoki ishxonasini hisobga olmaganda, boshqa ijtimoiy muassasalarga, masalan, teatr, kino, klublarga ham bormaydi. Odatda bunday “yopiq” turdagi oilalar unchalik inoq-ittifoq ham yashamaydi. Bizning sharoitimizda mahalla-kuyning tadbirlari ham ularsiz o'tadi. Shuning uchun ochiq turdagi, keng muloqotlarga asoslangan oila baxtli va mustahkam hisoblanadi. Bu oilalarning dahlsizligiga ham zarar etkazmaydi.

Taniqli amerikalik oilaviy psixoterapevt Salvador Minuxin ham o'ziga xos konsepsiyaning asoschisidir. (Minuxin S., Fishman Ch., 1998). Uning fikricha, oila – murakkab tuzilishga ega bo'lib, tarkibiga ayrim alohida indvidlarni, bir qator tizimlarni qamrab oladi. Ichki tuzilmalar koalisiyalarga birlashib, oila doirasida turli hodisa va

jarayonlarni keltirib chiqaradi. Bundan tashqari, har qanday oila boshqa o'ziga o'xshash tuzilmalar bilan murakkab munosabatlarni o'rnatadiki, bu tashqi tizimlar ba'zan oilani qo'llab-quvvatlash vazifasini ham bajaradi.

Oila – eng avvalo rivojlanuvchi tuzilma bo'lib, unga yoshga oid qonuniyatlar xosdir. Chunki oila a'zolari yillar o'tgani sari rivojlanadi, etuklikka erishadi, qariydi, shu bois ham oila doimiy o'zgarish va rivojlanishlarni boshidan kechiradi.

Er-xotin tizimi oiladagi er va xotindan iborat bo'ladi. Erkak va ayol qovishuvidan boshlanadigan bu tuzilma aslida butunlay bir-biridan farq qiluvchi qadriyatlar, qarashlar, kutishlar va e'tiqodlardan tarkib topadiki, agar ularning har biri o'zaro muloqot jarayonida bir-birlarini bilgani sari o'z qarashlari, xatti-harakat me'yorlari, odat va qiliqlaridan qisman bo'lsa-da, voz kechmas ekan, oilaviy birlik ro'y bermaydi. Bu juda katta psixologik jarayon hisoblanib, uning natijasi o'laroq oilada er-xotinning bir-biriga adaptatsiyasi, moslashuvi ro'y berishi mumkin. Yangicha “qovishuv”, bir-birini identifikatsiya qilish, o'xshashliklar jarayoni adaptatsiyaning muhim natijasi o'laroq, bunday bir-biriga yaqinlashish, “o'xshashlik va uyg'unlikning” paydo bo'lishi yillar davomida sayqal topib boradi. Lazarev va Rage degan olimlarning qayd etishlaricha, odam boshidan kechirishi mumkin bo'lgan stressor g'amlardan eng kuchlisi turmush o'rtog'idan judo bo'lish hisoblanadi, chunki ular yillar mobaynida bir-birlariga juda ko'nikib, kirishib ketgan bo'ladi. Ayni shu tuzilmadagi har qanday evrilishlar, nizolar va qiyinchiliklar yaxlit oilaning barcha a'zolariga birday ta'sir etadi.

Oilaviy munosabatlar sohasidagi alohida tadbqiqiy tarmoq bu yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashdir. Bu ish bizning o'lkamizda ham alohida ahamiyatga ega bo'lib, yangilik bilan eskilik qarama-qarshi kelayotgan sharoitlarda ayniqsa muhimdir. O'smirlik va o'spirinlik yillarida shakllanadigan attraksiya hodisasi, ya'ni shaxslarning bir-birlariga emosional bog'lanishlari — do'stlik, sevgi hislarini tarbiyalash, ana shunday tarbiyaga shart-sharoitlar yaratish bizning o'rta Osiyo sharoitlarimizda yangi va kelajagi porlok sohalarandir. Bu ishlarni amalga oshirishda maktab psixologlari, pedagoglar, ijtimoiy psixologlar hamkorlikda ishlasalar, olingan xulosa va natijalarni hayotga tadbqiq etsa bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Akramova F. (2023). Психологик хизматнинг асосий тамойиллари . Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1),извлечено от <https://inlibrary.uz/index.php/psychological-service-education/article/view/23458>
- 2.F.A.Akramova. Ijtimoiy psixologiya: o'quv qo'llanmasi. – T., 2007. – 161 b.
- 3.Karimova V. Mehr va muruvvat oiladan boshlanadi. – T.: Yangi asr avlodi, 2004. – 28 b.
- 4.Karimova V. Oila tafakkur va salomatlik: (Oilada sog'lom turmush tarzini

yaratish xususida) //Boshlang'ich ta'lim. – 2005. – № 2. – B.8-11.

5.Karimova V. Salomatlik psixologiyasi. – T.: Yangi asr avlodi, 2005.

6.Karimov X.K. O'zbek oilalarida er-xotin nizolarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari: Dis... psixologiya fanlari nomzodi. – T.: 1994. – 142 b.

7.Карлсон А. Общество – семья – личность. – М.: 2003.

PEDAGOGLARDA HISSIY CHARCHOQ SINDROMI NAMOYON BO'LISHINING ASOSIY IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

*Isroilov Sohibjon Nabijon o'g'li
Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Namangan filiali
"Ijtimoiy psixologiya" yo'nalishi 2-bosqich magistranti.*

Zamonaviy ta'lim tizimida pedagog shaxsiga qo'yilayotgan talablar ortib borayotgani bilan birga, ularning kasbiy faoliyati davomida duch kelayotgan psixologik bosimlar ham kuchaymoqda. Pedagogik kasb nafaqat intellektual va tashkiliy, balki yuqori darajadagi emotsional va ijtimoiy faollikni ham talab etadi. Bunday sharoitda o'qituvchilar, tarbiyachilar va boshqa pedagoglar doimiy stress, ruhiy zo'riqish hamda emotsional charchoqqa duchor bo'lish xavfi ostida qoladilar. Bu holat, o'z navbatida, hissiy charchoq sindromi (professional burnout)ning shakllanishiga olib keladi.

Hissiy charchoq sindromi pedagogning kasbiy samaradorligini pasaytirishi, o'z-o'ziga bo'lgan ishonchni kamaytirishi, o'quvchilarga nisbatan befarqlik paydo bo'lishiga va hattoki kasbdan butunlay voz kechish xavfiga sabab bo'lishi mumkin. Mazkur sindromning kelib chiqishida bir qator ijtimoiy-psixologik omillar, jumladan, mehnat sharoitlari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning etishmasligi, ishdagi stress darajasi, psixologik barqarorlik, shaxsiy resurslardan foydalanish imkoniyatlari muhim rol o'ynaydi.

Shu bois, pedagoglarda hissiy charchoq sindromining vujudga kelishiga olib keluvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash, tahlil qilish hamda bu holatning oldini olishga qaratilgan psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish dolzarb ilmiy-amaliy masala hisoblanadi. Ushbu maqolada aynan shu omillarni o'rganish va ularning pedagogik faoliyatga ta'sirini aniqlash maqsad qilingan.

Pedagogik faoliyatda hissiy charchoq sindromi, ya'ni professional burnout tushunchasi ilk bor 1970-yillarda amerikalik psixolog **H.J.Freudenberger** tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, u bu holatni ish joyidagi doimiy stress va emotsional zo'riqish natijasida yuzaga keluvchi psixologik holat sifatida izohlagan. Maslachsning "Maslach Burnout Inventory" (MBI) metodikasi hozirgi kunda hissiy charchoqni o'rganishdagi eng nufuzli vositalardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki,

ayniqsa ta'lim sohasidagi mutaxassislar — o'qituvchilar, tarbiyachilar, universitet professorlari bu sindromga ko'proq moyil bo'lishadi.

Hissiy charchoq (burnout) — bu shaxsning kasbiy faoliyat jarayonida uzoq muddatli stress va zo'riqishlar natijasida psixologik, emotsional va jismoniy holdan toyishi bilan kechadigan holatdir. Ilk marotaba bu atama H. J. Freudenberger tomonidan 1974-yilda ilm-fanga kiritilgan. Unga ko'ra, burnout — bu yordamga muhtoj insonlar bilan ishlovchi mutaxassislarda (xususan, pedagoglar, shifokorlar, psixologlar va boshqalar) uchraydigan professional holsizlikdir.

Eng keng qabul qilingan model — Maslach modeli bo'lib, quyidagi 3 komponentdan iborat:

1. Emotsional holsizlik – ruhiy kuchlarning kamayishi, doimiy charchoq hissi;
2. Depersonalizatsiya – o'quvchilarga yoki kasbga befarqlik, sovuqqonlik bilan munosabatda bo'lish;
3. Shaxsiy yutuqlarning pasayishi – o'zini samarasiz, foydasiz his qilish, kasbiy ishonchning yo'qolishi.

Pedagogik faoliyatda hissiy charchoqqa olib keluvchi omillar

Pedagogik kasb o'z mohiyatiga ko'ra doimiy emotsional zo'riqish, yuqori mas'uliyat va ijtimoiy faoliyat bilan bog'liq bo'lgan kasblar sirasiga kiradi. Shu sababli, ushbu soha vakillari hissiy charchoq sindromiga tez-tez duchor bo'lishadi. Pedagoglarda hissiy charchoqning yuzaga kelishi ko'plab ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'liq bo'lib, bu omillar kompleks tarzda ta'sir ko'rsatadi. Ularni quyidagicha guruhlariga ajratish mumkin:

1. Mehnat sharoitlari bilan bog'liq omillar. Pedagogik faoliyatdagi ortiqcha ish yuklamasi, dars soatlarining me'yordan oshib ketishi, to'g'ri tashkil etilmagan dam olish va tiklanish rejimi, shuningdek, oylik ish haqi va ijtimoiy himoyalanişning etarli emasligi pedagog shaxsining jismoniy va ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi. Bu holatlar vaqt o'tishi bilan kuchli charchoq, ruhiy toliqish va befarqlikka olib keladi.

2. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning etishmasligi. O'qituvchilarning o'z kasblarida barqaror faoliyat yuritishi ko'p jihatdan ularning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimiga bog'liq. Kasbdoshlar, rahbariyat, ota-onalar yoki jamiyat tomonidan pedagoglarning mehnatiga nisbatan etarli darajada e'tibor va e'tirof bo'lmasligi, shuningdek, jamoaviy muhitdagi psixologik noqulaylik, ichki nizolar, yolg'izlik hissi ularning emotsional jihatdan charchashiga sabab bo'ladi.

3. Ishdagi stress va psixologik bosim. Pedagoglar har kuni turli vazifalar, talablarga duch keladilar: darslarni samarali tashkil etish, o'quvchilarni baholash, ota-onalar bilan ishlash, hisobotlar tayyorlash, tashqi nazoratlar (attestatsiya, inspeksiya, monitoring) va hokazolar. Bularning barchasi yuqori darajadagi ruhiy bosim keltirib chiqaradi. Ayniqsa, o'quvchilarning motivatsiyasizligi, intizomsizligi bu stress omillarini yanada kuchaytiradi.

4. Kasbiy o'sish imkoniyatlarining cheklanganligi. Pedagoglar uchun

muntazam malaka oshirish, zamonaviy metodikalarga ega bo'lish, innovatsion jarayonlarga jalb etilish muhim ahamiyatga ega. Afsuski, ayrim holatlarda bu imkoniyatlar cheklangan bo'lib, bu o'z-o'zini rivojlantirishga bo'lgan qiziqishning susayishiga va kasbiy motivatsiyaning pasayishiga olib keladi. Natijada pedagog o'z kasbini samarasiz va befoйда deb his qilishi mumkin.

5. Shaxsiy-psixologik omillar. Hissiy charchoq darajasi faqat tashqi omillar bilan emas, balki pedagog shaxsining ichki psixologik xususiyatlari bilan ham chambarchas bog'liq. Stressga chidamlilik darajasining pastligi, o'z-o'zini boshqarish qobiliyatining etishmasligi, emotsional nazoratdagi qiyinchiliklar, ichki motivatsiyaning sustligi bu sindromning rivojlanishiga zamin yaratadi.

Hissiy charchoqni kamaytirish bo'yicha takliflar

Hissiy charchoq sindromining oldini olish va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish maqsadida quyidagi psixologik va tashkiliy chora-tadbirlarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir:

- Psixologik yordam xizmatlarini rivojlantirish. Maktab psixologlari tomonidan pedagoglar uchun psixoprofilaktik suhbatlar, maslahatlar, stressni engish bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazilishi zarur.
- Stressni boshqarish bo'yicha treninglar tashkil etish. Pedagoglarga o'z hissiyotlarini boshqarish, psixologik muvozanatni saqlab qolish, salbiy holatlarga bardoshli bo'lish bo'yicha amaliy mashg'ulotlar foydalidir.
- Jamoada sog'lom psixologik iqlim yaratish. Hurmat, hamkorlik, ochiq muloqot va ijobiy muloqot asosida tashkil etilgan jamoa hissiy charchoqning oldini oladi.
- Kasbiy faoliyatni rag'batlantirish. Pedagog mehnatini nafaqat moddiy, balki ma'naviy jihatdan qadrlash (e'tirof, faxriy yorliqlar, mukofotlar) muhim rol o'ynaydi.
- Ish yuklamasini me'yorlashtirish. O'qituvchilarning dars soatlari, qo'shimcha majburiyatlari, hujjat yuritish yuklamasi mehnat gigiyenasi talablariga muvofiq ravishda qayta ko'rib chiqilishi zarur.

Pedagogik faoliyatning o'ziga xos jihatlari – doimiy emotsional muloqot, mas'uliyat va stress — hissiy charchoq sindromi shakllanishining asosiy manbai hisoblanadi. Ushbu sindrom nafaqat o'qituvchining shaxsiy farovonligiga, balki ta'lim sifati va tizimdagi umumiy barqarorlikka ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, pedagoglarda hissiy charchoqni erta aniqlash va uni kamaytirish bo'yicha tizimli psixologik va ijtimoiy choralarni ko'rish muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The Measurement of Experienced Burnout*. Journal of Occupational Behavior, 2(2), 99–113.
2. Freudenberger, H. J. (1974). *Staff burnout*. Journal of Social Issues, 30(1)

3. Usmonxo'jaeva, M. N. (2021). *Pedagogik faoliyatda professional charchoq holatining psixologik tahlili*. Toshkent: TDPU Ilmiy axborotlari, №2, 58–64.

OILAVIY QADRIYATLARNING NAMOYON BO'LISH JIHATLARI

*Ismoil Jabborov,
Qarshi davlat universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
E-mail:ismoiljabborov19@mail.ru*

Oila inson uchun muqaddas maskan, kishilik jamiyatining ijtimoiy poydevori o'zbek xalqining qadriyatlari va ma'naviy merosi ravnaqini ta'minlovchi tarbiya maskanidir. Oila hayotning abadiyligi, avlodlarning davomiyligini ta'minlaydigan, muqaddas urf-odatlarimizni saqlaydigan, shu bilan birga, kelajak nasllar qanday inson bo'lib etishishiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan tarbiya o'chog'i ekanini tan olishimiz darkor. Oilaviy turmushning asosiy maqsadi – bu o'z orzusidagi jufti bilan baxtli bo'lish, farzand ko'rish orqali aholini qayta tiklash, avlodlar bilan ajdodlar vorisligi va davomiyligini hamda er yuzida insoniyat tarixiy taraqqiyotini ta'minlashdan iboratdir.

Oilaviy turmush bilan jamiyat taraqqiyotining doimiy mushtarakligi tufayli jamiyat taraqqiyotining barcha davrlarida ham oilaviy muammolar uning ilg'or vakillari diqqat-e'tiborida bo'lgan. Oilaviy hayot jamiyat taraqqiyotida va farzandlarning kamoloti uchun shu qadar muhimki, xuddi shu bois uni biror soniya ham diqqat-e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi.

Afsuski, oila-nikoh munosabatlarining bugungi kunga kelib zaiflashib borayotganligi dunyoning deyarli ko'pchilik mamlakatlarida: Amerika Qo'shma shtatlari, Angliya, Fransiya, Germaniya, Boltiq bo'yi davlatlari, Rossiya va boshqa qator davlatlarda yaqqol namoyon bo'lmoqda. [4,35].

Ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy va etnik o'zgarishlar, shu barobarida shaxs kamoloti o'tgan yuz yillik davomida oilaviy munosabatlar tizimida keskin o'zgarishlarga olib keldi. Bu esa zamonaviy oilaning tarkibiy tuzilmasi, undagi shaxslararo munosabatlarda ancha chigal muammolarni keltirib chiqarmoqda. Mabodo oila psixologiyasining muammolari bilan (masalan, qarang. [3;253] tanishib chiqqanda ham tadqiqotchi psixologlar va amaliyotchi psixologlar e'tiborini tortgan ikkita markazni ko'rish mumkin: oila ijtimoiy tizim tarzida va oila ta'lim beruvchi institut sifatida. Boshqacha aytganda, har holda, hozirgi paytda oila muammolari bilan shug'ullanadigan psixologlar asosan, quyidagi ikkita talab-ehtiyojga xizmat qilishyapti: jamiyatning bazaviy unsuri bo'lgan oila saqlanib qolishini ta'minlash va oilaning jamiyat madaniyatini insonlarning bir avlodidan boshqa avlodiga etkazishini tekshirish. Shu bilan birga tadqiqotlarda va amaliyotda aynan shu ikkita ehtiyojga urg'u berilishi zamonaviy oila o'zining bu ikki eng muhim vazifasini bajara olmay qolayotganligidan guvohlik bermoqda.

Ushbu holatni xalqaro miqyosida ko'rish imkoniyati tug'iladigan bo'lsa,

quyidagicha tasvirlashning o'zi kifoya qiladi. Bir qator izlanishlarning ko'rsatishicha, xususan Rossiyada quyidagi sabablar oilalar notinchligining bevosita va bilvosita ko'rsatkichlari hisoblanadi: tug'ilish sonini kamayib borayotganligi, abortlar soni jihatidan dunyoda eng yuqori ko'rsatkich, nikohsiz tug'ilishlarning ortib borayotganligi, bolalar va onalar o'limining g'oyat yuqoriligi, umrning qisqaligi, buzilayotgan oilalar sonining ko'pligi, muqobil nikoh va oila turlarining o'zgaruvchanligi (onalar oilalari, birga yashash, er-xotinning alohida yashashiga asoslangan oilalar, o'z jinsidagilar bilan qurilgan oilalar, asrandi farzandli oilalar va hokazo), oilalarda bolalar bilan shavqatsiz munosabatda bo'lish hollarining ko'payishi [2; 13-25, 31, 36, 114 b.].

Zamonaviy oilani o'rganuvchi mutaxassislar (faylasuflar, sotsiologlar, psixologlar, iqtisodchilar va boshqa ixtisoslar)ning aksariyat ko'pchiligi "hozir oila haqiqiy tanazzulni boshidan kechirmoqda" degan xulosaga kelishyapti. Jamiyat ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotining umumiy (o'rtacha) darajasi yuksalgan, kishilarning turmush va moddiy farovonlik darajasi oshgan sari bu tanazzul yanada yorqinroq namoyon bo'lmoqda.

Biroq, bu o'rinda muhim bir izoh berib o'tish zarur: ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish jarayonlarining jadallashuvi (ayniqsa, xususan hozirgi Rossiya ham shular jumlasiga kiradigan o'tish davri deb ataluvchi bosqichni boshidan kechirayotgan jamiyatlardagi uning yuksak sur'ati) butun jamiyatga, binobarin, uning eng muhim kichik tuzilmasi bo'lgan oilaga baqarorlikni haddan ziyod buzuvchi ta'sir ko'rsatadi. Bunday ta'sir oilaviy muammolar sonining ko'payishi ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotning umumiy darajasi bilan ko'proq umumiy bog'liqlikni har jihatdan niqoblab turadi.

Hozirgi oilaning tanazzuli, ko'pincha umuman ijtimoiy hayotdagi katta o'zgarishlar taqozosidir. Sotsiologiya va psixologiya oralig'ida olib borilayotgan tadqiqotlar insonning oila bilan va jamiyat bilan ijtimoiy aloqalari tizimidagi o'zaro munosabatlari tubdan o'zgarishi ko'p jihatdan jamiyat ijtimoiy-guruhiy tuzilishining murakkablashuvi natijasi ekanligini g'oyat ishonchli ravishda ko'rsatib turibdi. G.G.Diligenskiyning ta'kidlashicha, "jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy tabaqalanishiga asoslangan katta va kichik guruhlar insonlar o'rtasidagi bevosita munosabatlari tutashadigan, ularning mayllari, tasavvurlari, qadriyatlarini shakllanadigan maydon sifatidagi roli tobora boy berilmoqda. Ana shunday guruhlardan har biri, uning "quyi", boshlang'ich yacheykalari bilan shaxs o'rtasidagi aloqalar zaiflashmoqda. Bu madaniyatni moddiy va madaniy iste'mol turlarini, ijtimoiy axborot manbalari va mazmunini, turmush tarzi va bo'sh vaqtni o'tkazish usullarini "ommaviylashtirish", "o'rtacha holga keltirish" singari yaxshi ma'lum jarayonlar yo'qqa chiqaradi. Indivud bilan jamiyat o'rtasidagi munosabatlarda siljishlar inson ijtimoiy aloqalarining ko'proq qayishqoq, har tomonlama keskinlikni yumshatish tomon bormoqda va demakki, uning shaxsiyati namoyon bo'lishi uchun kengroq maydon yaratadi" [1; 119-120].

An'anaviy jamiyatlarda va an'anaviy oilalarda vujudga kelayotgan vaziyatlardan farqli o'laroq, hozirgi dunyoda, inson, odatda "Men o'zim kimman va kimga

yo‘ldoshman?”, “Mening uchun nima ahamiyatliroq va nima ahamiyatsizroq, nimaga intilishim kerak va nimaga ahamiyat bermasligim lozim?” degan savollarga tayyor javob ola bilmaydi. Bu savollarga javobni uning o‘zi topishi darkor. Zamonaviy insonning ijtimoiy tajribasi, uning dunyo haqidagi bilimlari tobora xilma-xil, ziddiyatli, “uzuq-yuluq” bo‘lib borar ekan, shaxsning o‘z o‘rnini erkin topish maydoni, binobarin, uning hayotiy muammolari maydoni ham kengaya boradi [1; 121-122].

Shunday qilib, jamiyatning va uning “quyi yacheyka”laridan bo‘lgan oilaning rivojlanishi har xil oilaviy muammolar ko‘payishiga va oqibat natijada zamonaviy oilaning umumiy tanazzuliga olib keladi.

O‘zbek oilalarida er-xotin munosabatlarini muvofiqlashtirishning maqsadga muvofiq kechishi uning a‘zolari, xususan er-xotinlarning oilaviy qadriyatlarni qanday darajada kundalik turmushda namoyon qilishlariga bog‘liq. Shu bois, tadqiqot natijalariga murojaat qilaylik. Er-xotinlarning oilaviy qadriyatlar to‘g‘risidagi tasavvurlari yuzasidan olingan natijalar quyidagi 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval

Er-xotinlarning oilaviy qadriyatlari ko‘rsatkichlari

Qadriyatlar	Shkalalar	X	σ	t	p
Ota-ona tarbiyachilik funksiyasi	EOQSH	7,55	1,07	0,7	0,450
	XOQSH	7,39	1,22		
	EXOQM	1,02	0,98		
Ijtimoiy faollik	EOQSH	7,58	1,07	1,035	0,307
	XOQSH	7,82	1,05		
	EXOQM	1,23	0,84		
Hissiy-psixoterapevtik	EOQSH	7,38	1,03	0,124	0,902
	XOQSH	7,40	0,88		
	EXOQM	0,95	0,79		
Tashqi jozibadorlik	EOQSH	6,67	1,06	1,481	0,146
	XOQSH	7,05	1,25		
	EXOQM	1,39	0,94		

1. Ota-ona tarbiyachilik funksiyasi. Bu shkala er-xotinlarning ota-onalik majburiyatlariga munosabati, farzandlar shakllanishidagi shaxsiy pozitsiyalari, ota-onalik funksiyalariga taalluqli tasavvurlarini ifodalaydi.

Er-xotinlarning ota-onalik hamda tarbiyachilik funksiyalari to‘g‘risidagi tasavvurlari, ularning shaxslilik pozitsiyalari, ijtimoiy talablarga mas‘uliyat, jamiyat va oila munosabatlaridagi o‘rinlarini belgilaydi. Bu shkala bo‘yicha er-xotinlar nisbatan yuqori ko‘rsatkichlarni, ya’ni 7,55(1,07 ball. (erlar) va 7,39(1,22 ball (xotinlar) bilan

qanoatlanganliklari ifodalangan. Ota-onalik va tarbiyachilik funksiyasiga ularning ijobiy tasavvurga egaligi o‘zbek xalqining azaldan “bolajon”ligi natijasidir. Ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar er-xotinlarning bu boradagi funksiyalariga o‘z ta’sirini o‘tkazmasdan qolmaydi. Er-xotinlarning farzandlariga nisbatan ota-onalik mehri tabiiy asoslansada, ammo tarbiyaviy faoliyatida anchagina tanazzul ko‘zga tashlanmoqda. Ota-onalar ko‘proq farzandlarning moddiy ta’minoti bilan mashg‘ul bo‘lishlari, oilaviy tarbiya jarayonida muayyan darajada bo‘shliq hosil bo‘layotganligi kuzatiladi. Bu esa zamonaviy oiladagi ijtimoiy-psixologik muhitda inqirozni yuzaga keltiradi.

Shuningdek, er tomonidan oilaning maishiy-xo‘jalik sohasiga asosiy e’tibor qaratayotganligi, unda ota tarbiyasining o‘rni bo‘shab qolayotgani, onaning uy yumushlari bilan muttasil mashg‘ulligi o‘g‘il-qizlar ota-onaning doimiy nazoratidan chetga qolishiga olib kelmoqda.

Natijalar er-xotinlarning ota-onalik, tarbiyachilik ustanovkalari bo‘yicha tasavvurlari ijobiy bo‘lsa-da, lekin real muhitda bu majburiyatlar “begonalashayotganga o‘xshab qolmoqda”.

Er-xotinlarning ushbu doiradagi tasavvurlari dastlabki uchala shkala bilan navbatdagi uchta shkalani birlashtiruvchi bo‘lib hisoblanadi. Shu bois, shkala er-xotinlarning ota-onalik rollari oilaning bir butun jips tizim sifatida o‘z atrofida birlashtiruvchi qadriyat ekanligini unutmaslik kerak. Oilaning tanazzuli va undagi shaxslararo munosabatlar ham mazkur rollarning buzilishi zahirida yuz beradi.

2. Ijtimoiy faollik. Mazkur shkala er-xotinlarning tashqi ijtimoiy faolligini, ya’ni kasbiy va jamiyat hayotidagi oilaviy munosabatlar barqarorligini belgilovchi ustanovkalarni aks ettiradi.

Ijtimoiy faollik shkalasi er-xotinlarning maishiy-xo‘jalik va tarbiyachilik funksiyalarini sifat ko‘rsatkichi ham hisoblanadi. Albatta, oilaviy munosabatlarning barqarorligi er-xotinning savodxonlik darajasi, kasbiy faoliyati va mahalla-ko‘y orasidagi mavqelariga bog‘liq.

Er-xotinning oilaviy munosabatlarda e’zozlanishi, muammolarning joy-joyida hal qilinganligi ijtimoiy munosabatlar (er yoki xotinning mehnat qilayotgan jamoasidagi, yashayotgan mahallasidagi, qon-qarindoshlar orasidagi shaxsiy mavqe)dagi rolini belgilaydi.

Erkak kishi oilani moddiy ta’minlash uchun qandaydir ishning boshini tutgan bo‘lishi kerak.

Er-xotinning oiladan tashqari qiziqishlari shaxslararo ta’sirlashuv jarayonining asosiy qadriyati hisoblanadi.

Natijalarda esa quyidagicha manzara kuzatildi, ya’ni erlar 7,58(1,07 ball, ayollar 7,82(1,05 ball to‘pladi. Bu esa ayollarda turmush o‘rtoqlarining kasb-kori, mavqe, ularning qiziqishlari muayyan ahamiyat kasb etishini ko‘rsatmoqda. Erkaklarga ayollarini qanday faoliyat mazmuniga ega bo‘lishi (so‘zsiz o‘zgarishlarga olib keladi) unchalik ahamiyat kasb etmas ekan. Insoniyatning tarixiy-madaniy tajribasida ham er

oilani moddiy jihatdan ta'minlashning asosiy kuchi hisoblanadi. Yangi oila qurilayotgan vaqtda, nikohda kuyov yigitdan islom dini qoidalariga ko'ra bir qator shart-talablar qo'yilishini aniq bilamiz. Ammo, ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy muhitning o'zgarishi er bilan xotinning oiladagi moddiy ta'minotdagi funksiyasini o'zgarib borishiga olib kelayotganligi uning tuzilishida ba'zan buzilishlarni keltirib chiqarmoqda.

3. Hissiy-psixoterapevtik. Bu shkala er-xotinlarning oiladagi emotsional-psixoterapevtik funksiyalari ahamiyatini belgilovchi hisoblanadi. Shkala-mazmuniga ko'ra, ikki xil jihatli ma'noga ega. Birinchidan, er-xotinlarning oiladagi hissiy liderlikni, psixologik muhitni, axloqiy va hissiy qo'llab-quvvatlash hamda "psixoterapevtik muhitni" shakllantirish masalasini aks ettirsa, ikkinchidan, er-xotinlarning oila "psixoterapevti" rolini bajarishga intilishini belgilaydi. Natijalarning umumiy mazmuni er-xotinlarning o'zaro axloqiy va hissiy jihatdan oila a'zolarini qo'llab-quvvatlashi, uni ardoqlashi, unda psixologik xotirjamlik va barqarorlikni muvofiqlashtirishni taqozo etadi.

Bizning tadqiqotimizda "hissiy-psixoterapevtik" shkalasi bo'yicha tekshiriluvchilar quyidagi ko'rinishdagi ma'lumotlarni namoyon qildilar. Erkaklar 7,38(1,03 ball, ayollar 7,40(0,88 ball (r-farqlar ishonchliligi kuzatilmadi). Natijalarimiz bir tomondan ajoyib ma'lumotlar berishga, ikkinchidan, ancha taajjubli holatga olib kelmoqda. Chunki erkaklarda natijaning o'rtacha miqdorini namoyon qilganligi, oiladagi liderlik funksiyasini ayollarga berib qo'ymayotganmikanlar degan mulohazaga olib kelmoqda. "Ijtimoiy-faollik" shkalasidagi natijalar ham buni tasdiqlamoqda. Bugungi oilalardagi inqirozli holatlarda erkaklarning undagi etakchilik funksiyasi o'zgarganligi ancha sezilib qolmoqda. Ba'zan xalq orasida "erkak ko'cha odami" degan odatiy jumalarni eshitamiz. Ammo oilaning mustahkamligi, ijobiy-psixologik muhit, er-xotinning hamda undagi ma'naviy-hissiy qullab-quvvatlashda erkakning rolini oshirish bugungi kunning asosiy muammolaridan biri hisoblanadi. Natijalar bo'yicha korrelyatsion tahlil ham buni yana bir bora haqchil xulosa ekanligini ko'rsatmoqda. (2.2.1-jadval)

Ayollarning natijalari o'rtachadan ancha yuqori 6,10 ball. Bu ayolning oiladagi liderlikni, hissiy-psixologik muhitni stabilashtiruvchi unda psixoterapevtik rol bajarayotganligidan dalolat bermoqda. Oila a'zolarining ma'naviy va hissiy qo'llab-quvvatlashda ayolning o'rni yuqori ekanligini tasdiqlasakda, ammo jiddiy hayotiy masalalarda va nizoli vaziyatlarda ayolning hissiy xulosalarga kelishini e'tibordan chetda qoldirmaslik ma'qul. Mabodo, ota va onaning farzandlariga nisbatan mehr-muhabbatlari ham oiladagi ijtimoiy-psixologik muhitning belgilovchi omillaridan biri deb qaraydigan bo'lsak, klassik psixologiya vakili E.Frommning quyidagi fikriga e'tibor qaratish joiz: "Otaning farzandlariga muhabbati majburiyat doirasidan, onaning bolalariga sevgisi esa tabiiydir". E.Fromm fikrining o'ziga xos (jihati) tomoni bor. Agar ushbu mulohazani ayolning faoliyati bilan bog'laydigan bo'lsak, uning oilada "psixoterapevtik" funksiyani amalga oshirish uchun mas'ul shaxs sifatida sanash

mumkin. Farzandlar kamoloti, oiladagi ozodalik-sarishtalik, erga e'tibor qaratish, oila a'zolari o'rtasida mehr-muhabbatni tarkib toptirishda ayolning rolini oshirish tabiiy holdir. Ammo oiladagi ayol bilan erkakning funksiyalarini keskin ravishda taqsimlab qo'yish maqsadga muvofiq bo'lmasa kerak. Funksiyalar tengligiga erishishga qaraganda vazifalar uyg'unligini ta'minlash maqsadga muvofiqdir.

4. Tashqi jozibadorlik. Mazkur shkala er-xotinlarning tashqi qiyofalari va ularning kiyinishlarini zamon talablari darajasiga mosligi ahamiyatini belgilovchi ustanovka hisoblanadi. Shkaladan ko'rinib turganidek er-xotinlarning eng yoqimtoy juftlik bo'lishi tashqi jozibadorlikka egalik, bejirim va zamonaviy kiyinishga intilishi masalasi oilaviy munosabatlarning muhim shartidir.

“Onangni otangga pardozsiz ko'rsatma” degan maqolning o'zi shkalaning to'liq mazmunini ochib beradi. Umumiy psixologiya va ijtimoiy psixologiyada insonni inson tomonidan idrok qilishda tashqi qiyofaning ahamiyatini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlar talaygina.

Ular insonni inson tomonidan idrok qilishda tashqi ko'rinish, kiyinish, gavda tuzilishi va hatti-harakatlar ifodasi muhim o'rin tutishini ilmiy asoslashgan. Yigit qizni yoki aksincha bir-birlarini yoqtirishlarida tashqi qiyofa va joziba etakchi o'ringa egaligi kundalik hayotda ham ko'p kuzatilmoqda. Chunki, shaxs to'g'risidagi dastlabki taassurotlarni idrok orqali va nazar tashlash tufayli olinganligi bois bunday holatni tan olmasdan ilojimiz yo'q.

Oilaviy munosabatlarda er-xotinning bir-birlariga nisbatan yoqtirish va yoqtirmasliklarida didga mos kiyinish, go'zal qiyofaga va husnga egalik, o'zaro ta'blarini hisobga olgan holda kiyim tanlashlari, kiyimlarning orastaligini e'tiborga olishlari ham muhimdir. Erkak ham, ayol ham tabiatan tashqi jozibadorlik, go'zallikka da'vogar. Ammo bu da'vogarlikni kim qanchalik darajada amalga oshirishi shaxs kamolotiga bog'liq. “Tashqi” jozibadorlik shkalasiga ko'ra erlar ham, ayollar ham shaxsiy yoqimtoylik, zamonaviy va orasta kiyinishga intilishlaridan dalolat bermoqda.

Deyarli, har ikki jins vakillari shkala bo'yicha ancha yuqori natijani namoyon qilishgan, chunonchi, erlar 6,67(1,06 ball, ayollar esa 7,05(1,25 ball to'plashgan. Natijalarning bunday yuqori darajada bo'lishi tekshiriluvchilarning tasavvur timsollari mahsuli hamdir. Tasavvur va xohish istaklarni ruyobga chiqarish esa ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoit, madaniy muhit, shaxsning dunyoqarashi va his-tuyg'ulariga bog'liqdir. Ammo qanday bo'lishidan qat'i nazar er-xotinlar “tashqi jozibadorlikka” da'vogar ekanlar.

Er-xotinlarning oilaviy qadriyatlar shkalalari bo'yicha ko'rsatkichlari quyidagi xulosani keltirib chiqardi:

Tadqiqotimiz natijalariga ko'ra, er-xotinlar juftligining oilaviy qadriyatlar bo'yicha muvofiqligi ma'lum darajada farqlanar ekan. Er-xotinlarning oilaviy turmush faoliyatining muhim sohalari bo'yicha farqlari belgilangan meyardan oshib ketganligi kuzatildi (belgilangan meyor-3 balldan oshmasligi kerak). Er-xotinning oilaviy

munosabatlarida ota-onaning tarbiyachi sifati, ehtiyojlar, tasavvurlar, ularning turmush maqsadlari muhim o'rin tutar ekan.

Yana shuni aytish joizki, oilaviy munosabatlardagi beqarorlik ota-onalik majburiyatlariga etarlicha tayyor emaslik, e'tiborsizlik, g'amxo'rlik va iliq o'zaro munosabatning yo'qligi, jozibadorlik va zamonaviy tashqi qiyofaning meyorida emasligi hamda maishiy muammolarni hal etishga imkoniyatiniig kamligi oqibatida yuz berishi aniqlandi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Дорно И.В. Современный брак: проблемы и гармония. – М.: Педагогика. 1990. С.272.
2. Положении семей в Российской Федерatsii: // Доклад Нatsionalного Совета по подготовке и проведению Международного года семьи в Российской Федерatsii. – М., 1994.
3. Rizouddin ibn Fahriddin. Oila. – T.:Mehnat. 1991. – B.64.
4. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. – Киев: изд-во УН-та. 1990. – С.192.
5. Jabborov I.A. "Oilada er-xotin munosabatlarini muvofiqlashtirishning ijtimoiy psixologik mexanizmlari: Psixolog. fan. bo'y. fal. dok. ...dis. avtoref. – Toshkent.: O'zMU, 2021. B.57.

YOSH OILALARDA ER-XOTIN O'RTASIDAGI NIZOLAR NAMOYON BO'LIH XUSUSIYATLARI

*Jalilova S.X.,
Nizomiy nomidagi O'MPU*

Bugungi kunda oilani mustahkamlash, yoshlarni har tomonlama etuk, sog'lom va barkamol insonlar qilib tarbiyalash, oilani jamiyatning boshqa muhim ijtimoiy tuzilmalari kabi yurtimizdagi ma'naviy o'zgarishlar bilan uyg'un tarzda rivojlantirish, uning nufuzini oshirish masalasiga davlat siyosatining eng muhim yo'nalishi sifatida e'tibor berilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoev boshchiligida Hukumatimizning oila barqarorligini ta'minlash, uning ijtimoiy mavqeni oshirish, ayniqsa, oilaning farzandlar tarbiyasidagi nufuzini oshirishga ko'maklashish hamda yosh er-xotinlarning moddiy, uy-joy, maishiy shart-sharoitlarini yaxshilash borasida aniq dasturiy tadbirlari mamlakatimizda oila va nikoh munosabatlarining qadriyat sifatida e'tirof etilishini ta'minlamoqda. Zero, davlatimiz rahbari tomonidan oilaning

jamiyat taraqqiyotidagi nufuzini ta’riflab, “Biz uchun hech qachon kun tartibidan tushmaydigan o‘ta muhim masala – bu, unib-o‘tib kelayotgan yosh avlodimiz, farzandlarimiz tarbiyasi bilan bog‘liq. Biz bir haqiqatni hech qachon unutmasligimiz lozim: ota-ona, jamiyat e’tiboridan chetda qolgan bola oilaga quvonch va foyda o‘rniga faqat tashvish keltiradi. Shu bois bola tarbiyasi, yoshlar bilan ishlash biz uchun eng muhim va dolzarb vazifa bo‘lib qolishi shart”, deya ta’kidlab o‘tilganligi ushbu masalaning mohiyatini, uning naqadar dolzarbligini ko‘rsatib turibdi (Sh.M.Mirziyov, 2017).

Oilaviy muammolar o‘zining ko‘p qirraliligi bilan alohida xususiyat kasb etadi. Agar har bir oilani tashkil etuvchilar o‘z muammolarini bahamjihatlik bilan, o‘zaro kelishuv asosida hal qilsalar, oiladagi tinchlik kafolatlanib, uning ma’naviy asoslari mustahkam bo‘ladi. Alohida ta’kidlash joizki, er-xotin munosabatlarida, fikr va qarashlardagi paydo bo‘ladigan ayrim kelishmovchiliklar, qarama-qarshiliklar, ziddiyatlarni uni tashkil etuvchi shaxslar o‘zaro kelishib, muammoni konstruktiv tarzda echishga qodir bo‘lsalar, oiladagi ijtimoiy psixologik hamda ma’naviy muhit yosh avlod ongida insoniy munosabatlar to‘g‘risida teran va ijobiy tasavvurlar shakllanishiga imkon beradi. Shu bois xam mamlakatimizda oila va uning tarbiyaviy imkoniyatlari qadriyat sifatida yuksaklarga ko‘tariladi. Oila mustahkamligi nizoli vaziyatlardan holi bo‘lishi, uning a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro hurmat va e’zozning qanday shakllanishiga bog‘liq. Shaxslararo munosabatlar «sub’ekt-sub’ekt» bilan bir qatorda «sub’ekt-guruh», «men-biz» tizimida namoyon bo‘lishi mumkin (M.Fayzieva, A.Jabborov, 2007).

Oilaviy nizolar keng tarqalgan, keskin kechuvchi ijtimoiy nizo shaklidir (S.B.Bobrishev, V.V.Ivakina, 2017). Oilaviy nizolarning ham konstruktiv (ijobiy oqibatli) ham destruktiv (salbiy oqibatli) asoratlari bo‘lib, ularni idrok etishdan hosil bo‘lgan obrazlar ijtimoiy xulqdagi salbiy va ijobiy yo‘nalishlarni belgilaydi. Aynan shuning uchun oilaviy nizolarning namoyon bo‘lishi, shakllari, oqibatlarini ilmiy jihatdan o‘rganish dolzarb masalalardan biridir.

Oilaviy munosabatlarda nikohning muvaffaqiyatliligi va unga ta’sir etuvchi omillar masalasi muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu mezonni hisobga olmay er-xotinlar o‘z nikohlarini qanday baholashlarini bilish qiyin. Nikohning muvaffaqiyatliligini aniqlashga bo‘lgan ikkita nuqtai-nazarni ajratib ko‘rsatish mumkin. Bular:

- Sosiologik
- Psixologik.

Birinchi yondoshuvga ko‘ra er-xotin munosabatlari muvaffaqiyati ko‘rsatkichi – bu, nikohning saqlanishi, ya’ni ajrimning yo‘qligi. Ushbu tavsif nikohning barqarorligi deb nomlanib, demografik, ijtimoiy, huquqiy tadqiqotlarda keng qo‘llaniladi. Biroq bu yondoshuvning o‘ziga xos kamchiligi bor. Huquqiy jihatdan nikohning saqlanib qolganligi, haqiqatdan er-xotinlar birga yashashi va birgalikda xo‘jalik yuritishini bildirmaydi.

Psixologik yondoshuvda asosiy e’tibor insonning o‘z nikohiga bo‘lgan

munosabatini aniqlashga qaratiladi va bu “nikohdan qoniqish” atamasi bilan tavsiflanadi, amalda esa er-xotinlarning o‘zaro mosligi, ularning bir-birlariga adaptasiyasi, nikohning muvaffaqiyati tarzida ifodalanadi (B.S.Volkov, I.V.Volkova, 2017).

Demak, nikohning sifati xaqida er-xotinlar o‘rtasidagi munosabatlarning yaxshi yo‘lga qo‘yilganligi, nikohning barqarorligi hamda nikohdan qoniqqanlik kabi mezonlarga qarab baho berish mumkin.

Tadqiqot ishida qo‘yilgan maqsad va vazifalardan kelib chiqib, quyidagi metodikalar qo‘llanildi:

- “Nikohdan qoniqqanlikni aniqlash” testi;
- “Nizoli vaziyatlarda er-xotinlar o‘zaro ta’siri xarakteri”ni aniqlash testi.

Tadqiqotda ishtirok etgan sinaluvchilarning oilaviy xayotdan, o‘z nikohlaridan qay darajadan qoniqqanliklarini o‘rganish uchun V.V.Stolin, T.L.Romanova, G.P.Butenko tomonidan taklif etilgan “Nikohdan qoniqqanlikni aniqlash” test – so‘rovnomasidan foydalanildi.

So‘rovnoma 24 ta fikr mulohazalardan iborat bo‘lib, uning har bir mulohazasiga mos tarzda quyidagi javob variantlaridan birini tanlab, javob berishlari talab etiladi.

- A) to‘g‘ri
- B) noto‘g‘ri
- V) bilmadim

So‘rovnoma matnida javoblar boshqacha ko‘rinish va tartibda berilishi xam mumkin. Sinaluvchi so‘rovnoma matni bilan tanishib chiqqach, fikr – mulohazalarga qo‘shilish yoki qo‘shilmaslik darajalarini ifodalashlari zarur.

Natijalarni hisoblash kalit yordamida amalga oshiriladi. Kalit bilan mos kelgan javoblar 2 ballga baholanadi. Agar “B” javob varianti tanlangan bo‘lsa 1 ball, kalit bilan mos kelmagan javoblarga 0 ball qo‘yiladi.

To‘plangan ballar yig‘indisiga qarab, nikohdan qoniqqanlik darajasi xaqida xulosa chiqariladi. Bunda:

- 0-16 b. – to‘liq qoniqmaslik;
- 17-22 b. – qoniqmaslik;
- 23-26 b. – qoniqqanlikka qaraganda ko‘proq qoniqmaslik;
- 27-28 b. – qisman qoniqish, qisman qoniqmaslik (teng miqdorda);
- 29-38 b. – qoniqqanlik;
- 39-48 b. – to‘liq qoniqqanlik.

Tadqiqot ishimizda ushbu metodika asosan sinaluvchilarning nikohdan qoniqqanlik darajalari bilan ular o‘rtasidagi ziddiyatlar, kelishmovchiliklar, nizolar, qarama-qarshiliklar o‘rtasidagi o‘zaro aloqadorlikni tekshirish uchun o‘tkazildi.

Shuningdek, tadqiqot ishimizda “Nizoli vaziyatlarda er-xotinlar o‘zaro ta’siri xarakteri”ni aniqlash metodikasi xam qo‘llanildi.

Metodika nizoli vaziyatlarda er-xotinlar o‘zaro ta’sirini tavsiflovchi 32 ta mulohazadan iborat.

Respondentlarga javob tariqasida muayyan vaziyatlarda bo‘lishi mumkin bo‘lgan reaksiyalar shkalasi taklif etiladi. Reaksiyalar shkalasi 2 ta belgi: reaksiyalar faolligi yoki sustligi hamda nizolashuvchi tomon bilan kelishishi yoki kelishmasligini aniqlash imkonini beradi. Bunda shkalaning chap tarafi – faol qo‘shilmaslik, neytral munosabat, sust qo‘shilmaslikni; o‘ng taraf – faol qo‘shilishni ifodalaydi. Bunda ballar -2 dan +2 gacha oraliqda qo‘yiladi.

Shkala quyidagi ko‘rinishga ega:

“-2” -ushbu variantda rafiqam gapirayotgan fikriga yoki qilayotgan ishiga butkul qo‘shilmayman va o‘z aytganimda turaman;

“-1” – ushbu vaziyatda rafiqam gapirayotganlari yoki qilayotgan ishlariga qo‘shilmayman va buni namoyish qilaman, lekin muhokamadan qochaman;

“0” – hech narsa qilmayman, o‘z munosabatimni bildirmayman, voqealar rivojini kutaman;

“+1” – umuman olganda rafiqam fikriga qo‘shilaman, biroq o‘z munosabatimni bildirish zarur emas, deb hisoblayman;

“+2” – ushbu vaziyatda rafiqam qilayotgan ishlari va gapirayotgan fikrlariga butkul qo‘shilaman, uni faol qo‘llab-quvvatlayman.

Er-xotinlardagi nizolarni o‘rganish metodika mualliflariga kelishmovchiliklar ko‘proq yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan 8 ta sohani ajratib ko‘rsatish imkonini beradi:

1. Qarindoshlar va do‘stlar bilan munosabat muammolari.
2. Bola tarbiyasi bilan bog‘liq masalalar.
3. Avtonomiyaga intilishning namoyon bo‘lishi.
4. Rolli kuzatishlardagi buzilishlar.
5. Xulq-atvor normalaridagi kelishmovchiliklar.
6. Er-xotinlardan birida ustunlikning namoyon bo‘lishi.
7. Rashkni namoyon bo‘lishi.
8. Pulga bo‘lgan munosabatdagi tafovutlar.

Bundan tashqari vaziyatlar “Nizo aybdori” asosiga ko‘ra 2 guruhga ajratilishi mumkin. 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 vaziyatlarda nizo yuzaga kelishida “aybdor” ko‘p hollarda respondent, 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 – vaziyatlarda respondentning negativ reaksiyalarini, musbat esa pozitiv (ijobiy) reaksiyalarini bildiradi. 1 ga yaqin (-1) ko‘rsatkich oilaviy kelishmovchiliklarda xulq –atvorning passiv xarakterini, 2 ga yaqin (-2) ko‘rsatkich ushbu vaziyatdagi aktiv pozisiyani ifodalaydi.

Olingan ma’lumotlar juftlikdagi nizolilikni umumiy darajasidan dalolat beradi. Umumiy indeks ko‘rsatkichi qanchalik -2 ga yaqin bo‘lsa, er-xotinlarning o‘zaro ta’siri shunchalik ziddiyatli hisoblanadi.

Shunday qilib, metodika natijalarini tekshirilayotgan juftlik (er-xotin) ni er-xotin

munosabatlaridagi eng ziddiyatli sohalarini bir qator mezonlar (nizo vaziyatida kelishuv yoki kelisholmaslik darajasi; juftlikdagi ziddiyatlilik darajasi bo'yicha tavsiflash imkonini beradi).

Tadqiqotda 5 yillik turmush stajiga ega bo'lgan 11 ta oilaviy juftliklar ishtirok etdi.

Sinaluvchilarning "Nikohdan qoniqqanlik darajalarini aniqlash" metodikasi natijalariga ko'ra, tekshiruvda ishtirok etgan oilaviy juftliklarning faqat 9,1% nikohlaridan to'liq qoniqadilar. Sinaluvchilarning 36,4% o'z nikohlaridan qoniqmaydilar va 18,1% sinaluvchilar to'liq qoniqmaslik haqidagi fikrni bildirganlar.

Lekin er-xotin javoblarini alohida tahlil qiladigan bo'lsak, tadqiqotda ishtirok etgan erkaklarning 54,5% nikohlaridan qoniqishni his qilsalar, qolgan 45,5% esa oilaviy hayotdan qoniqmasliklarini ko'rsatganlar.

36,3% ayollarda qoniqqanlik, qolgan 63,6% esa u yoki bu darajada qoniqmaslik mavjud ekanligini ma'lum qilganlar.

Tadqiqotda qo'llanilgan ikkinchi metodika "Nizoli vaziyatlarda er-xotinlar o'zaro ta'siri xarakteri"ni aniqlashga qaratilgan bo'lib, olingan natijalarga ko'ra, tadqiqotda ishtirok etgan sinaluvchilar oilalarida er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklar ko'proq qarindosh va do'stlar bilan munosabat masalasida (-0,5) yuzaga kelishi hamda nizoli vaziyatlarda ularning negativ reaksiyalaridan dalolat beradi. Shu bilan bir vaqtda oilaviy kelishmovchiliklarda er-xotinlarning xulq-atvoridagi passiv pozisiyani ifodalaydi.

Shuningdek, qo'lga kiritilgan ma'lumotlar er-xotinlar o'rtasidagi nizolar ko'proq bola tarbiyasi bilan bog'liq masalalarda (+0.27), rolli kutishlardagi buzilishlar sohasida (+0.27), xulq-atvor normalaridagi kelishmovchiliklarda (+0.32), rashkni namoyon bo'lishida (+0.36) hamda pulga bo'lgan munosabatlardagi tafovutlarda (+0.36) yuzaga kelishi xaqida xulosa chiqarishga olib keladi.

Metodika natijalariga ko'ra, tadqiqot ishtirokchisi bo'lgan erkaklarning 56% nizo yuzaga kelishida "aybdor" ayollari ekanliklarini ta'kidlasalar, sinaluvchi ayollarning 78% nizo "aybdori" sifatida erlarini tan oladilar. Lekin shunga qaramay, tekshirilgan juftliklardagi nizolikning umumiy darajasi unchalik yuqori emas (+0.34).

Demak, er-xotinlarning nizoli vaziyatdagi o'zaro ta'siri ziddiyatli hisoblanmaydi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, xulosa qilish mumkinki, barcha oilalar nizoli vaziyatlar bilan to'qnash keladi. Lekin har bir oilada ularning kelib chiqish sababi, kechishi, echimi turlicha. Oilada er-xotin o'rtasidagi shaxslararo munosabatlarda muloqot madaniyatini oshirish uchun ilk yoshlikdan boshlab, boshqa odamlarga hurmat va samimiyat bilan munosabatda bo'lishni, ularga hamdardlik, insonparvarlik, mehribonlik qilish qobiliyatlarini shakllantirib borish kerak bo'ladi.

Oilada er-xotin o'rtasidagi nizolarning o'ziga xos xususiyatlarini o'tkazilgan tadqiqotlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oilada nikohdan qoniqish darajasi nizolar turiga, ularning kechishi, echim topishiga ta'sir etib, nikohdan qoniqqan oilalarda asosan "biz" tipidagi nizolardir. Turmushidan qoniqqan oilalarda psixologik muhit iliq

bo'lishi, er-xotin munosabatlarida ham kuzatiladi.

Nikohdan qoniqish darajasi past bo'lgan oilalarda nizolar soni, davomiyligi, chastotasi ham ko'proq bo'lishi kuzatiladi. Bu esa er-xotinning psixofiziologik, psixologik mos emasligi, o'zaro bir-birini tushunishning mavjud emasligi, yosh oilaning psixologik xususiyatlarini hamda oilaviy hayot haqidagi bilimlarning etarli emasligini, xulq-atvorning mos emasligini keltirib chiqaradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. T., "O'zbekiston", 2017.
2. Бобрышев С.В., Ивакина В.В. Конфликты в сфере семейных отношений. Ставропол, 2017.
3. Волков Б.С., Волкова И.В. Психология семейных конфликтов. М., Владос, 2019.
4. Fayziyeva M., Jabborov A. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. T., 2007.

YOSH AVLOD TA'LIM-TARBIYASIDA AHMAD DONISH MEROSINING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI VA ZAMONAVIY DIDAKTIK AHAMIYATI

Jamolova Lubat Ilhomovna
Buxoro davlat pedagogika instituti
tayanch doktoranti
i.l.jamolova@buxdu.uz
[Tel: +99891446-09-64](tel:+99891446-09-64)

O'tgan asrda xalqimiz yaratgan moddiy boyliklar qanchalik mo'l-ko'l va salobatli bo'lmasin, uning o'zi boshqalarga mute edi, boyligi ham talon-taroj edi. Demak, xalqning ruhiyati ham bus-butun emas edi. Shunday murakkab sharoitda ijodkorlar goho hukmron mafkura ko'rsatmalariga quloq solishga majbur bo'lsalar, goho esa muttasil tashviqot ta'siri ostida o'sha mafkuraning vakillariga ham aylangandilar. U davrlarda o'z ona xalqiga "Xalqim" deya murojaat etish ham millatchilik hisoblanardi. Bunday misollarni, afsuski, ko'plab keltirish mumkin.

Xalqimiz mustaqillikka erishgach, nainki olis moziy, balki yaqin o'tmishdagi voqea-hodisalarga, jumladan badiiy asarlarga munosabat masalasi ham daf'atan maydonga chiqdi. G'alvirni suvdan ko'targanda esa, soxta g'oyalarga xizmat qilgan asarlar o'z- o'zidan nazardan chetda qoldi. Xalqning o'lmas ruhiyatini, qadriyatlarini, milliy o'ziga xosligini va nihoyat, bebaho til boyligini mujassam eta olgan haqiqiy ijod namunalorigina yashashga haqli ekanligi ma'lum bo'ldi.

Zero Hamid Olimjon aytganidek;
O‘zing tashna etding, o‘zing suv tutding,
Qalbidagi sahrom, daryomsan, xalqim!
Seni seva-seva men boyib ketdim,
Dunyo ichra topgan dunyomsam, xalqim! [351-b]

Bu go‘zal she‘riyat haqida o‘ylaganimizda ko‘z oldimizdan betakror tashbihlar, latif tuyg‘ularga yo‘g‘rilgan quyma satrlar o‘ta boshlaydi. Shoirning Vatan mavzusida yozgan misralari doimiy hamrohimiz bo‘lib qoladi.

Modomiki, asosiy mezon borliqni yuksak san‘at darajasida kuylay olish ekan, Ahmad Donishning otashin va to‘g‘ri so‘zli she‘riyati ham o‘zining nozik va inju ruhi bilan, toza va beg‘ubor til boyligi bilan muhtasham nazm koshonasini bugungi kunda ham bezab turibdi.

Yusuf Xos hojibning “Qutadg‘u bilig”da bilim va bilimdonlik ham juda ulug‘lanadi. Shoir kishi ko‘nglini dengizga o‘xshatar ekan, bilimni shu dengiz tubidagi injuga qiyoslaydi. Agar shu inju dengiz tubidan chiqarilmas ekan, uning oddiy soy troshidan qanday farqi qoladi.

Donish asarlari misolida uning insonparvarlik, axloqiy tarbiya, farzandlar tarbiyasidagi ota-onaning roli va bilimning ijtimoiy taraqqiyotdagi ahamiyati haqidagi fikrlari keng yoritiladi. U o‘z asarlari misolida ilm, tarbiya va axloqning inson hayotidagi o‘rnini chuqur tahlil qiladi. Uning qarashlarida aytilishicha, jamiyat rivojlanishi uchun avvalo insonlarning bilimi, tafakkuri va ma‘naviy-axloqiy tarbiyasi yuqori bo‘lishi kerak.

O‘tmishimizga nazar tashlaydigan bo‘lsak, aql-idrokli beglar o‘zlariga maslahatchi qilib bilimdon, donishmandlarni saylashi bejizga emas. Jahonda bilimdan qadrliroq hech narsa yo‘z. Bilimsizlik aslida kishi uchun haqoratdir. Hattoki bilimsiz odam to‘rga chiqib o‘tirsam unday to‘rni to‘r deb bo‘lmaydi. Uni poygakdan ham past deb bilish kerak. Ammo poygakda bilimdon kishi o‘tirsam, u joyni to‘rdan ham a‘lo deb bilishi lozim.

Bilimsiz odam ko‘zi ko‘r kishiga o‘xshaydi. Uning qo‘lidan etaklab yo‘l ko‘rsatish, ya‘ni bilimga chorlash shart. Uquv-idrok zulmat tunidagi mash‘aldir. Bilim kishini shu zulmatdan ozod qiladi. Bilimning qadri shu daraja balandki, u do‘zax o‘tidan ham kishini xalos qilishi mumkin.

Mening hikoyalarimda deydi, Donish hikmatli, kuchli ma‘noga ega bo‘lgan so‘zlarni uchratar ekanlar, agar ular olim bo‘lsalar, hasad yuzasidan ularning ranglari o‘char edi; olim bo‘lmaganlari esa bu hikmatli so‘zlarni butunlay inkor qilar edilar. Chunki mening ust-boshim na olimga va na johilga o‘xshar edi. Ulamolar qatoriga kirish uchun o‘zimga oro beradigan salla va soqol-tarog‘im yo‘q. Johillar safiga o‘tish uchun esa belbog‘ bilan osgan pichog‘im yo‘q. Shuning uchun zamona ahlining qilgan ishlari, ularning harakatlari menga yoqmas edi.

Dunyo tirikchiligi mol bilandir; molni esa shoh-u gado hamma barobar topishi

kerak. Bu esa bekor yurish yoki bekor qo'yish bilan bitmaydi. Butun dunyo xalqining har qaysisi turli xil harakatda bo'lsa hamki, ammo hammalarining maqsadlari mol topishdir. Bundan boshqa narsa emas. Chunki har kimning qiladigan kasbi kun kechirish uning qurgan alohida tuzog'idir. Shunga ko'ra, kasb qiluvchining ham alohida nomi bo'ladi. Gohida sulton o'zini mulk oluvchi atab xalqdan boj oladi; gohida o'zini mulk egasi atab, erdan xiroj talab qiladi. Tabib esa dori berib qadam haqqi olaman deydi. Til haqi, tarozi haqlari ham shunga qarab aytilgan so'zlardir.

Nazm:

Bag'ayir az mol kasro nist komi,
Va li har yak buvad binihoda nomi,
Niyozu hadya go'yan dash faqiron,
Xiroju hadya go'yan dash amiron.
G'araz nomash baharjo dar miyonast,
Taroziy maxfilu naqliy bayonast.
Basad nomash agar xonand du nist
Chu niku bingariy g'ayraz yaki nist.

Tarjimasi:

Mol topishdan boshqa ermas niyati,
O'zlariga qo'ysa ham har xil oti.
Niyozu hadya deb olgay faqirlar,
Xiroju boj deb aytgay amirlar.
G'araz nomini turlik aylagaylar,
Va li undin hamma mol poylagaylar.
Ikki bo'lmas agar yuz nom qo'ysang,
O'shal birdir agar yaxshi qarasang. [51]

Yana shunga o'xshash podshoh qalam ahllari ustiga ham bir rais qo'ysinki, har ishda ixtiyor uning qo'lida bo'lsin. Azaldan boshqa ishlarda podshohdan izn so'ramasin. Har turlik ishlarga uning olimi bo'lishi shartdir. Shuning bilan barobar shariatning hikmatlik hukmlariga ham etuk bo'lishi lozimdir. Agar bunday odam topilmas ekan, u choqda ikki rais qo'yishga to'g'ri keladi. Biri shariat ustiga qo'yilsa, ikkinchisi ilmiy xodimlar chiqarish, fatvo berish, mahzar hamda vasiqa xati hujjatlarini yozish tartiblarini o'rgatish, meros mollarini vorislarga sha'riy yo'l bilan taqsim qilish, nujum ilmining ta'limoti, sog'liqni saqlash uchun tibbiy madrasalar ochish, she'r ilmi (shoirlik), kitob chiqarish, hisob ilmi, handasa ilmi, husni xat ilmi, naqqoshlik va rassomlik kabilar bilan shug'ullanadi.

Mamlakatda yashaydigan yomon odamlar nosur yarasiga o'xshaydilar. Mamlakatning yaxshilari esa sog'lom va salomat uzuvlar kabidir. Nosur yarasi ham bir uzuvdan ikkinchi sog'lom yuqib o'tganidek, yaxshilar ham yomonlar xulqini oladilar. Buning iloji esa, nosurning ilojidur. Shunga qiyos qilib, mamlakatda har bir ishning ortidan qarab, payqab yuradigan badoe rais kabi bir qorovul zarurdirki, kishilarning

javharini tanib sultonga ko‘rsatib tursin, sulton ham bu haqda xudoga qarab ish qilsin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ahmad Donishning “Navodir ul-vaqoye” O‘zbekiston fanlar akademiyasi Filosofiya va huquq instituti 1964y (41-44 betlar)
2. Ahmad Donish. Navodir ul-vaqoe T.: Fan, 1964.- 51-55b.
3. Ahmad Donish. Risola yo muxtasare az tarixi saltanati xonadoni mang‘itiya. Dushanbe, 1992. - 94 b.
4. Yusuf Xos Hojib Ahmad Yugnakiy “Turkiy adabiyot durdonalari” O‘zb-Toshkent-2022-y. 8-9-bet
5. Hamid Olimjon Zulfia “Turkiy adabiyot durdonalari” O‘zb-Toshkent-2022y.(4-351-b).
6. www.ziyonet.uz

**YOSHLARDA HUQUQIY TUSHUNCHALAR SHAKLLANISHINING
METODOLOGIK MUAMMOLARI**

*B.Jo‘rayev,
Qarshi davlat universiteti
psixologiya kafedrasini mudiri,
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor*

Mamlakatimiz mustaqillikka erishgach barcha sohalarida bo‘lgani kabi yoshlar masalalariga, ayniqsa ularning huquqiy savodxonligini oshirishga alohida e‘tibor berib kelinmoqda. Chunki huquqiy savodxonlikka erishish yoshlarning huquqiy jihatdan bilimli, yuksak huquqiy madaniyatli va ma‘naviyatli bo‘lishi, huquqning mohiyati, ahamiyati va talablarini chuqurroq anglashi, qonunlarga nisbatan hurmatini tarbiyalaydi, ularga bo‘ysunish madaniyatini shakllantiradi. Har bir inson huquqiy bilim va madaniyatga ega bo‘lishi, ularga qat‘iy amal qilishi, qonun ustuvorligini dildan, qalbdan his qilishi xalq va millat etukligining muhim ko‘rsatkichi ekanligini belgilaydi. Shuning uchun ham yoshlarning huquqiy ongi va huquqiy madaniyatini oshirish, ularga bolalikdan huquqiy qarashlarini, davlat oldidagi farzandlik burchi, mas‘uliyati, huquq va majburiyatlari to‘g‘risidagi tushunchalarini shakllantirib borish bugungi kundagi asosiy vazifalarimizdan biri hisoblanadi.

Jahon psixologiyasida shaxsda huquqiy tushunchalar shakllanishi muammosini o‘rganish bo‘yicha bir qator ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilgan. Huquqiy tushunchalarning shakllanishi muammolari rus olimlari S.N.Aleksandrova, S.S.Alekseyev, V.Vasilyev, L.N.Karandasova, O.V.Martishin, YE.A.Pevsova, N.I.Xabibulina, A.F.Cherdansev, V.V.Romanov, M.V.Kroz, V.V.Glibovets A.M.Kunijev va boshqalar tomonidan olib borilgan bir qator ilmiy izlanishlarda ko‘rinadi. Uzoq xorij mamlakatlari olimlaridan R.Arntsa, J.L.Berjelya, R.Dvorkina,

R.Iyeringa, D.Loyda, E.Xirsha va boshqalarning ilmiy ishlarida ham huquqiy tushunchalarni tadqiq etishga bag'ishlangan qarashlar ilgari surilgan.

Mamlakatimiz psixologiyasida huquqiy tushunchalar va ularning psixologik tavsifi, huquqiy tushunchalarning shakllanish xususiyatlari, ularning izohi, yoshlar orasida huquqiy madaniyatni shakllantirish masalalari M.G.Davletshin, E.G'.G'oziyev, G'.B.Shoumarov, A.M.Jabborov Z.T.Nishanova, B.Jo'rayev, B.Qodirov, B.Umarov, E.Usmonov, X.Karimov, G.To'laganova, Z.A.Rasulova, X.T.Mamatov, T.K.Xudaybergenova va boshqalarning asarlarida va olib borgan ilmiy tadqiqot ishlarida o'z ifodasini topgan. Biz quyida etakchi psixolog olimlar tomonidan shaxsda huquqiy tushunchalar shakllanishining psixologik xususiyatlarini o'rganishga doir ilmiy tadqiqot ishlarini tahlil qilamiz.

B.Jo'rayevning ilmiy tadqiqot ishlari kasb-hunar kolleji o'quvchilarida huquqiy tushunchalar shakllanishining psixologik asoslarini o'rganishga qaratilgan. Muallifning fikricha, o'quvchilarda huquqiy tushunchalarning shakllanishida asab tizimi xususiyatlarini belgilovchi omillar sifatida qarash mumkin. Bu esa o'qituvchini tushunchalar shakllanish jarayonida kuchli, o'rta va kuchsiz asab tizimiga ega o'quvchilar bilan ishlashning individual yondashuvini tanlashiga ko'maklashadi [3]. Shuningdek, kasb-hunar kolleji o'quvchilari huquqiy tushunchalarini o'zlashtirishda bilish qobiliyatlari, o'quv ko'nikmalari va bilish imkoniyatini namoyon bo'lish mexanizmlari izchil komponentlarga ega. Ushbu komponentlar o'quvchilarda huquqiy tushunchalarni shakllantirishning ta'minlovchi aniq faoliyat bosqichlarini, ya'ni tushunchalarini shakllantirishda bilish qobiliyatlarini namoyon bo'lishning mexanizmlari, ta'limning boshlang'ich bosqichidagi o'quv ko'nikmalari, mashg'ulotlarda masalalarni hal etish imkoniyatlari, ta'limiy imkoniyatlari, tushunchalarni izohlash uchun maxsus rezervlarini o'zida mujassamllashtiradi.

Q.Ibaydullayev esa o'z ilmiy izlanishlarida yoshlarda huquqiy madaniyatni yuksaltirishni ta'lim tizimining ustuvor yo'nalishi sifatida qaraydi. Bunda yoshlarni huquqiy savodxonlikka etaklovchi tadbirlarning o'rni muhim bo'lib, bunday ma'naviy, huquqiy tadbirlarni o'tkazish mavsumiy emas, doimiylikka aylansa, o'quvchilarning ongi va qalbiga samarali ta'sir ko'rsatishi muallif tomonidan e'tirof etilgan. Qonunga itoatkorlik aql-idrok, vijdon, ichki e'tiqod mahsuli bo'lib, o'quvchilarimizning bunday olijanob fazilati ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar orqali namoyon qilinadi. O'quvchilarimizning aksariyati qonunlarga ongli ravishda qanchalik og'ishmay rioya qilsa, kelajagimizning egalari bo'lmish yosh avlodning e'tiqodi qanchalik mustahkam bo'lsa, yurtimizda demokratiyaning poydevor tamoyillari shunchalik kuchli kafolatlangan bo'ladi, deydi muallif [4].

Biz ilmiy tadqiqot ishimizda yoshlarda huquqiy tushunchalarni shakllantirish jarayonida o'qituvchi bilan o'quvchi munosabatlarining tushunchalar shakllanishidagi o'rni masalasini o'rganishga harakat qildik. Shu maqsadda tajriba-sinov ishlarida Qashqadaryo viloyati G'uzor tuman xalq ta'limi bo'limiga qarashli № 7 maktabning

yuqori sinf o'quvchilari jalb etildi. Buning uchun maktab o'quvchilari bilan huquqshunoslik fani o'qituvchilarining o'quv mashg'ulotlari doirasidagi faoliyati ustida tajriba-sinov o'tkazildi. Chunki ta'lim jarayonining samaradorligi o'quv mashg'ulotini tashkil etishga, o'quv motivlarining shakllanganligi, o'qituvchi bilan o'quvchi munosabatlarini ijobiy tashkil etilishiga bog'liq.

Agar muammoni maktab o'quvchilarida huquqiy tushunchalarning shakllanishi bilan bog'lab izohlaydigan bo'lsak, huquqshunoslik fani o'qituvchisining muhim vazifalaridan biri – o'quvchilarda huquqiy tushunchalarning shakllanishidan iborat. Bu esa o'quvchilarda abstrakt va mantiqiy tafakkurning shakllanishi va rivojlantirish bilan chambarchas tarzda kechadi. O'quvchilarning huquqiy tushunchalarni o'zlashtirganlik darajasi esa ularning bilimlarni egallashdagi muvaffaqiyatidan dalolat beradi va navbatdagi o'quv materiallarini o'zlashtirishni kafolatlaydi.

O'quvchining huquq faniga qiziqishi bilimlarni o'zlashtirishning bir sharti hisoblansa, bunda ijobiy ta'lim muhitining o'rni ahamiyatlidir. Ta'lim jarayonida o'qituvchi tomonidan o'quv munosabatlarini to'g'ri tashkil etilmaganligi bilimlarni o'zlashtirishda o'z ta'sirini ko'rsatmasdan qolmaydi, albatta. Tadqiqotimizda huquq fani o'qituvchisi bilan o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlar "O'qituvchi bilan o'quvchi munosabati" anketasi yordamida o'rganildi. Anketaning mohiyatiga ko'ra o'qituvchi bilan o'quvchi munosabatlari bilish, his-tuyg'u va xulqiy jihatdan tahlil etildi (1-jadval).

1-jadval

Huquq fani o'qituvchisi bilan o'quvchi munosabat ko'rsatkichlari

Faoliyat jihatlari	O'qituvchi		O'quvchi	
	X	σ	X	Σ
Hissiy	5,87	1,02	4,37	1,70
Bilish	4,18	1,10	3,37	0,95
Xulq-atvor	4,75	1,00	4,25	1,23

Izoh: x-o'rtacha arifmetik qiymat, σ -standart og'ish

Anketadagi munosabatning "hissiy" jhati o'qituvchining o'quvchilari bilan munosabati shogirdlarida narsa va hodisalar, atrofdagilarga munosabat ko'nikmalarini, turli xildagi hayotiy vaziyatlarga tayyorlash, shaxslararo munosabatlarga kirishishga o'rgatish, o'zaro ishonch va hurmat tuyg'ularini shakllanishi lozimligini ifodalaydi. "Bilish" jhati esa o'qituvchining faoliyati asosan shogirdlariga bilim berishga, savodxonligini oshirishga, ko'proq ma'lumotlar bilan qurollantirishga qaratilgan. Ularning nuqtai nazaricha, o'qituvchining birinchi navbatdagi vazifasi shogirdlarining xulq-atvorini tartibga solishga va atrofdagilar bilan muomala qilishga o'rgatishdan ko'ra, fan bo'yicha bilim berish muhim deb hisoblanadi.

“Xulqiy” jihatida esa o‘qituvchi o‘z munosabatini o‘quvchilariga to‘g‘ri-noto‘g‘ri nimaligini tushunishiga, xatti-harakatlarini tartibga solishga, mas’uliyat va javobgarlik hissini, o‘zaro hurmat, qadr-qiyamat va insonlarni e‘zozlash tuyg‘ularini kamol toptirishga yo‘naltirilganligini ifodalaydi. Tajriba-sinov natijalarida huquq fani o‘qituvchisi bilan o‘quvchilar munosabatida “hissiy” jihat (5,87 ball va 4,37 ball) ustuvor bo‘ldi. Demak, o‘qituvchi o‘quvchilarini atrofda bilganlar bilan munosabatga kirishishga, kutilmagan hayotiy vaziyatlarga tayyorlash, shaxslararo munosabat qoidalarini o‘zlashtirishga, o‘zaro ishonch va hurmat tuyg‘ularining shakllanishiga ko‘proq e‘tibor qaratmoqda.

Ikkinchi o‘rinda esa o‘qituvchining o‘quvchilar bilan munosabatida “xulq-atvor” jihatini muhim deb hisoblaganlar (4,75 va 4,25 ball). O‘qituvchi ta’lim jarayonida o‘quvchilarini hayotga tayyorlashi kerak degan xulosa bilan yondashayotganliklarining guvohi bo‘lindi. Bundan ko‘rinadiki, o‘qituvchining o‘quvchilarda xatti-harakatlarini tartibga solish, mas’uliyat va javobgarlik hissining shakllanishiga, insonlarni hurmat qilish va e‘zozlashga o‘rgatish ta’lim-tarbiya jarayonining muhim vazifasi sifatida qarashlaridan dalolat bermoqda. Bu holat o‘qituvchining o‘quvchilariga tarbiyachi sifatida ko‘proq ta’sir ko‘rsatayotganligidan dalolat bermoqda.

“Bilish” jihatida o‘qituvchi bilan o‘quvchilar munosabatining o‘ziga xos tomoni sanaladi. Aynan ushbu jihat o‘quvchilarning huquqiy tushunchalarni o‘zlashtirishida muhim o‘rin tutadi (4,18 va 3,37 ball). O‘qituvchi bilan o‘quvchilarning natijalari ham munosabatni bilish jihatida bo‘yicha quyi ko‘rsatkichni aks ettirdi.

O‘qituvchi bilan o‘quvchi munosabatlaridagi ichki moslik holati o‘rganildi va korrelyatsion tahlil amalga oshirildi. Korrelyatsion tahlil o‘quvchilarning o‘qituvchilari bilan munosabatining uchala jihatida o‘zaro aloqadorlikka ega degan xulosani beradi: “hissiy” munosabatning ijobiy tus olishi, “bilish” ($r=0,452$, $r \leq 0,01$) va “xulq-atvor” ($r=0,220$, $r \leq 0,05$); o‘qituvchi munosabatining “bilish” jihatidan ijobiy o‘zgarishlarga erishishi “xulq-atvor” jabhalarida rivojlanishini ($r=0,258$, $r \leq 0,05$) ifodalaydi (2-jadval).

2-jadval

Huquq fani o‘qituvchisi bilan o‘quvchi munosabati ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi korrelyatsion munosabatlar (o‘quvchilarning ko‘rsatkichi asosida)

Faoliyat jihatlari	Hissiy	Bilish	Xulq-atvor
Hissiy	1	0,452**	0,220*
Bilish		1	0,258*
Xulq-atvor			1

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

O‘quvchilar o‘qituvchilarini munosabat jihatlarida o‘rtasida uyg‘unlikka ega. Bu holat ta’lim jarayonini tashkil etish talablari, o‘qituvchining pedagogik faoliyatga

tayyorligi va ta'lim subyekti shaxsi uning diqqat markazida turishini ko'rsatmoqda.

Tajriba-sinov natijalariga ko'ra o'quvchilar huquq fani bo'yicha bilimlarni o'zlashtirishida zamonaviy ta'lim texnologiyalarini va ta'limning texnik vositalarini to'g'ri tatbiq etish psixologik jihatdan imkoniyatlarini yuzaga chiqishiga olib kelishi yana bir bora tasdiqlanmoqda. Bu esa huquq fani bo'yicha o'qituvchi bilan o'quvchi munosabatlarining yaxshilanishiga, ta'lim-tarbiya jarayonida ortiqcha zo'riqlashlarni bartaraf etishga, taqdim etilayotgan o'quv materiallarini ko'rgazmali taqdim etilishiga va hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etishga olib keladi.

Umuman olganda, huquqiy savodxonlik shaxs barkamolligining muhim komponenti sifatida o'z qiymatini hech qachon yo'qotmaydi. Hozirgi davrda subyektlarning huquqni bilishlari murakkab o'zgarishlar sharoitida amalga oshirilayotganligi sababli ularni huquqiy tushunchalarni o'zlashtirish jarayoni aniq hamda ilmiy asoslangan metodologik yondashuvni taqozo etadi. Shu o'rinda maktab o'quvchilarida huquqiy savodxonlikni oshirish va huquqiy ongning shakllanishi uchun maxsus fanlardan o'quv-tarbiya jarayonlarini samarali tashkil etish hamda huquqshunoslik fani o'qituvchisi va o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarni yaxshilash, o'quvchilar huquq fani bo'yicha bilimlarni o'zlashtirishida zamonaviy ta'lim texnologiyalarini va ta'limning texnik vositalarini to'g'ri tatbiq etish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jamiyatda huquqiy madaniyatni yuksaltirish milliy dasturi. // O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisining Axborotnomasi. -1997. – №9. – 227- modda. -35 b.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Huquqiy tarbiyani yaxshilash, aholining huquqiy madaniyati darajasini yuksaltirish, huquqshunos kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish, jamoatchilik fikrini o'rganish ishini yaxshilash haqida"gi Farmoni // Xalq so'zi.- 1997.- 26 iyun.
3. Jo'rayev B. Kollej o'quvchilari yuridik tushunchalarni o'zlashtirishida asab tizimining o'ziga xos ahamiyati // Zamonaviy ta'lim.- Toshkent, 2015.-№ 6. – B. 17-23.
4. Ibaydullayev Q. Yoshlarda huquqiy madaniyatni yuksaltirish – ta'lim tizimining ustuvor yo'nalishi. Zamonaviy ta'lim / Sovremennoye obrazovaniye. 2019, 5(78)
5. G'oziyev E. G'. Ta'lim jarayonida o'quvchilar tafakkurining o'sishi. – Toshkent: O'qituvchi, 1980.-56 b

Akademik litseylarda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda psixologik xizmatlarning o'rni

Jo'rayev Sodiqjon Muhammadinovich

*Namangan Davlat pedagogika Instituti,
Kreativ pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Akademik litseylarda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda psixologik xizmatlarning o'rnini tadqiq etish zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlari nuqtai nazaridan muhim hisoblanadi. Zero, mazkur bosqichda o'quvchilar hayotlarida birinchi jiddiy kasbiy yo'naltiruv va kelgusidagi muvaffaqiyatlarining poydevori shakllanadi. Akademik litseylar o'rta maxsus ta'lim tizimida muhim bo'g'in sifatida, bir tarafdán, yoshlarning intellektual salohiyatini rivojlantirsa, ikkinchi tarafdán, ularni aniq kasbiy sohaga bo'lgan qiziqishi va maqsadiga muvofiq ravishda yo'naltiradi. Shu nuqtai nazardan qaralganda, litsey davrida o'quvchilarda kasbiy motivatsiyani shakllantirish, uni mustahkamlash va rivojlantirish jarayonida psixologik xizmatlarning o'rni katta ahamiyat kasb etadi. Psixologik xizmatlar ta'lim jarayonida har bir o'quvchining shaxsiy xususiyatlarini aniqlash, ularni rag'batlantirish, iqtisodiy-ijtimoiy sharoitlardan kelib chiqqan holda maqsadli mashg'ulotlar tashkil etish, har tomonlama yordam ko'rsatish kabi bir qator vazifalarni amalga oshiradi. Biroq bu vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish uchun har bir ta'lim muassasasi o'ziga xos uslubiy yo'nalishlarni shakllantirishi, ilmiy asoslangan metodikalardan foydalanishi lozim bo'ladi. Akademik litseyda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda psixologik xizmatlarning rejalashtirilgan, tizimli va ilmiy yondashuv asosida tashkil etilishi yoshlarning kelajakda o'z kasbida muvaffaqiyatga erishishi, samarali ish faoliyati yuritishi va jamiyatga foyda keltiradigan mutaxassis bo'lishi uchun muhim asos yaratadi.

Mazkur masala bo'yicha bir qator ilmiy manbalarda kasbiy motivatsiyani shakllantirish va rivojlantirish jarayonida yoshlarning shaxsiy ruhiy xususiyatlarini chuqur e'tiborga olish lozimligi qayd etib o'tilgan. Zero, har bir shaxsda tashkiliy qobiliyatlar, qaror qabul qilish ko'nikmalari, empatik his, ihtirochilik salohiyati turlicha bo'ladi. Psixologik xizmatlar aynan shu jihatlarni vaqtida aniqlab, qanday kasbiy yo'nalishda yaxshiroq natija berishini testlar, suhbatlar, kuzatuvlar orqali belgilab berishi mumkin. Shu ma'noda, T.Umarov "Ta'lim tizimida psixologik xizmat" maqolasida ta'lim muassasalaridagi psixologik xizmatlar tizimini to'g'ri tashkil etishda individual yondashuv muhimligi ta'kidlangan. Muallif, shuningdek, har bir o'quvchining shaxsiy ruhiy jarayonlari va qobiliyatlarini tahlil qilish bilan birga, ularda muhim kasbiy xususiyatlarning qanday shakllanayotganligi uzluksiz kuzatib borilishi lozimligini aytib o'tadi. Bu fikrlardan kelib chiqib, biz akademik litseylarda psixologik xizmatlar tizimini shunday modellashimiz kerakki, unda har bir o'quvchi o'zining qobiliyatini anglaydi, kelajakdagi imkoniyatlarini to'g'ri baholaydi va aniq maqsad bilan harakat qiladi.

Umuman olganda, akademik litseyda kasbiy motivatsiyani rivojlantirish, ta'lim mazmunini takomillashtirish va psixologik xizmatlar o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjud. Bu bog'liqlik samarali bo'lishi uchun ilmiy asoslangan metodik yondoshuv, aniq

maqsadlar va dastur ishlab chiqilishi talab qilinadi. Shunga muvofiq, biz ilmiy adabiyotlar, amaliyot tajribalari va zamonaviy texnologiyalardan kelib chiqib, "Litsey talaba(o'quvchi)larida kasbiy motivatsiyani rivojlantirish bo'yicha yangi metodika"ni ishlab chiqishni taklif qilamiz. Mazkur metodika akademik litsey sharoitida psixologik xizmatlar uchun yangicha yondashuvlar, aniq ko'rsatmalar va dasturiy mexanizmlar majmuasini o'z ichiga oladi. Metodikaning asosiy maqsadi — o'quvchining shaxsiy psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda, uning kasbiy qiziqishlari va imkoniyatlarini aniqlash, shunga mos ravishda ta'lim jarayonida individual yo'naltiruvchi chora-tadbirlarni amalga oshirish, natijada kasbiy motivatsiyani uzluksiz rivojlantirib borishdan iborat.

Bu metodika o'zida bir nechta qismlarni jamlaydi. Birinchi qismda o'quvchining shaxsiy psixologik profilini shakllantirish nazarda tutiladi. Bu maqsadda psixologik testlar, individual suhbatlar, pedagoglar bilan maslahatlar o'tkazish va ota-onalar fikrlarini bilish orqali har bir o'quvchining qobiliyati, qiziqishi, salohiyati, temperamenti, motivatsiyadagi bo'shliqlari yoki kuchli taraflari aniqlanadi. Ikkinchi qismda esa o'quvchida aniq bir kasbiy yo'nalishga bo'lgan qiziqishini motivatsiya darajasiga bog'lab, muntazam ravishda monitoring qilib borish ko'zda tutiladi. Bu erda o'quvchilar bilan muntazam suhbatlar, treninglar, guruhlik mashg'ulotlar orqali ularda tug'ilayotgan savollar, ikkilanishlar yoki qiziquvchanliklar aniqlanadi. Psixologik xizmatlar shu ma'lumotlar asosida maxsus individual plan ishlab chiqadi. Uchinchi qismda texnik vositalar, axborot texnologiyalari, elektron dasturlar orqali o'quvchida kasbiy ko'nikmalar shakllantiriladi. Masalan, kimyoviy yo'nalishda qiziqishi bo'lganlar uchun virtual laboratoriya simulyatsiyalardan foydalaniladi, informatsion texnologiyalar yo'nalishi uchun startap loyihalarda ishtirok etish imkoni yaratiladi, shu tariqa o'quvchilar kasbni o'rganish bilan bir qatorda amaliy ko'nikmaga ham ega bo'ladi. To'rtinchi qismda ota-onalar bilan hamkorlik mexanizmlari nazarda tutiladi, chunki litsey davrida yoshlar hayotida oila faktori ham aniq ta'sir ko'rsatadi. Ota-onalar bilan uchrashuvlar, maslahatlar, kasbiy yo'naltiruvchi mashg'ulotlar orqali ularga ham kerakli ma'lumotlarni etkazish, farzandida kasbiy motivatsiya shakllanishi uchun psixologik muhit yaratish bo'yicha tushunchalar berish rejalashtiriladi. Beshinchi qismda o'quvchilarni kasbiy muhit bilan bevosita tanishtirish — ya'ni, turli tashkilotlarga ekskursiyalar, malakaviy amaliy mashg'ulotlar, kasb ustalari bilan uchrashuvlar tasdiqlanadi. Bu jarayonni psixologik xizmatlar metodik ko'nikma bilan nazorat qilib, har bir o'quvchining his-tuyg'ulari, ko'nikmalari qanday o'zgarganini kuzatib boradi.

Yuqorida keltirilgan misollar yordamida yangi metodika va dastur qanday ishlashini eng sodda ko'rinishida tasavvur qilish mumkin. Masalan, aniq fanlar guruhiga mansub yo'nalishni tanlagan, lekin u yo'nalishda qaysi kasb eng manfaatli ekanligini aniq bilmaydigan o'quvchi psixologik xizmat tomonidan onlayn testlar va individual suhbatlar asosida aniqlanadi. Agar unda biror-texnik qurama-quvvatni buzib ko'rish,

qayta tayyorlash, yangicha vosita yaratish kabi ijodiy intilishlar mavjudligi aniq bo'lsa, uni muhandislikka yo'naltirish maqsadida litseyda maxsus mashg'ulotlar, muhandislar bilan uchrashuvlar, elektron muhandislik dasturlaridan foydalanish bo'yicha qisqa kurslar tashkil etiladi. Bu jarayonda o'quvchi qo'lyozmada eskiz chizish, kompyuterda 3D modellash kabi tajribalarni amalga oshirishi mumkin. Psixologik xizmat esa o'quvchining emotsional holati, ilhomlanish darajasi, engil muvaffaqiyatsizliklardan qanday chiqib ketishi kabilarni muntazam kuzatib boradi. Agar biron bir bosqichda sustkashlik yoki tushkunlik kuzatilsa, unga individual ravishda motivatsion suhbatlar, maqsadlarni qayta ko'rib chiqish bo'yicha maslahatlar yoki guruhlik treninglar tashkil etiladi. Natijada, yosh o'quvchida kasbiy maqsadlar aniq tus olib, to'g'ri tanlangan yo'nalishda ishlash uchun kuchli xohish paydo bo'ladi. Bu esa akademik litseylarda kasbiy motivatsiyani mustahkamlash jarayonida psixologik xizmatlarning naqadar muhim o'rin tutishini ko'rsatadi.

Boshqa bir misol, chet tillariga kuchli moyilligi bo'lgan, biroq oliy ta'limda aniq qaysi yo'nalishni tanlashni bilmaydigan o'quvchi haqida bo'lishi mumkin. Bu o'quvchida xalqaro munosabatlar, diplomatiya yoki xorijiy tillar o'qituvchiligi kabi yo'nalishlar bo'yicha turli qiziqishlar bor, biroq shaxsiy qobiliyat qaysi yo'nalishda ko'proq ish beradi — shu savol aniq emas. Psixologik xizmat bu holatda maxsus "Psixologik profil" to'plamini tuzib, o'quvchining ko'nikmalarini bayyon qiladi, suhbatlar orqali yoshni yanada aniqroq yo'naltiradi. Keyinchalik tegishli oliy o'quv yurtlarida talab etiladigan malaka, xorijiy til sertifikatlari, elchixonalarda amaliy stajirovka qilish kabi imkoniyatlar haqida axborot berib, o'quvchining latent qiziqishlarini uyg'otishi mumkin. O'quvchi uchun zamonaviy texnologik imkoniyatlardan foydalangan holda, onlayn xalqaro konferentsiyalarda, diplomatik modellashtirish o'yinlarida qatnashish imkoniyati to'g'risida xabar beriladi. Psixologik xizmat mashg'ulotlarida esa o'quvchining shaxsiy xarakteri, masalan, tez qaror qabul qilish, stressni boshqarish, ko'pchilik qarshisida nutq aytish qobiliyati kabi jihatlar yanada takomillashtiriladi. Shu yo'l bilan o'quvchida xalqaro munosabatlar yoki diplomatiya yo'nalishi bo'yicha aniq motivatsiya shakllanadi.

Ushbu metodikaning samaradorligi, eng avvalo, monitoring, tahlil, takroriy testlar bilan doimiy ravishda nazorat qilib boriladi. Har bir semestr yakunida o'quvchilarda kasbiy motivatsiya darajasi ko'rsatkichlari o'lchanadi, ilgari kuzatilgan muammolar salmog'i, ularni bartaraf etish yo'llari, o'sish dinamikasi tahlil etiladi. Bu ma'lumotlar asosida metodikada ma'lum bir modifikatsiya, qo'shimcha yoki o'zgartirishlar kiritish mumkin. Shu tarzda metodika joriy etilayotgan litsey tajribasidan kelib chiqib takomillashib boradi. Aynan ana shu tamoyil — ya'ni, aniq akademik litsey sharoiti, o'quvchilar kontingenti, ulgurji mehnat bozori talablari hisobga olinib, metodikani mobillashtirish g'oyasi yotadi. Bu esa akademik litseylarda psixologik xizmatlar faoliyatini zamon talablari bilan uzviy muvofiqlashtiradi.

Xulosa qilib aytganda, akademik litseylarda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda

psixologik xizmatlar roli beqiyos. O'quvchining shaxsiy salohiyatini aniqlash, kasb tanlashda yaqqol maqsadlarni belgilash, kasbiy muhit bilan tanishuv imkoniyatini yaratish, ruhiy tushkunlik yoki ikkilanish holatlarini bartaraf etish kabi ko'plab muhim vazifalarni bajarishda psixologik xizmatlar kalit maqomga ega. Zero, litsey yoshida shakllanadigan maqsadlar, orzular va motivlar ko'pincha kelajakda qaysi kasb yo'nalishida muvaffaqiyatli bo'lishni belgilab beradi. Shu bois, mazkur davrni engil olish yoki qaysidir bir marradan keyinga qoldirib bo'lmaydi, u to'liqqonli tashkiliy, uslubiy va ilmiy yondashuvni talab qiladi. Ishlab chiqilgan yangi metodika va dastur ana shu talablarga javob beradi, chunki unda ilmiy nazariya, amaliy tajriba, axborot texnologiyalari, ota-onalar va jamiyat bilan hamkorlik kabi barcha muhim jihatlar bir tizimda birlashtirilgan.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
2. Yo'ldoshev J.G'., Xasanboeva O. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2014.
3. Jabborova N.A. Kasb tanlash psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
4. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов педагогических вузов. – Москва: Владос, 2003.
5. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития. – Москва: Академический проект, 2007.
6. Super D.E. A life-span, life-space approach to career development. Journal of Vocational Behavior, 1980, 16(3), 282–298.

TALABALARDA KOMMUNIKATIV KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS JIHLTLARI

*Jumabayeva Dildora Madaminovna,
Urganch innovatsion universiteti psixologi*

Bugungi globallashuv va tezkor axborot almashinuvi davrida kommunikativ ko'nikmalar har bir talabaning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyati uchun muhim vosita hisoblanadi. Talabalarning fikrni aniq ifoda eta olish, samarali tinglash, muammoli vaziyatlarda to'g'ri muloqot o'rnatish kabi qobiliyatlarini shakllantirish ta'lim jarayonining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Ushbu maqolada ana shu muhim ko'nikmalarni rivojlantirishning metodik jihatlari tahlil qilinadi.

Oliy ta'lim muassasalari talabalarida kommunikativ kompetentlikni shakllantirish – pedagog kadrlar tayyorlash jarayonidagi muhim va dolzarb masalalardan biridir. Ayni paytda, ta'lim tizimini modernizatsiyalashga qaratilgan

islohotlar doirasida bu masala yanada keskin tus olmoqda. Bo'lajak o'qituvchilarning amaliy, psixologik, metodik va tadqiqotchilik faoliyatlarini rivojlantirish bilan birga, ularning kasbiy kompetentligini shakllantirishga ham alohida e'tibor qaratilmoqda.

Ta'lim sohasida keng qo'llanilayotgan "kompetensiya" va "kompetentlik" tushunchalari kompetentlikka asoslangan yondashuvning markaziy kategoriyalari hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu tushunchalarning yagona ilmiy-ta'riflari mavjud emas – ular ko'p jihatli, murakkab tarkibli va fanlararo mazmunga ega. Ilmiy adabiyotlarda ularning hajmi, mazmuni, mantiqiy tuzilishi va semantik jihatlari farqlanadi, shuningdek, ular ko'pincha kompetentli shaxsning xususiyatlari yoki holati sifatida tasvirlanadi.

Kompetentlik ko'pincha bilim, ko'nikma, malaka, tayyorgarlik darajasi, yo'nalganlik va boshqa kasbiy sifatlarning uyg'unlashgan ifodasi sifatida talqin qilinadi. Shuningdek, ba'zan u amaliy tajriba va bilim bilan tenglashtiriladi. Pedagogik adabiyotlarda hozirgi kunda "kompetensiya" va "kompetentlik" atamalari tobora barqarorlik kasb etmoqda. Biroq, hozirgacha ta'limning turli bosqichlari bitiruvchilari uchun mos bo'lgan, "kompetentlik" tushunchasining aniq va umumiy qabul qilingan ta'rifi mavjud emas. Turli manbalarda bu tushuncha ko'pincha shaxsning bilim, ko'nikma, malaka, qobiliyat, kasbiy mahorat va mehnatsevarlik kabi sifatlarini ifodalash uchun ishlatiladi.

Bundan tashqari, kommunikatsiya – bu, insonlar o'rtasida fikrlar, his-tuyg'ular, g'oyalar va ma'lumotlarni o'zaro almashish hamda etkazish jarayonidir. Bu jarayon orqali odamlar turli vositalar yordamida bir-birini tushunadi va o'zaro ta'sir o'rnatadi. Kommunikatsiya faqatgina axborot etkazish emas, balki insonlar o'rtasida hamkorlikni ta'minlovchi murakkab va ko'p qirrali munosabatlar tizimidir.

Kommunikatsiya turlari quyidagicha tasniflanadi:

Og'zaki kommunikatsiya – bu so'zlar orqali axborot almashinuvidir. Misol uchun, suhbatlar, uchrashuvlar va konferensiyalar og'zaki muloqotga kiradi.

Yozma kommunikatsiya – matnlar orqali axborot etkaziladi. Bunga elektron pochta, rasmiy xatlar, maqolalar va hisobotlar misol bo'la oladi.

Noverbal kommunikatsiya – bu, so'zsiz muloqot turi bo'lib, jismoniy harakatlar, tana tili, yuz ifodalari, imo-ishoralar orqali amalga oshiriladi.

Vizual kommunikatsiya – axborot tasvirlar, diagrammalar, grafikalar va boshqa vizual elementlar yordamida uzatiladi.

Bugungi kunda kommunikatsiya ta'lim, mehnat bozori, siyosat va kundalik hayotda muhim rol o'ynaydi. Samarali muloqot insonlarga o'z fikrlarini aniq, ravon va tushunarli tarzda ifoda etish, boshqalarni tinglash va ular bilan to'g'ri aloqada bo'lish imkonini beradi.

Kommunikativ qobiliyatlar – bu, shaxsning boshqalar bilan samarali muloqot olib borish, o'z fikr va his-tuyg'ularini aniq ifoda etish, axborotni to'g'ri qabul qilish va uzatish, muloqot davomida mos va lozim bo'lgan munosabatni bildirish

ko'nikmalaridir. Ushbu qobiliyatlar har qanday inson uchun ijtimoiy muvaffaqiyatga erishishda muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, talabalar uchun bu ko'nikmalar ta'lim olish jarayonida va kelgusidagi kasbiy faoliyatda asosiy o'rin tutadi.

Afsuski, bugungi kundagi ayrim omillar talabalar o'rtasida kommunikativ qobiliyatlarning pasayishiga olib kelmoqda. Ushbu omillar quyidagicha guruhlanadi:

Ichki psixologik to'siqlar – talabalar ko'pincha omma oldida so'zlashishdan yoki o'z fikrini bildirishdan cho'chishadi. O'ziga bo'lgan ishonchning pastligi, xatolardan qo'rqish ularda muloqotdan chekinishga olib keladi.

Ta'lim tizimidagi cheklovlar – o'rta ta'lim bosqichida interaktiv va mustaqil fikrlashga etarlicha e'tibor berilmasligi sababli, talabalar oliy ta'limda o'z fikrini ochiq aytishga qiynaladi. Bu esa ularning kommunikativ ko'nikmalarini shakllantirishga to'sqinlik qiladi.

Raqamli texnologiyalarga haddan tashqari tayanganlik – internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali muloqot qilish ko'nikmalari real hayotdagi yuzma-yuz muloqot o'rnini bosmaydi. Bu esa talabalarda jonli suhbat qurish, emotsional ifoda berish va tana tili orqali fikr etkazish malakalarining susayishiga olib keladi.

Jamoaviy ish va faoliyatning etarli darajada bo'lmasligi – universitetda guruh ishlari va jamoaviy faoliyatlarning kamligi talabalar o'rtasidagi o'zaro muloqotni kamaytiradi. Natijada, talabalar o'z fikrlarini erkin ifoda etish imkoniyatidan mahrum bo'ladi.

Tushunmovchiliklar va aniq ifoda etmaslik – ba'zida talabalar o'z fikrlarini izchil, aniq va lo'nda bayon eta olmasliklari sababli muloqotda tushunmovchiliklar yuzaga keladi. Bu esa kommunikatsiya samaradorligini pasaytiradi.

Yuqorida sanab o'tilgan omillarni hisobga olgan holda, talabalar o'rtasida kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirish bo'yicha quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish maqsadga muvofiq: o'quv jarayonlarida interaktiv metodlarni ko'paytirish, jamoaviy ishlarni faol yo'lga qo'yish, psixologik qo'llab-quvvatlovni ta'minlash va talabalarga o'z fikrini erkin, aniq va ishonch bilan ifoda etishga yordam beruvchi mashg'ulotlarni tashkil etish.

Talabalarda kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish usullari:

Interaktiv metodlar: “Bahs-munozara”, “Rolga kirish”, “Aqliy hujum”, “Klaster” va boshqa metodlar orqali talabalarni faol fikrlashga undash.

Guruhda ishlash: Jamoaviy vazifalar orqali talabalarni o'zaro fikr almashish, bir-birini tinglash va hurmat qilishga o'rgatish.

Taqdimotlar va loyiha ishlari: Talabalarni omma oldida nutq so'zlashga, savol-javob qilishga va tanqidiy fikr yuritishga o'rgatish.

Shuningdek, o'qituvchilik kasbi nafaqat bilim va malakani, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni ham talab qiladi. Zamonaviy pedagog shaxsiy fazilatlarini chuqur anglay olishi, boshqalar bilan samarali muloqotga kirisha olishi va turli ijtimoiy-psixologik vaziyatlarda o'zini tutishni bilishi lozim. Quyida bo'lajak

o'qituvchilarning kommunikativ kompetensiyasini rivojlantirishda muhim bo'lgan psixologik jihatlar bayon etiladi:

- O'zini anglash va shaxsiy refleksiya – Har bir o'qituvchi o'zining kuchli va zaif tomonlarini, shuningdek, shaxsiy qobiliyatlarini chuqur tahlil qila olishi lozim. O'zini anglash orqali u o'z ustida ishlash yo'llarini aniqlaydi va muloqot jarayonida qanday uslublar samarali ekanini tushunib boradi. Bu, o'z navbatida, o'qituvchining o'z-o'zini rivojlantirishiga xizmat qiladi.
- Emotsional intellektni shakllantirish - O'qituvchining emotsional jihatdan barqaror bo'lishi, boshqalarning his-tuyg'ularini sezishi va ularga empatiya bilan yondashishi pedagogik jarayonning ajralmas qismidir. Emotsional intellekt rivojlangan pedagog o'quvchilarning ruhiy holatini to'g'ri baholay oladi va ularning ehtiyojlariga mos yondasha oladi.
- Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish – O'qituvchining ijtimoiy ko'nikmalari – bu, tinglay bilish, fikrini aniq ifodalash, muloqot jarayonida ijobiy munosabatlarni shakllantirish va saqlashga doir qobiliyatlar majmuidir. Bunday ko'nikmalar dars jarayonining samaradorligini oshirishda va sinf muhitini sog'lomlashtirishda muhim rol o'ynaydi.
- Konfliktlarni hal qilish strategiyalari – Ta'lim jarayonida turli ixtilofli holatlar yuzaga kelishi mumkin. O'qituvchi sifatida muammoli vaziyatlarni konstruktiv tarzda hal qila olish, hissiy portlashlardan saqlanish, vaziyatni mantiqan tahlil qilish va tomonlar manfaatini inobatga olgan holda murosaga kelish zarur.
- Interpersonal aloqalarni mustahkamlash – Samarali o'qituvchilik faoliyati uchun o'quvchilar, ota-onalar va hamkasblar bilan iliq, ochiq va ishonchli munosabatlar o'rnatish katta ahamiyatga ega. Interpersonal aloqalar nafaqat muloqotni engillashtiradi, balki o'quvchilarning motivatsiyasini oshirib, ularning darsga bo'lgan qiziqishini kuchaytiradi.

Ya'ni, yuqoridagi psixologik jihatlar bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ kompetensiyasini shakllantirishda asosiy o'rin tutadi. Shaxsiy rivojlanish, emotsional barqarorlik, ijtimoiy faollik va madaniy sezgirlik o'qituvchining professionalligini belgilovchi mezonlar hisoblanadi. Shu bois, pedagoglar ushbu jihatlarni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratishlari lozim.

Xulosa qilib aytganda, kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish orqali talabalar mustaqil fikrlovchi, ochiq muloqotga tayyor, jamoaviy ishga layoqatli shaxs sifatida shakllanadi. Shu sababli ta'lim jarayonida bu ko'nikmalarga alohida e'tibor qaratish, har bir fan doirasida kommunikativ yondashuvni joriy etish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Hasanboyeva Z. "Pedagogik texnologiyalar", Toshkent: TDPU, 2020.

2. Karimova N. "Shaxslararo muloqot asoslari", Toshkent: O'zbekiston, 2018.
3. Soliyeva D. "Ta'limda interfaol metodlar", Samarqand, 2021.

BOLALARDA IRODAVIY SIFATLARNI TARBIYALASHDA OTA-ONANING VAZIFALARI

*Jumanova Nasiba Sherbayevna
JDPU, Psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi*

Hozirgi kunning dolzarb vazifasi maktabgacha ta'lim yoshdagi bolalarda irodaviy sifatlardan mustaqillik, faollik, tartiblilik, javobgarlik, mas'uliyatlilik kabi sifatlarni shakllantirishdir. Bolani har tomonlama tarbiyalash shartlaridan biri ularda axloqiy-irodaviy sifatlarni shakllantirishdir. Maktabgacha yosh davrida bolada axloqiy irodaviy sifatlarni qay tarzda shakllanishi turtki beradi.

Kattalarning bolada irodaviy sifatlarini shakllantirishga e'tiborsizligi, bola faoliyatini to'g'ri baholay olmasligi, noto'g'ri munosabat bolada dangasalikni, o'z kuchiga ishonchsizlikni, o'zi bo'larchilikni, faqat o'zini o'ylash, ya'ni xudbinlik kabi salbiy sifatlarni keltirib chiqaradi.

Kuzatishlarimiz shuni ko'rsatadiki ko'p ota-onalar bolalarining irodaviy sifatlarini, mustaqilligini baholay olmaydilar, ularning kuchiga, intiluvchanligiga ishonmaydilar. Natijada bog'chada ota-onalar ishtirokidagi tadbirlarda bola o'ziga ishonqiramay ota-onasidan yordam kutadi. Ota-onalar bilan suhbatlashilganda shunga amin bo'ldikki, ota-onalarni ko'proq bolaning maktabga tayyorgarligi, o'qish yozish, hisoblashni bilishi ya'ni boshlang'ich savollar qiziqtiradi, lekin ular boladagi mustaqillik, ma'suliyat, tashabbuskorlik kabi sifatlarni shakllantirishga unchalik ahamiyat bermaydilar. Pedagogik va psixologik tadqiqotlarimizdan shuni aniqladikki, bolani maktabga tayyorlashda asosiy ko'rsatkichlardan biri bu axloqiy irodaviy sifatlarni tarbiyalash –o'quv faoliyati uchun zaruriy shartlardandir. O'quv yili boshidan kundalik talablarni mustaqil bajara olmaydigan, qiyinchiliklarni tirishqoqlik bilan eng olmaydigan bolalar, maktabda o'qituvchining uyga bergan vazifasini bajarishda qiynaladilar. Bu birinchi sinf o'quv faoliyatida va odatida intizomsizlikka va ulgurmovchilikka sabab boladi. Shuning uchun ota-ona maktabgacha yosh davrida o'z vaqtida bolada mustaqillikni shakllantirish vaqtida bolada mustaqillikni shakllantirish bo'yicha zaruriy pedagogik bilim va malaka bilan qurollantirishi kerak.

Oila-maktabgacha yosh davridagi bolani mehnatga jalb etishning eng qulay maskani. Oiladagi mehnatning axloqiy munosabatining mohiyati bola uchun namunadir. Bolaning oiladagi bajaradigan mehnat topshiriqlari mazmunan xilma-xil bo'lib, uni bajarish bola uchun ajoyib, qiziqarli, ayniqsa xojalik –maishiy va qo'l mehnati alohida ta'sir ko'rsatadi.

Oilada mehnat motivi shu bilan xarakterlanadiki, u bolada bu yoshda ota-onaga

oilaning boshqa a'zolariga muhabbat, ular haqida qayg'urish, yordam ko'rsatish, xursand qilish, oila oldidagi ma'sulyat hissini uyg'otadi. Ota-onalar bilan birgalikda mehatning eng keng yoyilgan motivi ular bilan munosabatga intilish; "Dadam bilan ishlash menga yoqadi", "Oyim bilan mehnat qilsam, charchamayman, xursand bo'laman".

Bola oilada bog'chada kam tarqalgan mehnat turi bilan shug'ullanishni yaxshi ko'radi; kir yuvish, idish yuvish, artish, tushlik tayyorlash, oziq-ovqat mahsulotlarini sotib olish va hokazo.

Bolada mustaqillikning shakllanishida mehnatga layoqatni tarkib toptirish, namunali oilalardagi sharoit, bolaga ijobiy ta'sir krsatadi. Ota-onalarning ta'kidlashicha, ayrim oilalarda bolani mustaqillikka yo'naltirishning noto'g'riligi bolada bunday sifatlarning rivojlanishida kamchiliklar tug'diradi.

Ota-onalarga quydagi savollar bilan murojaat qilindi (300 ta ota-ona):
1. Topshiriqlarni bajarayotganda bolangiz mustaqillik ko'rsatadimi?

2. Boshlagan ishini oxiriga etqaza oladimi?

3. Mehnatning maqsadini to'g'ri qo'ya oladimi?

Ota-onalar javoblaridan shuni aniqladikki juda kop bolalar ishni yakunlashga, natijasiga etishga qa'tiyatsiz, kop hollarda kayfiyat va vaziyatlarga qaratadilar, ishini tugallashga tayyor emas.

Ko'p bolalar mustaqil rejalar tuza oladilar, boshlagan ishlarini oxiriga etqaza oladilar.

Ayrim bolalar o'z kundalik vazifalarini kattalarning eslatmasisiz, boshlagan ishini mustaqil oxiriga etqaza olishi aniqlandi.

Bolalar mehnatidagi mustaqillikning etarli shakllanmaganligi, ota onalarning ushbu sohada bilimlari etarli emasligidan, tegishli metodlarni qo'llay olmasligidan dalolat beradi. Ota- onalar bilan o'tqazgan suhbat va kuzatishlarimiz shuni krsatadiki, kattalar mustaqillikni shakllantirishda koproq og'zaki metoddan foydalanar ekan. Ota-onalar fikricha, bolaga beriladigan salbiy baho ham, ularda tirishqoqlilikni tarbiyalar ekan.

Bizningcha, bu bolada mehnatga nisbatan salbiy munosabatni keltirib chiqarishi tabiiydir. Shuningdek oilalarda ota-onalar bilan hamkorlikdagi mehnatning ahamiyati katta. U bolada yaqinlari bilan o'rnatiladigan munosabatga bo'lgan ehtiyojni qondiradi, ota-onaga esa bola faoliyatini nazorat qilishga imkon beradi. Kattalar o'z mehnatlari orqali bolaga to'g'ri namuna bo'ladilar, mehnatni to'g'ri taqsimlashni o'rgatadilar. Ota-onalar javobini tahlil qilar ekanmiz, quyidagi xulosaga keldik:

1. Oilada o'z –o'ziga xizmat ko'rsatish mehnati birinchi o'rinda turadi, o'yinchoqlari va burchagini yig'ishtirib, tartibga keltirish ikkinchi o'rinda, qolgan mehnat turi esa alohida o'rin kasb etmaydi.

2. Oilada bolani xilma – xil mehnat turiga jalb qilish etarli darajada emas, mehnatning tarbiyaviy ahamiyatiga ota-onalar e'tibor qaratmaydilar.

3. Aksariyat shaharda yashovchi oilalarda bolaning xo'jalik-maishiy mehnatga jalb etishga ehtiyojining, imkoniyatning yo'qligi sababli ular faqat o'z-o'ziga xizmat ko'rsatishga jalb qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. "2017-2021-yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori.
2. Asadov Y., Burxonova G. Psixologik tashxis metodikalari. Toshkent 2001yil.
3. Karimova V. Psixologiya. Toshkent, 2002- yil

OILADA SHAXSLARARO MUNOSABATLAR

Jumanova Nasiba Sherbaevna
JDPU Psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi

Bugungi kunda jamiyatimizda yoshlar tarbiyasiga alohida e'tibor qaratilayotganligi bu, ertangi kunimiz uchun katta poydevor ekanligini barchamiz yaxshi bilamiz. Bunday mas'uliyatli vazifalarni amalga oshirishda barchamiz mas'ul ekanmiz, uni sidqidildan amalga oshirishimiz zarur. Sir emas hozirgi kunda butun dunyoda globallashuv, madaniyatlar aralashuvi jarayonlari kechmoqda. Bunday murakkab jarayon nafaqat yoshlarga, balki biz kattalar dunyoqarashiga ham ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa axborot texnologiyalari kundalik hayotimizga shu qadar shiddat bilan kirib kelayaptiki, buni har qanday raqamlarsiz ham kuzatishimiz mumkin. Buning uchun asosiy qilishimiz lozim bo'lgan ishlarimizdan yoshlarda kuchli fuqarolik pozitsiyasini shakllantirishda, amaliyotda ko'proq ota-onalar bilan hamkorlikda tarbiya jarayoni va mahalla tomonidan hamkorlikdagi ishlarni amalga oshirmog'imiz zarur. Kimdir "Tarbiya hammaga ma'lum narsa-ku, vaqti kelsa, o'z – o'zidan yo'lini topib ketadi", - deyishi mumkin. Lekin ba'zi ota-onalarning e'tiborsizligi tufayli farzandlari ulardan olgan pullarni internet klublarda befoyda o'yinlarga sarflab yoki mobil telefonlari orqali o'zlariga zarar bo'lgan bo'shliqlarni sotib olmoqda. Farzand tarbiyasi chin ma'nodagi barchamiz uchun xatoliklarga yo'l qo'ymaslik, o'z vaqtida me'yorlardan oshirmagan holda bolaga psixologik yondashuv jarayonlarni amalga oshirishimizni talab qiladi. O'z vaqtida berilgan pandu-nasihat, odob-axloq, ta'lim tarbiya bularning barchasi yoshlarimizning kelajakda komil inson bo'lib kamol topishida, yurt koriga yaraydigan chinakam vatanparvar shaxs sifatida gavdalandira oladi. Tarbiyani hamda, muloqot madaniyatini eng avvalo oiladan boshlashimiz kerak. Chunki bola tug'ilibdiki birinchi bor ota-onasini ko'radi. Bola yosh paytidan boshlab ota-onadan muloqot orqali o'zidan kattalarga hurmat va samimiyat bilan muloqotda bo'lishni, kattalar gapirayotganda suhbatiga aralashmaslikni, tinglashni va eng avvalo salomlashish odobini o'rganishi lozim. Yoshlarimiz bolalik paytlarida oilasidan va

ayniqsa, ota-onasidan nimani o'rgansa o'sha tarbiya orqali voyaga etadilar. Biz yashayotgan tinch va osuda davlat millatimizga xos bo'lgan milliy qadriyatlar, milliy urf-odatlar, an'analar, ma'naviyati boy xalq ekanligimizdan dalolat beradi. SHunday mamlakatda yashayotganimizdan har birimiz faxrlanish bilan bir qatorda kelajak avlodimiz bo'lgan yoshlarga to'g'ri tarbiya berish, eng asosiysi muomala, muloqat madaniyatini o'z vaqtida joyida o'rgatib borishimiz darkor. Yoshlarimizda yuqorida ta'kidlab o'tgan fazilatlarni barchasi mujassam bo'lsa bilinki, u bolaligida tarbiyani o'z vaqtida olib ulgurgan hisoblanadi. Tarbiya havoga o'xshaydi. Uni ko'rib bo'lmasa ham, ta'sirini har soniyada sezish mumkin, xuddi yo'l chetidagi bog'dek. Bugun har bir ota-ona pedagog bo'lishi kerak, bu pedagogikaning sir asrorlarini bilish, qo'llay olish degani. Pedagogika o'z nima? Pedagogika fanlar orasida eng qadimiysi hisoblanadi. "Oila insonning hamma siru sinoatlarini o'zida mujassamlagan oltin sandiq, uni baxt fabrikasi deb atasa ham bo'ladi va xususan, insonni qayg'u-alamlari, dardu-xasratlari, ko'z yoshlari ham oiladan boshlanadi, shuning uchun ham oilani farzandlarini va xattoki kuyovini xam kelinini ham inson qilib tarbiyalaydigan betimsol maktab deb hisoblayman. Kerak bo'lsa uning kitoblarini tinimsiz o'qish, saboqlaridan ibrat olish naqadar maroqli "- deb yozib qoldirgan edi O'zbekiston qahramoni Ozod SHarafuddinov.

Xulosa qilib aytganda barcha ota – onalar uchun, oilada farzandining kamolini ko'rish, uni baxtli bo'lishidek muqaddas tuyg'u bo'lmasa kerak. Yurtimizning har bir farzandi va yoshlari ana shunday baxtga munosibdirlar. Har bir insonning farzandi uning quvonchi, baxti, baxtiyorligi, davomchisi va keksayganda suyanchig'idir. Yo'rgakka o'ralgan chaqalog'ini ilk bora qo'lga olgan ona yoki ota uni kelajakda yomon odam bo'lishini niyat qilmaydi. Yoshligidan ota-ona o'z farzandiga to'g'ri tarbiya berish bilan birga kattalarga munosabat hamda, muloqot madaniyatini vaqtida o'rgata olsa hamda, orzu-umidlar, yaxshi niyatlarda tarbiya deb atalmish mashaqqatli dovonlarni bosib o'tsagina o'zi orzu qilganidek farzand tarbiyalay oldim –deb ayta oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sh.R.Baxriddinov. Pedagogika va psixologiya asoslari. Kasb-hunar kollejlari uchun o'quv qo'llanma. 2-nashri. Toshkent "Ilm ziyo" 2017 yil.
2. Oila psixologiyasi. Akademik littsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma. 1-nashri. Toshkent - 2013 yil.

PEDAGOGIK FAOLIYATDAGI STRESSNING DETERMINANTLARI

Jumanova U.S.

TDPU mustaqil izlanuvchisi

Pedagogik kasb – bu, chuqur bilim, ijodkorlik, tashkiliy salohiyat va fidoyilikni talab qiluvchi murakkab hamda mas’uliyatli faoliyatlardan biridir. Pedagoglar nafaqat bilim berish, balki o’quvchilarning shaxsiy rivojlanishiga hissa qo’shish, ular bilan samarali muloqot o’rnatish, turli murakkab vaziyatlarda qaror qabul qilish kabi ko’plab talablarni bajaradilar. Shuningdek, pedagogik faoliyatda jismoniy va ruhiy ortiqcha yuklar, o’qitish jarayonining yuqori stress darajasi va doimiy psixologik bosimlar stressning muhim manbalaridan biridir. Bu ortiqcha yuklar pedagogning ruhiy va jismoniy holatiga salbiy ta’sir ko’rsatishi, uzoq muddatda esa surunkali charchoq va kasalliklarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Stress determinantlari – bu, muayyan kasbdagi shaxsni stress holatiga olib keluvchi omillar bo’lib, ular turli tashkiliy, psixologik va fiziologik faktorlarni o’z ichiga oladi. Stress determinantlarini tahlil qilish, stressning yuzaga kelishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash, psixologiya va fiziologiya sohalarida keng qamrovli tadqiqotlar olib borilayotgan mavzulardan biridir. Ushbu omillar nafaqat ish sharoitlari, balki shaxsning ichki hissiy holati, uning jamiyatdagi o’rni, ijtimoiy va professional mas’uliyatlar hamda atrof-muhit ta’sirlarini o’zida aks ettiradi.

Stressning yuzaga kelishiga ta’sir etuvchi omillar – bu, insonning psixologik, biologik, ijtimoiy va texnologik holatlariga ta’sir qiluvchi murakkab va o’zaro bog’liq faktorlar majmuasidir. Turli olimlarning ushbu omillarni chuqur tadqiq etgan ilmiy izlanishlari stressning shaxsiy xususiyatlarga qarab qanday shakllanishi va inson organizmiga ko’rsatadigan ta’sirini yanada chuqurroq tushunishga asos yaratadi. Jumladan, G.Selye «Hayot stressi» kitobida stressning biologik omillar, ya’ni stressga bo’lgan individual sezgirlik genetik predispozitsiya (moyillik, mayl), neyroendokrin tizimining xususiyatlari va fiziologik jarayonlar bilan bog’liqligini keltirib o’tgan. Texnologiyadan haddan tashqari foydalanish, kiberxavflar va doimiy onlayn holatda bo’lish holatlari pedagoglarning stress darajasini oshirishi mumkin. Darhaqiqat, pedagogik faoliyatdagi stress determinantlari juda murakkab, ko’p qirrali va turli omillarga asoslanadi, ularning barchasi o’qituvchining kasbiy faoliyatiga bevosita ta’sir ko’rsatadi. Stress pedagoglar faoliyatida doimiy ravishda uchraydi, chunki o’qituvchilar nafaqat o’quvchilarga bilim berishda, balki ularning psixologik va emotsional holatini ham hisobga olishlari zarur. Bu holat esa o’qituvchining psixologik va jismoniy sog’lig’iga, shuningdek, ta’lim sifatiga va o’quvchilarning akademik natijalariga salbiy ta’sir ko’rsatishi mumkin. Ushbu stress ko’pincha neyroemotsional va psixoemotsional stress shaklida namoyon bo’ladi, bu esa o’qituvchining ichki resurslarini kamaytiradi, uning motivatsiyasini pasaytiradi va ishga bo’lgan qiziqish va energiyasini yomonlashtiradi. Bunday stress holatlari pedagoglarning o’quvchilar bilan bo’lgan

munosabatlariga bevosita ta'sir qiladi va bu o'z navbatida ta'lim jarayonining samaradorligiga, o'quvchilarning o'zlashtirish darajasi hamda muloqot sifati kabi muhim jihatlarda salbiy aks etadi. Yana shuni takidlash joyizki, dars o'z-o'zidan stressli omil hisoblanadi. Chunki u o'qituvchilarni ham, o'quvchilarni ham 45 daqiqada rejalashtirilgan dars yuklamalarini, vazifalarini bajarishga majbur qiladi. Ayniqsa, pedagoglar shu qisqa vaqt ichida bir vaqtning o'zida bir nechta muhim pedagogik vazifani hal qilishga majbur bo'ladi; individual yondashuvni amalga oshirish, har bir o'quvchini kuzatib borish; sinfda intizomni nazorat qilish; yangi materiallarni oson usullar bilan tushuntirish, uni o'zlashtirish darajasini baholash; uy vazifasining bajarilishini tekshirish va ob'yektiv baho berish. Mazkur vazifalarning barchasi yuqori darajadagi mas'uliyatni talab qilgani bois, tabiiy ravishda pedagogda ruhiy zo'rqiqlash va stress holatini yuzaga keltiradi. I.B.Solodkayaning ta'kidlashicha, o'qituvchilarning kasbiy faoliyatidagi keskinlik holatlari obyektiv va subyektiv omillar bilan chambarchas bog'liq. Obyektiv omillarga ish kunining haddan tashqari bandligi, faoliyat uchun belgilangan qat'iy muddatlar, mehnat samaradorligining pasayishi, uy-joy sharoitlarining qoniqarsizligi hamda kam ish haqi kabi mehnat sharoitlari kiradi. Shuningdek, o'qituvchilarga ortiqcha ijtimoiy vazifalarning yuklanishi ham bu bosimni yanada kuchaytiradi. O'qituvchi faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan subyektiv omillar orasida o'quvchilar va hamkasblar bilan aloqani o'rnatishga to'sqinlik qiladigan shaxsning individual xususiyatlari, ish tajribasining etishmasligi, kasbiy o'sishdan norozilik, noaniqlik yoki javobgarlikning etishmasligi va boshqa shaxsiy fazilatlar mavjudligini o'z tadqiqodlarida keltirib o'tgan. N.V.Samoukina kasbiy stressni uch asosiy turga – axborot, hissiy va kommunikativ stresslarga ajratadi. Axborot stressi – bu, o'qituvchidan qisqa vaqt ichida katta hajmdagi murakkab va ko'p qirrali ma'lumotlarni tezda anglash, tahlil qilish va qayta ishlash talab qilinishidan kelib chiqadi. Bu holatda ma'lumotlarning ortiqcha yuklanishi, doimiy e'tibor va yuqori intellektual faollik zarurati o'qituvchini doimiy ravishda charchatadi. Shu bilan birga, qabul qilinayotgan qarorlarning oqibatlarini uchun yuqori darajadagi javobgarlik hissi stress darajasini yanada oshiradi va ruhiy zo'rqiqlashga sabab bo'ladi. Hissiy stress esa o'qituvchining ish jarayonida doimiy salbiy his-tuyg'ular – qo'rquv, g'azab, haddan tashqari tashvish, ortiqcha mas'uliyatni boshdan kechirishidan kelib chiqadi. Bu holat ishdan norozilik, psixologik bosim, ortiqcha nazorat hamda mustaqillik va erkin qaror qabul qilish imkoniyatining yo'qligi natijasida yuzaga keladi. Kommunikativ stresslar – o'qituvchining o'quvchilar, ularning ota-onalari, hamkasblari va maktab rahbariyati bilan muloqotdagi turli ziddiyatli vaziyatlarni boshdan kechirishi natijasida yuzaga keladi, ayniqsa, o'qituvchi kasbiy bilimlari etarli emasligini his qilsa yoki uning shaxsiy fe'l-atvori va xususiyatlari kasb hamda atrofda g'ilarning ijtimoiy talablariga mos kelmasa, bu stress yanada kuchayib, ish samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Pedagogik faoliyatda stressning yuzaga kelishiga sabab bo'ladigan omillarni (determinantlarni) tizimli tahlil qilish, ularni kasbiy, ijtimoiy, shaxsiy, tashkiliy va

madaniy kontekstda o'rganish hamda o'qituvchilarning kasbiy hayotiga stressning qanday salbiy ta'sir ko'rsatishini aniqlashdan iborat. Tadqiqodimiz orqali biz o'qituvchilarda duch keladigan stress holatlarini chuqur yoritish, uning oldini olish strategiyalarini tavsiya qilish va psixologik farovonlikni oshirishga qaratilgan choralarni ishlab chiqishga qaratilgan.

Tadqiqot jarayonida kuzatish, R.Tessier, L.Lemyre, L.Fillion tomonidan ishlab chiqilgan va L.U.Inagamova tomonidan moslashtirilgan «Psixologik stress shkalasi PSM-25», I.D.Ladanov, V.A.Urazayevalarning «Shaxslararo kommunikasiyaga yo'nalganlik motivatsiyasi tashhisi», O.Nemovning «Jamoaning o'zini o'zi ijtimoiy-psixologik baholashi» usullaridan foydalandik.

Tadqiqot natijalariga ko'ra pedagoglar faoliyatida stressni yuzaga keltiruvchi asosiy determinantlarini quyidagi toifalar bo'yicha keltirish mumkin:

1. Professional (kasbiy) determinantlar Pedagogik faoliyatda stressning ko'p sabablari mavjud bo'lib, ularning eng muhimlari professional faoliyatning o'ziga xos yuklamalaridan kelib chiqadi. Bunga ish hajmining ortishi, majburiyatlarning ko'pligi, o'quv dasturlarini amalga oshirishdagi qiyinchiliklar va boshqa qog'ozbozlik ishlari kiradi. Misol uchun, bir necha sinflarga dars beruvchi o'qituvchining har bir sinfdagi yuqori sifatli saqlashdagi qiyinchiliklar, o'quvchilarni turli tashkiliy tadbirlarga, o'quv jarayoniga yoki oliy ta'limga tayyorlash mas'uliyati ham stress manbai bo'ladi. Shuningdek, ko'plab pedagogik yig'ilishlar, seminarlar va hisobotlar tayyorlash zarurati ham o'qituvchining ish yukini oshiradi. Ushbu yuklamalar pedagogning mehnat samaradorligini pasaytirib, uning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Misol uchun, yillik 400-500 soatni faqat hujjatlar va hisobotlarga ajratuvchi o'qituvchi o'z darslarini sifatli rejalashtirishga va tayyorlashga vaqt topa olmaydi, bu esa darsning sifatini sezilarli darajada pasaytiradi. Natijada, o'qituvchi kasbiga bo'lgan qiziqishini yo'qotadi, ishdagi motivatsiyasi kamayadi, va o'quvchilarning bilim darajasi ham keskin pasayib ketishi mumkin. Bu holat, o'z navbatida, ta'lim sifatiga, o'quvchilarning o'quv natijalariga va pedagoglarning kasbiy qoniqishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

- ish vaqti cheklovlari. O'qituvchi ma'lum bir muddatda katta hajmdagi ishlarni bajarishi. Ko'pincha o'qituvchilardan qisqa vaqt ichida katta hajmdagi materiallarni o'rganish yoki tayyorlash talab etiladi. Bu ularda vaqtga bo'lgan stressni kuchaytiradi. Bir nafar o'qituvchi 30 ta o'quvchining uy vazifalarini tekshirishi, shuningdek, ularning ota-onalari bilan aloqa qilishi va sinf tadbirlarini tashkil etishi kerak. Bu vazifalar o'z darslarini sifatli o'tishga halaqit betadi.

- texnologik o'zgarishlar. Masalan Onlayn ta'lim platformalarini joriy qilish zaruriyati; yangi elektron jurnal yoki onlayn baholash tizimiga o'tish; raqamli savodxonlikni oshirish zarurati.

2. ijtimoiy determinantlar

- Ota-onalar tomonidan haddan tashqari talabchanligi tufayli bosim ostida ishlashi; o'quvchilar bajarishi zarur bo'lgan vazifalar ya'ni uyga vazifalarini bajarmasligi

va buning natijasida o'quvchilarning o'zlashtira olmaslikda o'qituvchini ayblash; ota-onalar farzandalri dars yuklamalarini to'laqonli o'zlashtira olmasalar ham "Bolamni yaxshi baholash kerak" degan talab qo'yishlari; ota-onalar farzandlarining yomon xulq-atvorlari uchun o'qituvchini ayblashadi. Masalan, ota-onalar eg'ilishida pedagog o'zlashtirishi sust shuningdek xulqi yomon bo'lgan bolalarning ota-onasiga farzandlaridagi muammolarni aytib o'tishganda pedagogga nisbatan "Sizning dars o'tish uslubingiz sababli farzandim yaxshi o'zlashtir olmayapti va xulqida ham muammolar yuzaga kelmoqda. Balkim o'zingiz yaxshi pedagogmasdursi?", degan tanqidlarga duch keladi. Ba'zi hollarda, ijtimoiy tarmoqlarda o'qituvchilarga nisbatan salbiy fikrlar, qarg'ishlar yozilishi ularning ruhiyatiga zarar etkazadi. O'qituvchi o'z kasbiy mahoratiga shubha qila boshlaydi.

- O'quvchilar bilan murakkab munosabatlar. Murakkab o'quvchilar bilan ishlash; dars davomida diqqatni jamlay olmaydigan yoki intizomni buzuvchi o'quvchilar bilan ishlash; imkoniyati cheklangan bolalar bilan, maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlash. Shu kabi vaziyatlarda o'qituvchilar o'quvchilarning muammosini hal qilishga vaqt ajratsa, darsning qolgan qismiga e'tibor kamayadi.

- Hamkasblar orasidagi raqobat yoki samarasiz hamkorlik.

3. Shaxsiy determinantlar

- shaxsiy mas'uliyat va umidlarning yuqoriligi. Ko'plab pedagoglar o'zlaridanyuqori darajada samara kutadi, natijada muvaffaqiyatsizlikni qabul qilish qiyinlashadi va emotsional chidamlilik pasayadi. O'qituvchi ruhiy barqarorlikka ega bo'lmasa stress holatida o'zini boshqarish qiyinlashadi. Shaxsiy muammolar ishda o'z aksini topadi.

- ish va shaxsiy hayot o'rtasidagi muvozanatning buzilishi. O'quv yili davomida dam olishga vaqt etishmasligi yaqin do'stlar va oila bilan munosabatlarning zaiflashishiga olib keladi. Yosh o'qituvchilar shaxsiy hayoti uchun vaqt topolmaydi, bu esa uning ruhiy va jismoniy holatini izdan chiqaradi. Buning natijasida o'ziga nisbatan ishonchsizlik hissini boshdan kechiradi. Kasbiy qoniqish etishmasligi sababli o'qituvchilar shaxsiy hayotlarida ham asabiylashishni boshlashadi, depressiya, o'qituvchi darsga e'tiborini jamlay olmaydi.

- o'z farzandlariga ta'lim, tarbiya berishga vaqt va energiyasining etishmasligi.

- ish kunlari davomida ko'p mehmonlarning tashrif buyurishi.

- jismoniy holatning yomonlashishi, uzoq vaqt davomida dars o'tish yoki bir joyda tik turish oqibatida sog'liq bilan bog'liq muammolar.

- motivatsiyaning pasayishi. Maoshning pastligi yoki ishda va oilada qadrining sezilmasligi.

4. Tashkiliy determinantlar

- ish muhiti va sharoitlar, ya'ni haddan tashqari sovuq yoki issiq sinfxonalarda dars o'tish

- kichik maktablarda o‘quvchilar sonining haddan tashqari ko‘payib ketishi. Sinfidagi hamma o‘quvchilar bilan bir day ishlay olmasigi.

- moliyaviy resurslarning etishmovchiligi sababli ta’lim jarayonining to‘liq tashkil etmaslik. Ish muhiti va sharoitlarning etishmasligi; sinf va sinf anjomlarining yaroqsizligi; qulay ish sharoitining yo‘qligi. ta’mirlanmagan sinfxonalar va resurslarning yo‘qligi sababli sifatli dars o‘tolmaydigan o‘qituvchilarning ko‘payishiga olib keladi.

- rahbariyat almashganda yangi talablarning qo‘yilishi.
- maktab rahbariyatining qo‘llab-quvvatlovining etishmasligi; ma’muriyat tomonidan pedagoglarning ehtiyojlari inobatga olinmasligi. Maktab ma’muriyati pedagoglarning fikirlarini inobatga olmasa, bu ularda norozilik va ishga bo‘lgan qiziqishini pasaytiradi. Oqibatda hamkasblar orasida ishonchsizlik va kelishmovchiliklar kuchayadi, ko‘plab o‘qituvchilar kasbini tashlab, boshqa sohalarga o‘tishni boshlashadi.

5. Madaniy determinantlar

- jamiyatda o‘qituvchilarning mavqeining pasayishi, o‘qituvchilik kasbini jamiyatda qadirlamaslik yoki “o‘qituvchi bo‘lgan kishi boshqa ishni qila olmaydi” degan stereotiplar.

- milliy ta’lim siyosatidagi o‘zgarishlar; tez-tez o‘zgaradigan standartlar va test tizimlari o‘qituvchilarga qo‘shimcha yuklamalarni yuklaydi; dars soatlari muntazam o‘zgarib turishi. Innovatsiyon metodlarni joriy etishga qiziqish pasayadi.

Germaniya pedagogik jamoatchiligi shuni ta’kidlaydiki, “maktablarda ishlash uchun mutaxassislarni tayyorlashda bo‘lajak o‘qituvchilar hamdardlik, tanqidni og‘riqsiz idrok etish qobiliyati kabi zarur kasbiy ko‘nikmalarni shakllantirmaydilar. Muloqotning o‘ziga xos yuklari paydo bo‘ladi, shaxslararo munosabatlarga energiya sarflanadi”.

Xulosa qilib aytishimiz mumkinki stress determinantlari – bu, muayyan kasbdagi shaxsni stress holatiga olib keluvchi omillar bo‘lib, ular turli tashkiliy, psixologik va fiziologik faktorlarni o‘z ichiga oladi. Stress determinantlarini tahlil qilish, stressning yuzaga kelishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash, psixologiya va fiziologiya sohalarida keng qamrovli tadqiqotlar olib borilayotgan mavzulardan biridir. Ushbu omillar nafaqat ish sharoitlari, balki shaxsning ichki hissiy holati, uning jamiyatdagi o‘rni, ijtimoiy va professional mas’uliyatlar hamda atrof-muhit ta’sirlarini o‘zida aks ettiradi. Shuningdek, stress determinantlari o‘qituvchilar, shifokorlar, rahbarlar kabi yuqori mas’uliyatli kasblarda aniqroq ko‘rinadi, chunki bunday kasblarda faoliyat olib boruvchi shaxslar o‘z bilimlarini, e’tiborlarini va hissiy energiyalarini doimiy ravishda safarbar etishga majbur bo‘ladilar.

Shuni takidlab o‘tishimiz mumkinki, stressning salbiy oqibatlarini kamaytirish uchun samarali stressni boshqarish strategiyalari — masalan, shaxsiy resurslarni rivojlantirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini yaratish, vaqtni samarali taqsimlash

va o‘z-o‘zini parvarish qilish usullari muhim ahamiyatga ega. Ushbu usullar pedagoglarning ish samaradorligini oshirishga va ruhiy salomatlikni saqlashga yordam beradi. Shu bilan birga, so‘nggi yillarda texnologik rivojlanish natijasida paydo bo‘lgan texnostress ham kasbiy stressning yangi yo‘nalishi sifatida diqqatga sazovor bo‘lmoqda .

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ford, T., Evans, R. (2021). Teacher stress and burnout: A global perspective. *Educational Review*, 73(2), P.145-162.
2. Hofstede, G. (2010). *Culture and organizations: Software of the mind*. – New York: McGraw-Hill.
3. Lazarus, R.S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. – New York: Springer.
4. Tarafdar, M., Cooper, C.L., Stich, J.F. (2019). The technostress trifecta – technoeustress, distress and the dark web of workplace stress. *Information Systems Journal*, 29(1).

O‘SMIRLIK DAVRIDA DINIY IDENTIFIKATSIYANING HISSIY- IRODAVIY SOHAGA TA‘SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Kamoldinov Anvarjon Ixvoljon o‘g‘li
NamDU Psixologiya kafedrasi
1-bosqich tayanch-doktoranti*

O‘smirlik davri ontogenezning eng faol bosqichlaridan biri bo‘lib, unda shaxsning shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiya jarayonlari jadallashadi. Yoshlar aynan shu davrda o‘z “men”ini izlaydi, qaysi ijtimoiy guruhga mansubligini va qanday qadriyatlarga amal qilishini belgilab olishga intiladi [5]. Bu bosqichda hissiy-irodaviy sohaning rivojlanishi markaziy ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlikda emotsional barqarorlik nisbatan zaif bo‘lib, iroda nazorati to‘liq shakllanmagan bo‘ladi. Masalan, ular darsdagi muvaffaqiyatsizlikni ortiqcha hissiy talqin qilishi yoki do‘stlari bilan kichik kelishmovchilikni jiddiy mojaro sifatida qabul qilishi mumkin. Shu bilan birga, aynan shu davrda oldingi peshona po‘stlog‘i (prefrontal korteks - insonning yuqori darajadagi aqliy va ijtimoiy faoliyatini boshqaruvchi miya qismidir.

U rejalashtirish, qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish, hissiy hissiy qo‘zg‘alishlarni nazorat qilish, e‘tibor va xotirani boshqarish, shuningdek, ijtimoiy xulq va emotsiyalarni muvozanatda ushlab muhim rol o‘ynaydi) faoliyatining jadallashuvi kuzatilib, bu emotsional boshqaruv va irodaviy qaror qabul qilish

jarayonlarini mustahkamlaydi [6]. Masalan, o'smir avvalgi bosqichlarda hissiy qo'zg'alishga berilib tezda jahli chiqsa, endi asta-sekin o'zini tuta olishni, sabr qilishni o'rganadi. Jismoniy faoliyat bilan shug'ullanayotgan o'smir mashg'ulotlarda muntazam qatnashish orqali o'zini intizomga o'rgatadi, diniy amaliyot bilan shug'ullanganida esa sabr va iroda kuchini mustahkamlaydi. O'smir shaxsining diniy identifikatsiyasi esa uning shaxsiy va ijtimoiy o'zini anglashida, emotsional barqarorligini ta'minlashda hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirishda muhim omil sifatida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, diniy qadriyatlar o'smirning hayotiy maqsadlarini shakllantirishga yordam beradi [8]. Masalan, hayotiy nuqtai nazardan qaraganda, diniy tarbiya olgan o'smir kelajakda halol kasb egasi bo'lishni, boshqalarga foydali inson bo'lishni o'z oldiga maqsad qilib qo'yishi mumkin. U ro'za, namoz, sadaqa kabi amaliyotlarda qatnashish orqali sabr, intizom va ma'suliyatni o'rganadi hamda bu fazilatlarni kelajak hayot rejalari bilan bog'laydi. Ilmiy tadqiqotlarda ham diniy identifikatsiya shaxsning uzoq muddatli maqsadlarini aniqlash va ularni amalga oshirishdagi qat'iyatni kuchaytirishi ta'kidlanadi (S.Smit, M.Denton, 2005). Tadqiqotlar ko'rsatishicha, diniy qadriyatlarga asoslangan hayotiy maqsadlar o'smirlarda yuqori motivatsiya, stressga chidamlilik va ijtimoiy mas'uliyat bilan chambarchas bog'liqdir. Shu sababli, o'smirlik davrida hissiy-irodaviy soha va diniy identifikatsiya o'rtasidagi o'zaro ta'sirni o'rganish nazariy va amaliy jihatdan dolzarb masaladir.

Hissiy-irodaviy soha shaxsning psixologik tizimida markaziy o'rin egallaydi. U insonning emotsional kechinmalari, motivatsiyasi, iroda kuchi va o'zini boshqarish qobiliyatini o'z ichiga olgan murakkab integrativ mexanizmdir [12]. Psixologik nazariyalarda ushbu soha shaxs faoliyatining tartibga soluvchi sifatida qaraladi, chunki u qaror qabul qilish, maqsad sari intilish va to'sqinliklarga bardosh berish jarayonlarini boshqaradi [14]. O'smirlik davrida hissiy-irodaviy sohaning ahamiyati yanada ortadi. Bir tomondan, emotsional barqarorlik hali etarlicha shakllanmaganligi sababli kayfiyat tez-tez o'zgarib turadi, hissiy qo'zg'alishivlik kuchli bo'ladi. Ikkinchi tomondan, iroda jarayonlari — qat'iyat, sabr, o'zini tuta bilish qobiliyati — faol rivojlanish bosqichiga kiradi [9]. Neyropsixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, aynan o'smirlik yillarida prefrontal korteks faoliyati jadallashadi, bu esa o'zini nazorat qilish, rejalashtirish va uzoq muddatli maqsadlarni belgilash imkoniyatini kengaytiradi. Hissiy-irodaviy sohaning etuklashuvi shaxsning ijtimoiylashuv jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. O'smirning ijtimoiy munosabatlarda o'zini tuta bilishi, konfliktlarni boshqarishi, hamdardlik va empatiya ko'rsatishi uning hissiy-irodaviy qobiliyatlari bilan chambarchas bog'liqdir [6]. Shu nuqtai nazardan, diniy identifikatsiya o'smirning hissiy-irodaviy rivojlanishini qo'llab-quvvatlovchi omil bo'lishi mumkin, chunki diniy qadriyatlar sabr, iroda, maqsadga sodiqlik va emotsional muvozanatni mustahkamlashga xizmat qiladi [7].

O'smirlik davrida diniy marosimlarni qabul qilish shaxsning emotsional, irodaviy

va ijtimoiy jihatdan shakllanishida muhim psixologik o'rin tutadi. Har bir muqaddas din o'zining an'analari va marosimlari orqali o'smirni ijtimoiylashtiradi, unga shaxsiy mas'uliyat, intizom, o'zini anglash va ijtimoiy mansublik hissini beradi.

Islom dini an'analarida namoz, ro'za va diniy bayramlarda qatnashish o'smir uchun ijtimoiy va shaxsiy mas'uliyatni shakllantiruvchi muhim tajriba hisoblanadi. Masalan, ro'za tutish jarayonida o'smir o'zining biologik ehtiyojlarini nazorat qilish, sabr-toqat ko'rsatish va irodasini mustahkamlash imkoniyatiga ega bo'ladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ritualistik intizomiy faoliyatlar (masalan, namoz yoki ro'za) prefrontal korteksning o'zini boshqarish bilan bog'liq funksiyalarini faollashtiradi va bu o'smirning ijtimoiy moslashuvchanligini oshiradi [5]. Bundan tashqari, diniy bayramlarda qatnashish o'smirni keng ijtimoiy guruh bilan birlashtirib, unga "men jamoaning bir qismiman" degan ijtimoiy identiklik hissini beradi.

Xristianlik dinida esa konfirmatsiya (tasdiqlash marosimi) yoki birinchi muqaddas kommuniya orqali o'smir diniy jamoaning to'laqonli a'zosi sifatida tan olinadi. Bu jarayon o'smir uchun "Men kimman?" degan identiklik inqiroziga javob izlashda muhim bosqichdir [6]. Masalan, katolik an'analarida birinchi muqaddas kommuniya marosimi o'smirlarga nafaqat diniy e'tiqodini mustahkamlash, balki jamoa tomonidan rasmiy qabul qilinganligini his etish imkonini beradi. Psixologik nuqtai nazardan, bunday marosimlar o'smirning o'zini baholashini oshiradi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hissini kuchaytiradi va ijtimoiy-psixologik moslashuvini engillashtiradi [8].

Yahudiylik dinida bar yoki bat-mitsva marosimi o'smirning diniy etuklik bosqichiga o'tganini bildiradi. Masalan, 13 yoshga to'lgan yahudiy o'smir o'zining diniy amallarni bajarishga mas'ul bo'lgan shaxs sifatida tan olinadi. Bu jarayon irodaviy mustaqillik, o'zini boshqarish va shaxsiy mas'uliyatni kuchaytiradi. Marosim o'smir uchun "endi men kattalar singari diniy va ijtimoiy majburiyatlarni bajarishga qodirman" degan o'zini anglash hissini uyg'otadi. Bu jarayon shaxsning ichki nazorat lokusini kuchaytirib, unga ijtimoiy hayotda faol ishtirok etish imkonini beradi [4].

Buddaviylik an'analarida esa o'smirlik davrida ibodat va meditatsiya amaliyotlarida qatnashish ichki xotirjamlik, emotsional muvozanat va o'zini nazorat qilish qobiliyatini shakllantiradi. Masalan, meditatsiya orqali o'smir o'z diqqatini jamlashni, hissiy hissiy qo'zg'alishlarini nazorat qilishni va stressli vaziyatlarga bardosh berishni o'rganadi. Neyropsixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, meditatsiya amaliyotlari o'smirning amigdala faolligini pasaytirib, prefrontal korteksni kuchaytiradi, bu esa stressga chidamlilik va irodaviy barqarorlikni oshiradi [13].

Shunday qilib, turli muqaddas dinlarda o'smirlik davrida qabul qilinadigan diniy marosimlar psixologik nuqtai nazardan umumiy xususiyatlarga ega: ular shaxsda identiklikni shakllantiradi, ijtimoiy birdamlik hissini kuchaytiradi, emotsional-irodaviy sohada intizom va sabr-toqatni rivojlantiradi hamda stressni boshqarishning ichki psixologik resurslarini taqdim etadi. Shu bilan birga, bu marosimlarning har biri madaniy va diniy kontekstga xos bo'lgan noyob funksiyalarga ega bo'lib, o'smirning

shaxsiy rivojlanish jarayonini chuqur boyitadi.

Diniy identifikatsiya o'smirlik davrida shaxsiy va ijtimoiy o'zlikni shakllantirishning muhim omillaridan biridir. U shaxsning "men" konsepsiyasi, ijtimoiy mansublik hissi va ma'naviy qadriyatlarga bo'lgan munosabatini belgilaydi [8]. Psixologik nuqtai nazardan, diniy identifikatsiya o'smirning emotsional barqarorligini qo'llab-quvvatlab, irodaviy kuchni mustahkamlaydi, motivatsiyani shakllantiradi va hayotiy maqsadlarni aniqlashga yordam beradi [5]. O'smirlikda diniy identifikatsiya nafaqat ichki kechinmalarni tartibga soladi, balki ijtimoiy jarayonlarda ham o'zini namoyon etadi. Diniy jamiyatga mansublik hissi o'smirning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytiradi, jamiyat tomonidan qabul qilingan me'yor va qadriyatlarga moslashuvini osonlashtiradi [8]. Bu jarayon shaxsning ijtimoiylashuv bosqichlaridan biri sifatida qaraladi va uning kelajakdagi ijtimoiy roli va o'zini anglash darajasini belgilaydi.

Madaniy nuqtai nazardan esa diniy identifikatsiya milliy va umuminsoniy qadriyatlarning uyg'unlashtiruvchi sifatida xizmat qiladi. Diniy qadriyatlar o'smirlarga ma'naviy tayanch bo'lib, ularni milliy madaniyat bilan uyg'unlashtiradi va jamiyatda ijtimoiy birdamlikni mustahkamlaydi [2]. Shuningdek, diniy identifikatsiya madaniy merosning davomiyligini ta'minlab, shaxsning tarixiy-madaniy o'zligini anglashiga hissa qo'shadi [10].

Shu bois, diniy identifikatsiyaning psixologik va madaniy ahamiyati o'smirlik davrida nafaqat shaxsning emotsional-irodaviy rivojlanishida, balki ijtimoiy uyg'unlashtiruvchi kuch va madaniy barqarorlik jarayonlarida ham muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2011). Empirically based psychology of Islam: Summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(2), 93–115.
2. Allport, G. W., & Ross, J. M. Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1967;5(4):432–443.
3. Berger, P. L. The sacred canopy: Elements of a sociological theory of religion. New York: Anchor Books; 1967.
4. Cohen-Malayev, M., Schachter, E. P., & Rich, Y. (2009). Teachers and the religious socialization of adolescents: The case of Jewish schools in Israel. *British Journal of Religious Education*, 31(3), 213–225.
5. Erikson, E. H. Identity: Youth and crisis. New York: Norton; 1968.
6. Giedd, J. N., Blumenthal, J., Jeffries, N. O., Castellanos, F. X., Liu, H., Zijdenbos, A., ... & Rapoport, J. L. Brain development during childhood and adolescence: A longitudinal MRI study. *Nature Neuroscience*. 1999;2(10):861–863.
7. Goleman, D. Emotional intelligence. New York: Bantam Books; 1995.
8. King, P. E., & Boyatzis, C. J. Religious and spiritual development. In: Lerner, R. M., ed. *Handbook of child psychology and developmental science*. Wiley; 2015. p.

975–1021.

9. Леонтьев, А. Н. (2005). Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Смысл

10. Smith, C., & Denton, M. L. Soul searching: The religious and spiritual lives of American teenagers. New York: Oxford University Press; 2005.

11. Steinberg, L. Adolescence. 10th ed. New York: McGraw-Hill; 2016.

12. Steinberg, L. Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence. Houghton Mifflin Harcourt; 2014.

13. Tang, Y. Y., Holzel, B. K., & Posner, M. I. (2015). The neuroscience of mindfulness meditation. Nature Reviews Neuroscience, 16(4), 213–225.

14. Рубинштейн, С. Л. (1989). Основы общей психологии. Москва: Педагогика.

**KASBIY FAOLIYAT JARAYONIDA O'QUVCHILARDA YUZAGA
KELADIGAN KASALLIKLAR VA ULARNI OLDINI OLISHDA
PEDAGOGIK TEXNIKALARNING O'RNI**

*Kamolova Azimaxon Odiljon qizi,
Namangan Davlat pedagogika instituti
Kreativ pedagogika va psixologiya
kafedrası o'qituvchisi (mustaqil izlanuvchisi)
azimjonodilovich5656@gmail.com*

Zamonaviy ilm-fan va amaliyot tomonidan o'qituvchining kasbiy va shaxsiy salomatligi muammosining rivojlanish holatini o'rganish, unga muvofiq ishtirok etuvchi o'qituvchilarning sog'lig'ini saqlaydigan ta'lim faoliyatining tuzilishi, funktsiyalari, xususiyatlari va mexanizmlarini tizimli ravishda ochib berish. malaka oshirish institutining o'quv jarayonida. Umumiy o'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalarida salomatlikni saqlovchi ta'lim jarayoni modelini ishlab chiqish hamda o'qituvchining kasbiy va shaxsiy salomatligi hamda sog'lig'ini saqlash kompetensiyasini oshirish mezonlari, darajalari va samaradorlik ko'rsatkichlarini asoslash bundan tashqari ta'lim muassasalari pedagog kadrlarining kasbiy va shaxsiy salomatligi va sog'lig'ini saqlash kompetensiyasini mustahkamlash bo'yicha chora-tadbirlar tizimini o'zlashtirish bo'yicha ilmiy asoslangan uslubiy tavsiyalar ishlab chiqish.

Ilmiy tadqiqot amaliyoti shuni ko'rsatadiki, bu sohada turli xil **qarama-qarshiliklar** ko'p ekanligini ko'rishimiz mumkin.

Ular orasida quyudagi soxalarga alohida etibor qaratamiz:

– zamonaviy pedagogning kasbiy va shaxsiy sog'lig'ini saqlash va rivojlantirish zarurati va mavjud nazariy, uslubiy va texnologik asoslar tizimi malaka oshirish jarayonida uni qondirishga imkon bermaydi;

– ta'limni modernizatsiya qilish vazifalarini, pedagogning kasbiy va shaxsiy salomatligini saqlash va rivojlantirish sohasida Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim olayotgan bo'lajak mutaxasislarning malakasini oshirish va qayta tayyorlash tizimidagi kamchiliklar hamda ularning etarli darajada rivojlanmaganligini hisobga olgan holda takomillashtirish zarurati, buning uchun tegishli texnologiyalarni ishlab chiqish;

– pedagoglarda salomatlikni muhofaza qilish xulq-atvori, sog'lom turmush tarzi ko'nikmalari va an'anaviy yondashuvlar, pedagogik kadrlar tayyorlashda o'rnatilgan stereotiplarga bo'lgan motivatsiyani shakllantirish va rivojlantirish yo'nalishida oliy ta'lim muassasalari pedagog kadrlarining malakasini oshirish jarayoni uchun muhim didaktik imkoniyatlar va boshqalar.

Bularning barchasi konstruktiv echimlarni faol izlash zarurligini aniqladi. Qidiruv ikki yo'nalishda olib borildi: birinchidan, o'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalarida o'qituvchilar salomatligini saqlash va mustahkamlash shart-sharoitlarini o'rganish yo'nalishida, ikkinchidan, ta'lim-tarbiya jarayonining o'quv jarayonining rivojlanishiga hissa qo'shadigan xususiyatlarini aniqlash. o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy sog'lig'ini yaxshilash, bu sog'liqni saqlash motivatsiyasining yuqori darajasi, maksimal samaradorlik va yaxshi sog'liq, shuningdek, salomatlikni saqlash bo'yicha kompetentsiyaning yuqori darajasi bilan tavsiflanadi.

Tadqiqotlar va kuzatuvlar natijasida quyidagi natijalarga erishildi:

– o'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalarining o'quv jarayonida o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy salomatligini mustahkamlashning didaktik tamoyillari belgilandi va shakllantirildi;

– o'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalarida malaka oshirish jarayonida o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy salomatligini mustahkamlashning didaktik modeli ishlab chiqildi va sinovdan o'tkazildi, jumladan, sog'liqni saqlashni tejaydigan texnologiyalarni tashkil etish va joriy etish shartlarini o'z ichiga olgan ma'lumotlar majmuasi. o'quvchilarning o'zini o'zi kuzatish uchun diagnostika usullari;

– o'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalari uchun sog'liqni saqlashni tejaydigan texnologiyalar tizimi ishlab chiqildi, shu jumladan o'qituvchining kasbiy va shaxsiy salomatligini, uning sog'lig'ini saqlash kompetensiyasini: diagnostik, psixologik-pedagogik, jismoniy, jismoniy va malakali malakasini oshirishga qaratilgan texnologiyalar va usullarning beshta guruhi. ta'lim va sog'liqni saqlash, axborot va o'quv, uslubiy va texnologik;

– pedagogning kasbiy va shaxsiy salomatligini mustahkamlash, uning sog'lig'ini saqlash kompetensiyasini rivojlantirish maqsadida malaka oshirish va qayta tayyorlash jarayonini amaliy o'zgartirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

Bizning fikrimizcha, salomatlik pedagogikasi – bu, sog'liqni saqlash madaniyatining ustuvorligini e'lon qiladigan va sog'liqni saqlash pedagogikasi tamoyillari asosida ta'limni tashkil etishda uning rivojlanishini texnologik jihatdan ta'minlaydigan ta'lim tizimi:

1. Konseptual tamoyillar;
 - salomatlikni jismoniy, psixo-ijtimoiy va ma'naviy-axloqiy tarkibiy qismlardan tashkil topgan tizim sifatida tushunish tamoyili;
 - uzluksizlik va uzluksizlik tamoyili;
2. Xavfsizlik tamoyillari
 - zarar bermaslik printsiplari: o'quv jarayoniga faqat xavfsizlik bo'yicha sinovdan o'tgan pedagogik dasturlar, texnologiyalar, usullar va usullarni joriy etish (o'quvchilarning sog'lig'i ko'rsatkichlarini yomonlashtirmaslik);
 - himoya va o'qitish (bolaning moslashish qobiliyatini oshirish) o'qitish strategiyalarini birlashtirish printsiplari;
 - o'qitish mazmuni va tashkil etilishining o'quvchilarning yoshiga bog'liq psixofiziologik va individual-shaxsiy xususiyatlariga muvofiqligi printsiplari.
3. Motivatsiya tamoyillari: muvaffaqiyat vaziyatlarini yaratish, rag'batlantiruvchi baholash, vazifalarni erkin tanlash, jonli vizual va majoziy tasvirlarni tashkil qilish, salomatlik madaniyatini yaratishda metaforalardan foydalanish;
4. Ijodiy faoliyat tamoyillari: Talabalarning psixofiziologik xususiyatlariga qarab o'quv faoliyatining uslublari va usullarini tanlashda xilma-xillik va ijodkorlik printsiplari («eshitish», «vizual» yoki «kinestetik», chap yoki o'ng yarim shar, «sprinter» yoki «Stayer», kuchli yoki zaif tip) yuqori asabiy faollik, turli xil qo'zg'alish nisbati va neyropsik jarayonlarni inhibe qilish va boshqalar);
5. Kompetentsiya, samaradorlik tamoyillari: o'qituvchining psixologik-pedagogik kompetentsiya tamoyili;
6. Salomatlikni saqlash munosabatlarining tamoyillari: Talabalar bilan sub'ekt-sub'ekt munosabatlari printsiplari («bilim idishini» to'ldirmang, balki individual yondashuvdan foydalangan holda sharoitlar yarating, motivatsiyani rivojlantirishga yordam bering);

«Tabassum hayotni insoniylashtiradi, unda yorug'lik olib keladi. Maktab tabassumi – o'qituvchi. Ustozning tabassumi uning yuragidir!» (S.A.Amonashvili).

Bizning tadqiqotimizning nazariy va empirik ma'lumotlarining boshqa mualliflar tomonidan olingan natijalardan farqi shundaki, birinchi marta o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy salomatligini yaxshilash bo'yicha yo'nalishlar, yondashuvlar, tamoyillar va texnologiyalar majmuasi malaka oshirish tizimida ishlab chiqilgan. aniqlangan. O'rta ta'limdan keyingi ta'lim muassasalarida o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy salomatligini yaxshilash modelini joriy etish o'qituvchining ichki resurslarini va uning sog'lig'ini saqlash kompetensiyasini rivojlantirishga yordam beradi, bu esa umumiy ta'lim sifatini oshirishni ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Azizxo'jaeva, N.N. (2006). *Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat asoslari*. – Toshkent: O'qituvchi.

2. Gippenreyter, Yu.B. (2005). *Obshchatsya s rebenkom. Kak?* – Moskva: CheRo.
3. Saydahmedova, N. (2008). *Pedagogik diagnostika*. – Toshkent: TDPU nashriyoti.
4. Zamkova, M.A. (2018). “Profilaktika psikhicheskogo pereutomleniya u shkolnikov v uchebnom protsesse”. // *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya*, №3, 45–49-betlar.
5. World Health Organization (WHO). (2018). *Health promoting schools: experiences from the WHO regions*. – Geneva: WHO Press.
6. Montessori, M. (1997). *Il Metodo della Pedagogia Scientifica applicato all'educazione infantile nelle Case dei Bambini*. – Roma: Opera Nazionale Montessori.
7. Abduqodirov, A. A. O. G. L., & Kamolova, A. O. Q. (2025). Muzeylarning inson ongiga ta’siri va ijtimoiy roli. *Science and Education*, 6(3), 191-194.
8. Азимаксон, К. (2025). Профессиональное здоровье учителей как ключевой фактор развития современного образования. *Европейский международный журнал педагогики*, 5 (01), 121-124.
9. Ahmadjonova, D., & Kamolova, A. O. Q. (2025). Neyrografika mashg ‘ulotlari orqali ongosti muammolarini echish va maqsadga erishish usullari tadqiq etish. *Science and Education*, 6(3), 355-360.
10. Aliqulov, S. D. O. G. L., & Kamolova, A. O. (2025). Talabalar salomatligini saqlashda pedagogik faoliyatning ahamiyati. *Science and Education*, 6(2), 313-319.
11. G‘oipova, N. B. Q. va Uraimjonova, Z. I. Q. (2025). Nutqning kelib chiqish sabablari. *Fan va ta’lim*, 6 (5), 387-392.
12. G‘oipova, N. B. Q. (2025). Bolalar nutqi ustida ishlashda olib boriladigan logoritmik mashg‘ulot 'ziga xosligi. *Fan va ta’lim*, 6 (2), 306-312.

O‘SMIRLARDA TANQIDIY FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Kamolova Sabrina,

Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

Zamonaviy ta’lim jarayonida o’smirlarning intellektual salohiyatini har tomonlama rivojlantirish dolzarb pedagogik va psixologik vazifa sifatida qaralmoqda. Bu jarayonda ayniqsa tanqidiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish alohida ahamiyat kasb etadi, chunki u shaxsning mustaqil qaror qabul qilish, mavjud voqelikni ob’ektiv tahlil etish va muqobil echimlarni topishga yo’naltirilgan intellektual faoliyatidir. Tanqidiy fikrlash – bu, nafaqat mantiqiy tafakkurning yuqori darajasi, balki ijtimoiy ongning etuk ko‘rinishi sifatida ham namoyon bo‘ladi.

O’smirlik davri psixologiyada shaxsiy o‘zgarishlar eng intensiv kechadigan bosqich sifatida tasvirlanadi. Bu davrda tafakkur jarayonlari, emotsional tajribalar va

ijtimoiy munosabatlar tez sur'atlarda rivojlanib, o'smirning dunyoqarashi shakllanadi. Shu sababli tanqidiy fikrlashni rivojlantirish jarayonida psixologik determinantlarni aniqlash muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi. Determinantlar sifatida intellektual faoliyat xususiyatlari, shaxsiy motivatsiya, emotsional barqarorlik, kommunikativ kompetensiya va ijtimoiy muhit omillari ko'rsatib o'tiladi.

O'smirlarda tanqidiy fikrlashning shakllanishiga nafaqat kognitiv jarayonlar, balki shaxsiy ehtiyojlar, qadriyatlar tizimi hamda ijtimoiy o'zaro ta'sirlar ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Masalan, ijtimoiy muloqotda o'z fikrini asoslay olish, boshqacha qarashlarni qabul qilish, bahs-munozaralarda ishtirok etish jarayonlari tanqidiy tafakkurni rag'batlantiruvchi omillardan biridir. Shuningdek, o'smirlarning mustaqil o'qish, ma'lumotlarni solishtirish va tahlil qilishga bo'lgan moyilligi ham bu jarayonning tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi.

O'smirlik davrida tanqidiy fikrlashni shakllantirish masalasi ko'plab olimlar tomonidan turli nuqtai nazarlardan tadqiq etilgan. Ilmiy adabiyotlarda tanqidiy fikrlash atamasi ongli, dalillarga asoslangan va mantiqiy mulohaza yuritishga qaratilgan intellektual faoliyat sifatida izohlanadi. Tanqidiy fikrlash shaxsning atrof-muhitni ob'ektiv baholash, muammoli vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish va turli alternatalarni solishtirish imkonini beruvchi jarayon hisoblanadi. Fasione boshchiligida olib borilgan keng qamrovli ilmiy loyihalarda tanqidiy fikrlash interpretatsiya, tahlil, baholash, xulosa chiqarish va mulohazalarni asoslash kabi tarkibiy qismlardan iborat ekanligi ko'rsatilgan. Bu yondashuv tanqidiy tafakkurni nafaqat aqliy ko'nikmalar, balki ma'lum xulqiy dispozitsiyalar bilan ham bog'liq holda talqin qiladi.

Ennis tanqidiy fikrlashni shaxsiy sifatlar bilan bevosita aloqador deb biladi. Uning fikricha, ochiq fikrlilik, dalilga sodiqlik, shoshilinch xulosaga kelmaslik va muqobil qarashlarni qabul qilish qobiliyati tanqidiy fikrlashning asosi hisoblanadi. Bu sifatlar o'smirlarda tanqidiy tafakkurning barqaror rivojlanishini ta'minlovchi determinantlar sifatida ta'kidlanadi. Shuningdek, Dayer va hamkorlari tanqidiy fikrlashni metakognitiv jarayonlar bilan chambarchas bog'lab, bilim, mantiqiy ko'nikma, shaxsiy dispozitsiya va refleksiyaning yagona tizim sifatida tushuntirishgan. Bu konsepsiya o'smirlarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirishda nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Piajening kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlik bosqichida formal operatsion tafakkur shakllanib, abstrakt va gipotezaga asoslangan fikrlash imkoniyati kuchayadi. Bu esa tanqidiy fikrlash uchun kognitiv poydevor yaratadi. Biroq ilmiy tadqiqotlarda barcha o'smirlar bir xil darajada va bir xil sohalarda bu bosqichga erisha olmasligi qayd etiladi. Neyropsixologik izlanishlar ham ushbu jarayonni tasdiqlaydi. O'smirlik davrida miya oldi qobig'ining rivojlanishi ijro funksiyalarini, ya'ni rejalashtirish, nazorat qilish, qaror qabul qilish kabi jarayonlarni takomillashtiradi. Shu bilan birga, emotsional jarayonlarga mas'ul bo'lgan tizimlarning tezkor rivojlanishi

o'smirlarning impulsiv xatti-harakatlariga sabab bo'ladi. Shu bois tanqidiy fikrlash ko'pincha emotsional barqarorlik bilan uyg'unlashgan holda rivojlanadi.

Metakognitiv nazariyalar ham o'smirlik davrida tanqidiy fikrlashni izohlashda muhim o'rin tutadi. Kuhn tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda o'smirlarning bilim manbai, dalil va qaror o'rtasidagi bog'liqlik, ishonchlilik mezonlari haqidagi epistemik qarashlari ularning mulohazalarini sifat jihatdan o'zgartirishi ta'kidlangan. Metakognitiv ko'nikmalarining rivojlanishi esa o'z fikrlashini kuzatish va strategiyalarni ongli boshqarish imkonini beradi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, metakognitiv yondashuvlar tanqidiy fikrlashning eng muhim psixologik determinantlaridan biri sifatida qoraladi.

O'smirlarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirishda ijtimoiy muhit ham hal qiluvchi ahamiyatga ega. Vigotskiy nazariyasiga ko'ra, yuqori darajadagi psixik funksiyalar ijtimoiy vositachilik orqali shakllanadi. O'qituvchi va tengdoshlar tomonidan beriladigan qo'llab-quvvatlash, bahs-munozara jarayonida ishtirok etish o'smirlarning fikrlash doirasini kengaytiradi. Xususan, argumentatsion mashg'ulotlar dalillarni asoslash, qarshi nuqtai nazarlarni tan olish va muammoga turlicha yondashishni shakllantiradi. Shu bois ko'plab ilmiy tadqiqotlarda bahs-munozara asosida tashkil qilingan darslar o'quvchilarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini ancha kuchaytirishi qayd etilgan.

Shuningdek, zamonaviy raqamli axborot muhiti ham o'smirlarning tanqidiy tafakkuriga ta'sir etuvchi omillardan biridir. Internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali katta hajmdagi turli-tuman axborot oqimi o'smirlardan manbalarni tekshirish, ishonchlilikni baholash va manipulyativ axborotga qarshi immunitet hosil qilishni talab qiladi. Shu munosabat bilan media savodxonlik dasturlari o'quvchilarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning samarali vositasi sifatida qo'llanilmoqda.

O'smirlarning tanqidiy fikrlash darajasini baholash bo'yicha ham ko'plab tadqiqotlar amalga oshirilgan. Galperin tomonidan ishlab chiqilgan maxsus test tizimi o'quvchilarning dalillarni tahlil qilish, ehtimollikni baholash, muammolarni hal qilish, gipotezalarni tekshirish kabi ko'nikmalarini real hayotiy vaziyatlarga asoslangan topshiriqlar orqali o'lchash imkonini beradi. Ushbu yondashuv tanqidiy fikrlashni nazariy emas, balki amaliy kontekstda aniqlashni ta'minlaydi.

Meta-tahlillar shuni ko'rsatadiki, tanqidiy fikrlashni o'qitish turli yosh bosqichlarida ijobiy natijalar beradi. Eng samarali usullar sifatida aniq o'qitish, ya'ni tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini bevosita tushuntirish, ularni o'quv fanlari bilan integratsiyalash, mashq va qayta aloqa tizimidan foydalanish ta'kidlanadi. Eksperimental tadqiqotlarda ham shunday yondashuvlar o'quvchilarning tarafkashlikka berilish darajasini kamaytirib, dalillarga asoslangan qaror qabul qilish sifatini oshirishga yordam bergani kuzatilgan.

O'smirlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik determinantlari mavzusida olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, ushbu jarayon ko'plab

ichki va tashqi omillar ta’sirida shakllanadi hamda o‘zaro murakkab bog‘lanishga ega. Muhokama jarayonida birinchi navbatda ta’kidlash joizki, tanqidiy fikrlashni shakllantirish kognitiv rivojlanishning tabiiy bosqichlari bilan chambarchas bog‘liqdir. O‘smirlik davrida tafakkurning formal-operatsion bosqichga o‘tishi, abstrakt tushunchalarni idrok etish va mantiqiy xulosalar chiqarish qobiliyatining kuchayishi ushbu sifatning asosi bo‘lib xizmat qiladi. Shu jihatdan qaraganda, kognitiv imkoniyatlar tanqidiy fikrlashning tabiiy tayanchi sifatida qaraladi.

Biroq faqat kognitiv o‘shining o‘zi kifoya qilmaydi, chunki tanqidiy fikrlashning rivojlanishi metakognitiv ko‘nikmalar bilan ham bevosita bog‘liq. O‘z fikr jarayonlarini nazorat qila olish, qarashlarini qayta tahlil etish va muammoga yangi nuqtai nazardan yondashish o‘smirlarda chuqur fikrlashni shakllantiradi. Muhokama nuqtai nazaridan qaraganda, metakognitiv kompetensiyalarni shakllantirish o‘quv jarayonida maxsus mashqlar, refleksiya va o‘z-o‘zini baholash usullari orqali amalga oshirilishi lozim.

Shaxsiy sifatlar ham muhim determinantlardan biri hisoblanadi. Ochiq fikrlilik, dalillarga sodiqlik, sabr-toqat bilan fikr yuritish va muqobil qarashlarni qabul qila olish tanqidiy tafakkurga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Muhokamada qayd etish lozimki, bunday sifatlar ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya va ta’lim jarayonida qo‘llaniladigan metodlarga qarab turlicha shakllanishi mumkin. Demak, shaxsiy dispozitsiyalar tanqidiy fikrlash jarayonida mustahkamlovchi yoki aksincha, cheklovchi omil bo‘lishi ehtimoldan xoli emas.

Shuningdek, emotsional barqarorlik ham o‘smirlar tafakkuriga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatadi. Muhokama qilinayotgan masalada shuni aytish kerakki, emotsional muvozanatni saqlay olgan o‘quvchi bahsli vaziyatlarda xotirjamlikni yo‘qotmaydi, dalillarni tahlil qilishda ob’ektivlikni saqlab qoladi. Aks holda, hissiyotlar ustunlik qilib, tanqidiy fikrlash jarayoni zaiflashishi mumkin. Shuning uchun ta’limda emotsional intellektni rivojlantirish mashg‘ulotlari ham zaruriy hisoblanadi.

Ijtimoiy muhitning o‘rni ham alohida e’tiborga loyiq. Guruhli faoliyat, bahs-munozaralar, tengdoshlar bilan hamkorlik o‘smirlarda o‘z fikrini himoya qilish, qarama-qarshi nuqtai nazarlarni baholash va konstruktiv dialog yuritish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Muhokama nuqtai nazaridan qaraganda, ijtimoiy omillar tanqidiy fikrlashni faollashtiruvchi muhit yaratishi bilan birga, ba’zi hollarda konformizmni kuchaytirib, mustaqil fikrlashni susaytirishi ham mumkin.

Determinant	Psixologik mazmuni	Pedagogik yondashuvlar
Kognitiv rivojlanish	O‘smirlik davrida formal operatsion tafakkur shakllanishi, abstrakt va mantiqiy mulohaza yuritish imkoniyatining kuchayishi	Muammoli vaziyatlarni echish, gipoteza asosida topshiriqlar berish, mantiqiy masalalar bilan ishlash
Metakognitiv ko‘nikmalar	O‘z fikrlash jarayonini kuzatish, strategiyalarni tanlash va	O‘z-o‘zini nazorat topshiriqlari, refleksiya

	nazorat qilish qobiliyati	kundaliklari, “fikrlash haqida fikrlash” mashg‘ulotlari
Shaxsiy dispozitsiyalar	Ochiq fikrlilik, dalil izlash, alternativlarni qabul qilish, shoshqaloqlikdan tiyilish	Bahs-munozara, qarama-qarshi fikrlarni solishtirish, dalillarga asoslangan fikr yozish mashqlari
Emotsional barqarorlik	Qaror qabul qilishda sabr-toqatli bo‘lish, stressli vaziyatlarda tahliliy yondashuvni saqlash	Emotsional intellekt mashg‘ulotlari, konflikt vaziyatlarini tahlil qilish, rolda o‘ynash usuli
Ijtimoiy muhit	Tengdoshlar bilan muloqot, bahsda dalillarni himoya qilish, qarshi fikrlarni qabul qilish	Guruhli ishlash, “debat” mashg‘ulotlari, loyiha asosida hamkorlik
Media savodxonlik	Raqamli muhitda manbalarni tekshirish, noto‘g‘ri axborotdan himoyalaniq qobiliyati	Internet manbalarini tahlil qilish, “soxta yangilikni top” mashqlari, axborot filtrlash darslari
Pedagogik metodika	O‘quv jarayonining to‘g‘ri tashkil etilishi, tanqidiy fikrlashni qo‘llab-quvvatlovchi usullar	Muammoli ta‘lim, loyiha metodi, “savol-javob” strategiyasi, reflektiv suhbatlar

Yuqorida keltirilgan jadval o‘smirlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik determinantlarini tizimli ravishda ko‘rsatib beradi. Birinchi determinant sifatida kognitiv rivojlanish alohida ahamiyatga ega. Chunki o‘smirlik davrida shaxs tafakkuri formal operatsion bosqichga kiradi va u mantiqiy mulohaza yuritish, abstrakt tushunchalarni tahlil qilish, gipotezalarni sinovdan o‘tkazish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Shu jarayonlarda pedagog tomonidan muammoli vaziyatlar yaratish, mantiqiy masalalarni echish va turli variantlarni solishtirish topshiriqlari berilishi o‘quvchilarda tanqidiy fikrlashni kuchaytiradi.

Ikkinchi determinant sifatida metakognitiv ko‘nikmalar muhim rol o‘ynaydi. Metakognitsiya insonning o‘z fikrlash jarayonini kuzatish, nazorat qilish va zarurat tug‘ilganda yangi strategiyalarni tanlash qobiliyatini anglatadi. O‘smirlar bu davrda o‘z fikrini baholash, qarashlarini qayta ko‘rib chiqish va muammoni turli yo‘llar bilan hal qilishni o‘rganadilar. Pedagogik yondashuv sifatida o‘z-o‘zini nazorat qilish topshiriqlari, kundalik yozish, reflektiv suhbatlar tashkil etish tanqidiy fikrlashni chuqurlashtiradi.

Shaxsiy dispozitsiyalar ham muhim determinantlardan biridir. O‘smirlarda ochiq fikrlilik, dalillarga sodiqlik, alternativlarni qabul qilish, shoshqaloq xulosadan tiyilish kabi sifatlar shakllana boshlaydi. Bu jarayonda o‘quvchilarning turli fikrlarni solishtirishi, bahs va munozaralarda qatnashishi, dalillarga asoslangan yozma yoki og‘zaki fikr bildirish mashqlari ularning tanqidiy tafakkurini mustahkamlaydi.

Emotsional barqarorlik ham o'smirlarning tanqidiy fikrlash qobiliyatiga ta'sir etuvchi muhim omil hisoblanadi. O'smirlar stressli vaziyatlarda yoki qarama-qarshi fikrlar oldida tez ta'sirchan bo'lishlari mumkin. Agar emotsional nazoratni o'rganishsa, ular tahliliy fikrlashni saqlab qoladilar. Shu bois o'qituvchi emotsional intellekt mashg'ulotlari, konflikt vaziyatlarini tahlil qilish, rolda o'ynash usullari orqali o'quvchilarda bunday ko'nikmalarni rivojlantirishi zarur.

Ijtimoiy muhit determinant sifatida o'smirlarning tanqidiy tafakkurini sezilarli darajada shakllantiradi. Tengdoshlar bilan muloqot, guruhli ishlash, bahs va debatlarida qatnashish o'quvchilarda dalillarni himoya qilish, qarshi nuqtai nazarlarni qabul qilish va konstruktiv dialog yuritish qobiliyatini rivojlantiradi. Shu tarzda ijtimoiy muhit tanqidiy fikrlashning kuchli rag'batlantiruvchisiga aylanadi.

Zamonaviy sharoitda media savodxonlik ham tanqidiy fikrlash determinantlaridan biridir. O'smirlar internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali turli xil axborotlarni qabul qiladilar. Bu axborotlarning to'g'riligi va ishonchliligini tekshira olish, yolg'on yoki manipulyativ xabarlarini farqlash ko'nikmasi ularda tanqidiy tafakkurni rivojlantiradi. Shu maqsadda ta'lim jarayonida "soxta yangilikni topish", manbalarni tekshirish va axborotni filtrlash mashqlari samarali hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Facione, P. A. (1990). Critical Thinking: A Statement of Expert Consensus for Purposes of Educational Assessment and Instruction. The Delphi Report. Millbrae, CA: California Academic Press.
2. Facione, P. A. (2011). Critical Thinking: What It Is and Why It Counts. Insight Assessment.
3. Ennis, R. H. (1985). A logical basis for measuring critical thinking skills. Educational Leadership, 43(2), 44–48.
4. Ennis, R. H. (1996). Critical Thinking. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall 320 p.
5. Дайер А., Халперн Д. и Пол Р. (2000). Критическое мышление в рамках учебной программы: краткое издание "Мысли и знания". Махва, Нью-Джерси: Ассоциация Лоуренса Эрлбаума 220 с..
6. Пиаже Дж. (1972). Психология ребенка. Нью-Йорк: Основные книги.
7. Пиаже Дж. (1977). Развитие мышления: уравнивание когнитивных структур. Нью-Йорк: издательство "Викинг Пресс" 292 с.

BOLANING MAKTAB TA'LIMIGA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI

*Karatayeva Luiza Uktamovna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Maktab ta'limiga psixologik tayyorgarlik deganda, bolaning ob'ektiv va sub'ektiv jihatdan munosibligi, bilish jarayonlari bilan shaxs xususiyatlarining o'zaro mutanosibligi nazarda tutiladi. O'quvchi maktab ta'limiga keng ma'noda psixologik jihatdan ob'ektiv tayyor bo'ladi. Binobarin, uning psixikasi bilim olishga etarli darajada taraqqiyot bosqichiga erishadi. Ushbu yoshdagi bola o'z idrokining o'tkirligi, ravshanligi, sofligi, aniqligi, uning qiziquvchanligi, dilkashligi, xayrixohligi, ishonuvchanligi, xayolining yorqinligi, xotirasining kuchliligi bilan boshqa yoshdagi o'quvchilardan (jumladan, o'smirlardan) ajralib turadi.

Maktab ta'limiga tayyorlik ko'rayotgan bolada diqqat nisbatan uzoq muddatli va shartli ravishda barqaror ko'rinishga ega, deb hisoblash mumkin. Diqqatning xususiyatlari (taqsimlanishi, ko'chishi, kuchi, barqarorligi, bo'linishi, tebranishi va boshqalar) uning roli va syujetli o'yin faoliyatlarida, rasm chizish va ko'rish, yasash mashg'ulotlarida, loy hamda plastilindan narsa yasashda, katta yoshdagilar va tengqurlari nutqini idrok qilish va tushunishda, matematik amallarni bajarishda, hikoya tinglash hamda shaxsan o'zi ham tuzishda bevosita namoyon bo'ladi. Bu davrga kelib, bola o'z diqqatini muayyan ob'ektga, narsa va hodisalarga yo'naltirishga, to'plashda va uni mustahkamlashda hamda taqsimlashda ma'lum darajada ko'nikmani egallagan bo'lib, o'z diqqatini boshqarish, zarur paytda, uni shaxsan tashkil qilishga intiladi. Uning xotirasi kiziqarli ajoyibotlarga, g'aroyibotlarga boy, voyaga etgan kishini taajjubga soladigan ma'lumotlar va hodisalarni puxta esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish imkoniyatiga egadir. Shu davrgacha bevosita kattalar rahbarligida u yoki bu axborotlarni egallab kelgan bo'lsa, endi u o'z xohish irodasi bilan, muayyan motivatsiyaga asoslangan holda zarur ma'lumotlar olishga, o'z oldiga yaqqol maqsad va aniq vazifa qo'yishga harakat qiladi.

Bolaning muayyan taraqqiyot darajasiga erishganligini uning xotirasi faolligi namoyish qiladi. U o'zining uncha boy bo'lmagan shaxsiy tajribasiga asoslanib, she'r, xikoya, ertaklarni esda qoldirish uchun ularning takrorlanganligi, yod olishning qulay yo'l va usullaridan foydalanganligi ta'lim jarayonida unga juda qo'l keladi. Demak, u o'qish, idrok qilish, o'zlashtirish texnikasi bilan yaqindan tanishishga erishadi.

Yuqorida yuritilgan mulohazalarga asoslangan holda shunday xulosaga kelish mumkinki, bolalarning psixologik tayyorgarlik darajasi ta'limni muvaffaqiyatli uddalash, amalga oshirish uchun mutlaqo kafolat bera oladi. Bu o'rinda uning shaxsiy xususiyatlari shakllanganligi yuzasidan ham ma'lumot berish maqsadga muvofiqdir. Bolada shaxsning bir qator fazilatlari va xususiyatlari yaqqol ko'zga tashlanadi;

qat'iylik, nisbiy mustaqillik, o'z oldiga maqsad qo'ya olishlik, xulq-atvorni ijtimoiy jamoatchilik nuqtai-nazardan baholashga intilishlik, ahd-paymonga sodiqdik, kattalarni hurmat qilishlik, va'daga vafo qilishlik, burch va javobgarlik hislari kabilar.

Shuning bilan birga maktab ta'limiga tayyorgarlik ko'rayotgan bola o'z his-tuyg'usi va ichki kechinmalarini boshqarish uquviga egadir, hatto u o'z-o'ziga, o'z qilmishlari, nojo'ya xatti-harakatlari, o'rinsiz luqma tashlaganligi, ixtiyorsiz o'shshayganligi uchun baholi qudrat o'z munosabatini bildirishi mumkin. Ta'kidlab o'tilgan barcha mulohazalar, sharhlar, tavsiflar maktab ta'limiga psixologik tayyorlikning asosiy omillari, shuningdek, eng muhim shart-sharoitlari bo'lib hisoblanadi.

Olti yoshli bolaning ta'limga psixologik tayyorgarligi to'g'risida fikr yuritganimizda, biz muayyan reja asosida tartibli, ko'p qirrali, maqsadga yo'naltirilgan, o'zaro bog'liq va mantiqiy ketma-ketlikka ega bo'lgan boshlang'ich ta'lim uchun zamin vazifasini o'tuvchi ruhiy taraqqiyotning zarur ko'rsatkichi va darajasini nazarda tutamiz. Bu borada yana shu narsani qo'shimcha qilish o'rinli, ta'lim uchun ruhiy taraqqiyot darajasidan tashqari, bolaning turmush sharoiti va faoliyati tafovutlari o'ziga xosligi uning sihat-salomatligi, metodik jihatdan tayyorgarligi, sodda ko'nikmalarni egallaganligi kabi omillarni hisobga olish maqsadga muvofiq. Bildirilgan mulohazalarning barchasi bolaning maktab ta'limiga psixologik jihatdan tayyorgarligining ob'ektiv tomonlarini o'zida aks ettiradi, xolos.

Biroq bolaning maktab ta'limiga psixologik jihatdan tayyorlikning sub'ektiv tomoni ham mavjuddir. Bola maktabda o'qish xohishi, intilishi, predmetlarga qiziqishi, ishtiyoqi katta yoshdagi odamlar bilan muloqotga kirishishning istagi mazkur tayyorlik bilan uzviy bog'liqdir.

Unda bu davrga kelib o'qish, bilim olish yuzasidan turli tasavvurlar shakllanadi. Shuning uchun u maktab jamoasining barcha a'zolarining mas'uliyatli vazifalarini e'tirof etadi va ularga itoatkorlik tuyg'usi, ularning ko'rsatmalarini bajarishga moyillik tug'iladi. Lekin bolalarning barchasi bu narsaga bir tekis munosabatda bo'ladi, deb bo'lmaydi, shu boisdan ular o'rtasida individual farq vujudga keladi.

Ba'zi bir bolalar maktabga vujudi bilan talpinadilar, go'yoki qush kabi uchishga tayyordirlar, o'qish boshlanishiga qancha vaqt qolganligini sabrsizlik bilan sanaydilar, o'quv ashyolarini oldinroq taxt qilib qo'yishga kattalarni da'vat etadilar (o'quvchilik formasini kiyishni, sumkani elkasiga osishni yoqtiradilar). Boshqa bir toifadagi bolalar esa bu to'g'rida ehtiyotkorlik va vazminlik bilan munosabatda bo'ladilar.

Biroq bu toifadagilarda shijoat, faollik, kuyunchaklik bilan intilish etishmaganga o'xshab ketadi. Uchinchi bir turkumga, guruhga taalluqli o'quvchilar bo'lsa, maktabdan qat'iy ravishda voz kechish darajasigacha borib etadilar.

O'qishga nisbatan bunday salbiy munosabat kattalarning (jazo berish, majbur qilish, erkinlikni yo'qotish kabilar bilan) qo'rqitishlari oqibatida vujudga keladi. Masalan: "Maktabga borsang, ta'ziringni eysan", "Qilt etsang - kaltak eysan", "Dars

tayyorlayverib, tinkang quriydi" va boshqalar.

Kognitiv tayyorgarlik bolaning maktabda o'qish uchun zarur bo'lgan bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishini anglatadi. Bu jihatdan quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

Asosiy bilimlar: Bolalar maktabga kirishdan oldin alifbo, raqamlar, ranglar va shakllar kabi asosiy bilimlarga ega bo'lishi kerak. Bu bilimlar bolaning maktabda o'qish jarayonini osonlashtiradi. Mantiqiy fikrlash: Bolalar mantiqiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirishlari kerak. Masalan, ular ob'ektlarni tasniflash, ularni o'lchamiga qarab taqqoslash kabi ko'nikmalarga ega bo'lishlari kerak. Diqqat va xotira: Bolalarning diqqatini jamlash va xotirasini rivojlantirish maktabda muvaffaqiyatli o'qish uchun muhim hisoblanadi. Masalan, ular qisqa muddatli xotirasini va diqqatini jamlash qobiliyatini rivojlantirishlari kerak.

Hissiy tayyorgarlik bolaning maktab muhitiga moslashish va yangi sharoitlarda hissiy jihatdan barqaror bo'lishini anglatadi. Bu jihatdan quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

Hissiy barqarorlik: Bolalar yangi muhitda hissiy jihatdan barqaror bo'lishlari kerak. Masalan, ular maktabda o'qituvchi va sinfdoshlari bilan munosabatlarda hissiy jihatdan barqaror bo'lishlari kerak. Mustaqillik: Bolalar o'z ehtiyojlarini qondirish va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirishlari kerak. Masalan, ular o'zlarining shaxsiy buyumlarini tartibga solish va o'z vazifalarini bajarishni o'rganishlari kerak. Stressga chidamlilik: Bolalar yangi muhitda stressga chidamlilik ko'rsatishlari kerak. Masalan, ular maktabda yangi sharoitlarda o'zini qulay his qilishlari kerak.

Ijtimoiy tayyorgarlik bolaning maktab muhitida ijtimoiy munosabatlarni o'rnatish va boshqalarga moslashish qobiliyatini anglatadi. Bu jihatdan quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

Ijtimoiy ko'nikmalar: Bolalar boshqa bolalar bilan hamkorlik qilish, bahamjihatlik qilish va munosabatlarni boshqarishni o'rganishlari kerak. Masalan, ular guruh o'yinlarida ishtirok etish orqali ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishlari kerak. Muloqot qobiliyatlari: Bolalar muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishlari kerak. Masalan, ular o'z fikrlarini aniq ifodalash va boshqalarning fikrlarini tinglashni o'rganishlari kerak. Ijtimoiy moslashuvchanlik: Bolalar yangi muhitda ijtimoiy jihatdan moslashuvchan bo'lishlari kerak. Masalan, ular yangi sinfdoshlari va o'qituvchilari bilan tezda munosabat o'rnatishlari kerak.

Motivatsion tayyorgarlik bolaning maktabda o'qishga bo'lgan qiziqishi va intilishini anglatadi. Bu jihatdan quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

O'qishga qiziqish: Bolalar maktabda o'qishga qiziqish bildirishlari kerak. Masalan, ular yangi bilimlarni o'rganishga intilishlari kerak. Maqsadli bo'lish: Bolalar o'zlarining maqsadlarini aniqlash va ularga erishish uchun harakat qilishlari kerak. Masalan, ular maktabda yaxshi baholar olishni maqsad qilib qo'yishlari kerak. Ishchanlik: Bolalar o'z vazifalarini bajarishda ishchan bo'lishlari kerak. Masalan, ular

uy vazifalarini vaqtida bajarishlari kerak.

Oila va maktabgacha ta'lim muassasalari bolaning maktabga tayyorgarligida muhim rol o'ynaydi. Quyidagi jihatlar muhim ahamiyatga ega:

Oila ta'siri: Oila bolaning maktabga tayyorgarligida asosiy rol o'ynaydi. Ota-onalar bolalarni maktabga tayyorlashda ularga yordam berishlari kerak. Masalan, ular bolalarga maktab haqida ma'lumot berishlari va ularni yangi muhitga tayyorlashlari kerak. Maktabgacha ta'lim muassasalari: Bog'cha va boshqa maktabgacha ta'lim muassasalari bolalarning maktabga tayyorgarligida muhim rol o'ynaydi. Bu muassasalarda bolalar maktabda o'qish uchun zarur bo'lgan bilim va ko'nikmalarni o'rganishadi. Atrof-muhitning ta'siri: Bolaning atrof-muhit bilan aloqasi uning maktabga tayyorgarligiga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, bolalar o'z atrofidagi odamlar bilan muloqot qilish orqali ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishadi.

Maktab ta'limi uning turmush tarzi, tartibi, ijtimoiy holati, sinf jamoasi, oila muhitdagi ahvolini o'zgartiradi, bolaning asosiy vazifasi o'qishdan iborat bo'lib qoladi. Yangi bilim, ko'nikma, malakalar egallashdan tabiat va jamiyat to'g'risidagi qonuniyatlarni o'zlashtira boshlaydi. Ta'lim o'quvchidan muayyan darajadagi uyushqoqlikni, intizomlikni, irodaviy zo'r berishlikni, faollikni, maqsadga yo'naltirilgan faoliyatni talab qiladi. Ixtiyorsiz xatti-harakatlar o'rnini anglashilgan rejali, maqsadga muvofiq aqliy mehnat egallay boradi.

O'quvchi tengdoshlari bilan birgalikda muayyan bir sinf jamoasiga birlashtiriladi. Modomiki shunday ekan, sinf jamoasi va uning a'zolari bola oldiga ko'pchilik manfaatini himoya qilish, shaxsiy istaklarini umumjamoaga intilishlariga bo'ysundirish, o'zaro yordam, o'zaro hurmat, o'zaro talabchanlik, ijtimoiy javobgarlik va burch hislarini egallash vazifasini qo'yadi. Ta'lim jarayonida o'quvchi oldiga qo'yiladigan talablar tobora ortib, murakkablashib boraveradi.

Maktab ta'limining dastlabki kunidan boshlaboq kichik maktab yoshidagi bolaning taraqqiyotini harakatga keltiruvchi, kuch vazifasini o'tuvchi turli xususiyatga ega bo'lgan ziddiyatlar, qarama-qarshiliklar, ichki ixtilof kabilar vujudga keladi. Ushbu holat va vaziyat zahirida o'quvchi shaxsiga, uning bilish jarayonlariga nisbatan o'quv faoliyati, o'qituvchilar va sinf jamoasi tomonidan qo'yilayotgan talablar bilan bolaning psixik kamolot darajasi va undagi mavjud insoniy fazilatlar o'rtasidagi qarama-qarshilik yotadi. Talabning tobora ortishi bolaning psixik jihatdan to'xtovsiz o'sishini taqozo etadi va bu narsa boshi berk zanjirning uzluksiz harakati natijasida inson taraqqiyotida amalga oshadi.

Ta'lim mazmuniga, bilimni egallashga qiziqish o'quvchining o'z aqliy mehnati natijasidan qanoatlanish hissi bilan uzviy aloqadordir. Ushbu his o'qituvchining rag'batlantirishi orqali namoyon bo'ladi, yanada samaraliroq ishlash mayli, xohishi, istagi, ishtiyoqi o'quvchida shakllanadi. O'quvchida paydo bo'layotgan faxrlanish, o'z kuchiga ishonch hislari bilimlarni o'zlashtirish va malakalarni mustahkamlash ishiga xizmat qiladi. Shuning uchun rag'batlantirish (jazolash) o'z me'yorida bo'lgan

taqdirdagina uning tarbiyaviy qiymati hamda ta'sirchanligi ortadi.

Bolaning maktab ta'limiga psixologik tayyorgarligi uning muvaffaqiyatli o'qish jarayonini boshlashida muhim rol o'ynaydi. Bu jarayon bolaning kognitiv, hissiy, ijtimoiy va motivatsion jihatdan maktab hayotiga tayyor bo'lishini o'z ichiga oladi. Oila, maktabgacha ta'lim muassasalari va atrof-muhit bolaning maktabga tayyorgarligiga katta ta'sir ko'rsatadi. Bolaning maktab ta'limiga psixologik tayyorgarligini to'g'ri tashkil etish uning kelajakdagi ta'lim muvaffaqiyatini ta'minlashga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
2. Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*. New York: International Universities Press.
3. Elkonin, D. B. (1978). *Psychology of Play*. Moscow: Pedagogika.
4. "Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya" Z.T.Nishanova, N.G.Komilova, D.U.Abdullayeva, M.X.Xolnazarova "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti. Toshkent-2018
5. "Rivojlanish psixologiyasi" fanidan ma'ruzalar matni Jo'rayev O'tkir Toshpo'latovich
6. "Umumiy psixologiya" G'oziyev.E "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" 2010
7. Musurmonova O. Ma'naviy qadriyatlar va yoshlar tarbiyasi. –T.: O'qituvchi, 66-bet
8. O'zbek pedagogikasi antologiyasi // Tuzuvchi-mualliflar: K.Hoshimov, S.Ochil. – Toshkent: O'qituvchi, 1995. – 137-bet
9. Ozodqulov Olimjon Bahodir o'g'li. (2024). Rahbar va xodim munosabatlarining boshqaruv jarayonidagi psixologik xususiyatlari. Образование наука и инновационные идеи в мире, 41(1), 110–113. Retrieved from <https://www.newjournal.org/index.php/01/article/view/12079>
10. Sirojiddin Amangeldiyev Nurg'aliy o'g'li . Psixologik maslahat gipotezalarini shakllantirish. Central asian academic journal ISSN: 2181-2489 OF scientific research volume 1 I ISSUE 1 I 2021. <https://search.app/R78CQ7R1YR9Sg7PR6>

XXI ASR GLOBALLASHUV DAVRIDA BUGUNGI KUN YOSHLARINING OILAVIY HAYOTGA TAYYORLIGI. MUAMMOSI

*Karatayeva Luiza Uktamovna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti
Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Oila-jamiyatning asosiy instituti bo'lib, uning barqarorligi yoshlarning nikoh va oilaviy majburiyatlarga tayyorligiga bog'liq. 21-asrda globalizatsiya, urbanizatsiya va axloqiy qadriyatlarining o'zgarishi yoshlarning oila qurishga nisbatan munosabatini radikal o'zgartirdi. O'zbekistonda esa, aholining 60% dan ortig'ini 30 yoshgacha bo'lgan yoshlar tashkil etishi, bu muammoning dolzarbligini oshiradi. Hukumatning oilaviy siyosatini mustahkamlashga qaratilgan choralarga qaramay, nikohdan qochish, ajralishlar ko'payishi va oilaviy mas'uliyatni kechiktirish tendentsiyalari kuzatilmoqda.

Ilmiy adabiyotlarda ko'pincha oilaviy munosabatlarning psixologik jihatlari yoritilgan bo'lsa-da, O'rta Osiyo, ayniqsa O'zbekiston kontekstida yoshlarning kompleks tayyorgarlik darajasi etarlicha o'rganilmagan. Ushbu tadqiqotning maqsadi-yosh avlodning oilaviy hayotga tayyorligiga ta'sir etuvchi omillarni tizimli tahlil qilish va ularni bartaraf etish yo'llarini taklif etishdir.

“Hamma narsa niyatga bog'liq deydi”, - dono xalqimiz. Mustaqil oilaviy hayot ostonasida turgan har bir inson, u yigit bo'ladimi yoki qizmi, eng avvalo ona sutidek halol va pok bo'lishiga o'rganishi lozim. Muqaddas Hadisu-sharifda payg'ambarimiz Muhammad s.a.v ning ushbu fikrlari bejiz keltirilmagan: “Muhaqqaq amallar niyatlarga ko'radir. Har kimsaga faqatgina niyat qilgani (narsasi) bordir”. Zero, har bir niyatning orqasida aniq mo'ljallar va maqsadlar bo'lganidek, inson uchun baxtli oila qurish, unda baxtiyor umrguzaronlik qilish uchun ham er va xotin o'z oldilariga bahamjihat orzu va muddaolar qo'yishni, yaxshi niyatlar qilishni bilishlari kerak. Yoshlar turmush qurishdan avval oilaviy hayotning qanday talablariga javob berishlari kerak? Yosh yigit-qizlarni oilaviy hayotga tayyorlash masalasi bugungi kunning eng muhim masalalaridan biri hisoblanadi. Bu haqda ommaviy axborot vositalarida ko'plab chiqishlar, ta'lim maskanlarida maxsus kurslar, davra suhbatlari va uchrashuvlar o'tkazilib kelinmoqda. Ho'sh, oilaviy hayotga tayyorlik nimalarda o'z aksini topadi? Oila deb atalmish muqaddas makon - “Oila qasri”ning mustahkamligi shu qasrning poydevori bo'lmish nikoh oldi omillari xususiyatlariga, ularning qaydarajada mustahkam qo'yilishiga bog'liq. Nikoh oldi omillari oila qurayotgan yoshlarning oilaviy hayotga qay darajada tayyor ekanliklarini belgilab beradi¹. Inson o'zini oilaviy hayotga tayyorman deyishi uchun eng avvalo nikohning talablariga javob berishi kerak. Nikohning birinchi talabi jinsiy etuklik hisoblanib, erkak va ayol organizmi fiziologik xususiyatlari namoyon bo'lishi, ular shaxsiy gigienaning o'rni va ahamiyatiga aloqador bilimlarning sohibi bo'lishidir. Jinsiy etilish jinsiy ehtiyojlar shakllanishiga olib keladi. Bu davrda ichki sekresiya bezlari faoliyati tufayli organizmda ikkilamchi belgilar yuzaga keladi. Biroq, bu yoshlar jinsiy etuklikka erishdi degani emas. Ming afsuski, ko'pgina ota-onalar yoshlarni ayniqsa, qizlarni balog'atga etishi bilan oilaviy hayotga tayyor deb hisoblashadi va turmushga berishadi. Natijada erta turmush qurish oqibatida bugungi kunda homilador ayollarda 100% kamqonlik, turli ekstragenital kasalliklarning ko'payishi, homilasining yaxshi rivojlanmaganligi, qayta farzand ko'rish imkoniyatidan mahrum bo'lish holatlari ko'plab uchramoqda. Yoshlarni nikohga etukligi deyilganda

uning faqat fiziologik jihatdan rivojlanishini nazarda tutish noto‘g‘ri, bundan tashqari yoshlar jinsiy hayot psixogigienasi borasida ham zarur ilmiy psixologik bilimlarga, to‘g‘ri tasavvurlarga, ega bo‘lishi lozim. Afsuski, bugungi kunda ota-onalar tomonidan yoshlarga jinsiy tarbiya berish ishlarining ahamiyati butunlay kamsitib kelinmoqda. Nikohga etuklikning ikkinchi talabi fuqarolik va huquqiy etuklik bo‘lib, bu odamning balog‘atga etish yoshi bilan huquqiy jihatdan oila qurish, farzand ko‘rish huquqiga ega bo‘lishi bilan belgilanadi. O‘zbekiston Respublikasi Konstitusiyasi hamda “Oila kodeksi”da yigitlar uchun nikoh yoshi 18 yosh, qizlar uchun nikoh yoshi 17 yosh deb belgilangan. Bu davrda ular Konstitusiyada belgilangan barcha huquq va majburiyatlardan foydalanish huquqiga ega bo‘lishadi. Huquqiy madaniyat va etuklik avvalo oila va nikoh borasidagi mavjud qonunlarni bilish, oila qonunchiligidagi eng muhim normalarga ongli munosabat tufayli turmush o‘rtog‘i, farzandlari, jamiyat oldidagi huquq va majburiyatlarni his etish va ularga itoat etishga hozirlikni nazarda tutadi. Nikohga etuklikning uchinchi talabi kasb-hunar va ijtimoiy-iqtisodiy etuklik hisoblanadi. Kasb-hunar egallash ancha murakkab tushuncha bo‘lib, uning murakkabligi shundaki, u ma‘lum bir o‘quv yurtini, o‘quv kurslarini bitirish, yani ma‘lum bir ish turini bajarish uchun zarur bo‘lgan maxsus bilim, ko‘nikma va malakalarga ega bo‘lishi bilan belgilanadi. Ota-bobolarimiz oldingi davrlarda dehqonchilik, hunarmandchilik, chorvachilik sir-asrorlarini puxta egallashgan.

O‘sha davrlardagi ishlab chiqarish munosabatlari va texnologik jarayonlar ulardan maxsus yoki oliy ma‘lumot talab qilmagan. 3-4 yil ustoz ko‘rgan shogird 16-17 yoshda o‘zi mustaqil ish yurita oladigan ustaga, o‘z ishini uddalay oladigan mutaxassisga aylangan. Mabodo, u shu vaqtda oila quradigan bo‘lsa, o‘z hunari orqali mehnat qilib oilani iqtisodiy jihatdan ta‘minlay olgan. Bugungi kunda esa yoshlarimizni kasb-hunar etukligi kechikib ketmoqda. Ba‘zi bir kasblar bo‘yicha 22-25 yoshlarda kasb-hunar etukligiga erishish mumkin bo‘lsa, boshqalarda 28-30 yoshlarda bunga erishmoqdalar. Natijada bugungi kunda yoshlarimiz oilani iqtisodiy jihatdan mustaqil ravishda ta‘minlay olmayaptilar.

Shu bilan birga shaxslararo munosabatlarga ruhan tayyorlik ham o‘ta muhim masala hisoblanadi. Chunki, oilaviy hayotda amalga oshiriladigan ko‘plab vazifalar va mas‘uliyatlar orasida muomala odobining bo‘lishi va yangi qarindoshlar bilan yangi rollarni bajarish borasidagi hamkorlik qilishga ruhiy tayyorgarlik o‘zgacha madaniyat, aqliy salohiyatni talab etadi. Chunki, oila o‘ziga xos kichik guruh bo‘lib, undagi o‘zaro muomala va munosabatlarning uyg‘unligi oilaviy baxtning muhim kalitidir. To‘g‘ri, avlodlararo ziddiyatlar bor narsa. Masalan, kattalar o‘zlari yoshliklarida qadrlagan narsalarni ularning nazarida yoshlar qadrlamayotganday tuyulaveradi, yoshlar hayotga yengilroq qarayotganday, udumlarni mensimayotganday, oilaviy masalalarga bepisandday tuyuladi. Shunday paytlarda kattalarning biroz bag‘rikeng va toqatliroq bo‘lishi, yoshlarning esa bosiqroq va farosatliroq bo‘lishlari muammolarni echimini ta‘minlaydi. Shunday qilib, nikohga ijtimoiy jihatdan etuklik insonni o‘zi yashayotgan

jamiyat me'yorlari, nikohning jamiyat rivojidagi o'rnini, inson hayotidagi turg'un roli va mohiyatini bilgan holda turmush qurishga hamda ota-onalik rollariga ruhan etilganligini nazarda tutadi.

Nikohga etuklikning to'rtinchi talabi axloqiy etuklik bo'lib, bu borada fahrlansak arziydigan jihatlrimiz mavjud. Chunki bizda islom dini muqaddas hisoblanadi. Yoshlarga axloqiy tarbiya Qur'oni karim, hadislar orqali pandnoma, nasihatnoma, hikmatnoma tarzida juda erta singdirib boriladi. Avvalo, insonda muayyan axloqiy fazilatlar bo'lmog'i darkor, yani, oila quraman, turmushga chiqaman deyish shaxsning bo'lg'usi turmush o'rtog'i, bo'lajak farzandlari, yangi qarindosh-urug'lari oldidagi yangi mas'uliyatlarni bo'yniga olishni taqazo etadi.

Ushbu mas'uliyatlar va ulardan kelib chiqadigan majburiyatlar hayotda yangi rollarni bajarishga hozirlikni nazarda tutadi, yani, nikoh uyi ostonasida "kelin" yoki "kuyov" rolida turgan inson endi "rafiqa", "er", "ona", "ota" kabi yangi rollar mas'uliyatini his etishiga to'g'ri keladi. Bu mas'uliyat esa odamdagi qator axloqiy sifatlar yuksak madaniyat, bag'rikenglik, sabr-matonat, muloyimlik, mehribonlik, muomala madaniyati, shirinso'zlik, mulozamatlilik, mehnatsevarlik, halollik, odillik, to'g'riso'zlik, samimiyat kabi fazilatlarning namoyon bo'lishini taqozo etadi. Chunki, bizda inson nikohga kirgach, cho'lda yoki sahroda yashamaydi, u oddiy insoniy munosabatlar mujassam bo'lgan jamoada, jamiyatda yashaydi. U nafaqat o'z oilasi a'zolari davrasida, qarindosh-urug', qo'ni-qo'shnilar orasida ham o'zidagi ijobiy fazilatlarni ko'rsata olishi kerak. Nikohga etuklikning beshinchi talabi psixologik etuklik bo'lib, bunda yoshlarning turli hayotiy sharoitlarni hushyor baxolay olishi nazarda tutiladi. Bu hushyorlik yoshlarning amaliy voqealikni to'g'ri baholay olishi, yutuq va kamchiliklarini, bilim, malaka va qobiliyatlarini etarlicha ob'ektiv baxolay olishida namoyon bo'ladi. Afsuski, ko'pincha yoshlarimiz o'z qobiliyatlarini orttirib baholab, o'z oldilariga erishib bo'lmaydigan maqsadlarni qo'yib olish holatlariga duch kelinadi. Ayniqsa, oilaviy hayotni tasavvur qilish, unda o'z o'rnini baholash masalasida yoshlarimiz ko'proq xatoga, o'zlarini orttirib baholashga, oilaviy hayotdan mumkin bo'lganidan ko'proq narsani kutish holatlari ko'plab uchramoqda. Natijada ular oila qurib real hayot bilan to'qnashganda ideal orzulari parchalanib, oila qurganidan pushaymon bo'lish, hayotdan ko'ngli sovish holatlari yuzaga kelib, hatto ajralib ketishlariga ham sabab bo'lmoqda. Psixologik etuklik boshqa odamlarning xohish istaklari, kechinmalarini tushunish bilan ham ma'lum darajada bog'liq bo'ladi. Bu esa o'z navbatida muloqotning, hamkorlikning yaxshi yo'lga qo'yilishiga, oilada turli guruhlarda garmonik munosabatlarni o'rganilishiga imkon beradi. Psixologik etuklikning asosiy xususiyati yoshlarning turli toifa, turli yoshdagi odamlar bilan o'rinli munosabatda bo'la olishi, turli yashash sharoitlariga moslashuvchanligi, boshqa shaxslar bilan ijobiy munosabatlari: hamdardlik, hamfikrlilik, g'am-tashvishga sherik bo'la olish, o'zaro yordam kabilar tarzida namoyon bo'la oladigan ma'naviy sifatlariga ega bo'lishi bilan belgilanadi. Turmush o'rtog'i va oiladagi yaqinlarga, birinchi

navbatda farzandlarga nisbatan fidoiylilik, sevgan insonining ko‘ngliga yo‘l topish va unga qarab ish tutishni talab etadi. Psixologik jihatdan oilaviy hayotga tayyorgarlik o‘zgalarni tushunish, uning o‘rniga o‘zini qo‘yib ko‘ra olish, qalbiga yo‘l topishni taqozo etadi. Shu ma’noda nikoh shunday psixoterapevtik hususiyatga egaki, u ikki sevishgan qalblarni bir-biriga yaqinlashtiribgina qolmay, ularning har-birini darduxasrati, quvonchu-shodligi bilan hamohang tarzda yashashga o‘rgatadi.

Shu sababli ham nikoh salomatlikni saqlovchi va inson umrini uzaytiruvchi omil sifatida e’tirof etiladi. Nikohga etuklikning oltinchi talabi xususiyati pedagogik etuklik bo‘lib, umuman oilaning tarbiyalovchilik roli, jumladan, farzand tarbiyasi masalalaridagi bilimdonlikni, oilaviy tarbiyaning o‘ziga xosligi va bunda ota-onaning tarbiyalovchi missiyasi nimada ekanligi, ota-onalikning tarbiyalovchilik saviyasini oshirish yo‘llari to‘g‘risida aniq bilim va tasavvurlarni nazarda tutadi.

Yoshlarning oilaviy tayyorgarlik muammolari ularning ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlari, ta’lim tizimidagi kamchiliklar va madaniy normaning o‘zgarishi bilan bog‘liq. Masalan, O‘zbekistonda uy-joy narxining tez o‘sishi (yillik 12%) yoshlarni nikohni kechiktirishga majbur qilmoqda. Shuningdek, maktablarda oilaviy hayotga oid bilimlar (gender mavzulari, moliyaviy savodxonlik) etishmasligi psixologik tayyorgarliksizlikni keltirib chiqaradi.

Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorligini oshirish uchun quyidagi choralar samarali bo‘lishi mumkin:

Ta’lim tizimini takomillashtirish: Maktab va universitetlarda “Oila psixologiyasi”, “Moliyaviy savodxonlik” kabi fanlarni joriy etish.

Davlat yordami: Yosh oilalar uchun arzon uy-joy loyihalari va soliq imtiyozlarini kengaytirish.

Madaniy targ‘ibot: OAV va ijtimoiy tarmoqlar orqali oilaviy qadriyatlarni targ‘ib qilish. Kelajakda turli mintaqalar (shahar/qishloq) uchun differensiallashtirilgan dasturlar ishlab chiqish talab etiladi.

Xulasa o‘rnida oila qurayotgan yoshlarga oila qurishdan avval yoshlar oilaviy hayotga jinsiy, fuqarolik va huquqiy, ijtimoiy-iqtisodiy, ma’naviy va ahloqiy, tarbiyaviy, psixologik jihatdan ma’lum bir etuklik darajasiga erishishlari kerakligini, yoshlarni oila qurishdan aniq bir maqsadi, ya’ni nikoh qurish motivi bo‘lishi lozimligini inobatga olishlarini maslahat beramiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. “O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi” Toshkent “O‘zbekiston”-1998 yil
2. “O‘zbekiston Respublikasining Oila kodeksi” Toshkent “Adolat”-1998 yil
3. Karimova V. “Oila ma’rifati” Toshkent-2009 yil
4. Shoumarov G‘.B. “Oila psixologiyasi” Toshkent “SHarq” -2008 yil
5. Karimova V. “Oilaviy hayot psixologiyasi” O‘quv qo‘llanma Toshkent-2006

yil

4. Mirziyoyev.Sh.M (2021). *“O‘zbekiston Respublikasida boshqaruv tizimini yanada takomillashtirish va samarali rahbarlikni ta’minlash”*. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining rasmiy sayti.

5. Islomov.A (2020). *“Rahbarlik qobiliyatlari va boshqaruvning samaradorligi”*. O‘zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.

6. Toshpo‘latov.S (2022). *“Davlat boshqaruvini rivojlantirishda rahbarlik qobiliyatlarining o‘rni”*. O‘zbekiston Xalqaro Universiteti nashriyoti.

7. Raxmonov.B (2020). *“Rahbarlik sifatleri va boshqaruv tizimi: nazariya va amaliyot”*. Tashkent State University of Economics.

TIBBIY OPERASİYALARDAN SO‘NG DORI VOSITASIDAN KEYIGI BILISH JARAYONLARINI TIKLANISHI

Karimova G.X.

*Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti
“Amaliy psixologiya” kafedrası o‘qituvchisi*

Operasiya — tibbiyotning muammolarini o‘rganuvchi bo‘limi bo‘lib.

Xirurgiya sohasini yanada rivojlantirishda bu yo‘nalishda huquqiy asoslarni takomillashtirish muhim hamiyatga ega. Shu maqsadda a‘zolar va to‘qimalar transplantatsiyasi bilan bog‘liq bo‘lgan muammolarni tahlil qilgan

holda “Inson a‘zolari va to‘qimalari transplantatsiyasi to‘g‘risida”gi qonun loyihasi

Qonunchilik palatasiga kiritilgan edi. Hozirgi kunda qonun loyihasi birinchi o‘qishda konseptual jihatdan ma‘qullangan bo‘lib, ikkinchi o‘qishga tayyorlanyapti. Qonun loyihasida operasiyalar, SSVligining vakolatlari va inson a‘zolari va to‘qimalarini olish hamda ularning operasiyalarni amalga oshiriladigan tibbiyot muassasalari belgilanmoqda.

Davra suhbatida qayd etilganidek, bugungi kunda yurtimizda operativ usullar rivojlantirishga alohida e‘tibor qaratilmoqda.

Xususan, Xotira – bu o‘tmishdagi tajribalarni, voqea-hodisalarni esda qoldirish va zarur paytda ularni tiklashdan iborat bo‘lgan psixik (yoki bilish) jarayoni. Bu jarayon tashqi olamdan olingan ma‘lumotlarni saqlab qolish va keyinchalik ularni ong faoliyatida va xatti-harakatlarda qayta ishlatish qobiliyati bilan bog‘liqdir.

Bularning barchasi mamlakatimizda aholi salomatligini mustahkamlash, sog‘liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish, sohaga yangi boshqaruv usullarini joriy etish bo‘yicha amalga oshirilayotgan izchil islohotlar tufayli yuz bermoqda. Zotan, tibbiyot tizimidagi o‘zgarishlar odamlarning uzog‘ini yaqin, mushkulini oson qilmoqda. O‘zining rivojlangan tibbiy infratuzilmasi va katta ish tajribasi tufayli dunyoda tirik a‘zolari transplantatsiya qilish bo‘yicha dunyodagi birinchi uchlikka kiradi. Kattalar va bolalarda jigar, buyrak va suyak iligi transplantatsiyasi jarrohlik operatsiyalari soni bo‘yicha etakchilar qatorida turadi. Milliy organlar hayriya haftaligi doirasida har yili

o'tkaziladigan xabardorlik tadbirlari tufayli. Organ donorlari soni 500 000 dan oshadi. Har bir donor nomzod xoh mahalliy bo'lsin, xoh xorijlik bo'lsin, qat'iy tibbiy va etik nazoratdan o'tkaziladi. Odatda chet ellik bemorlar o'zlarining qarindoshlari qarindoshlikning 4-darajali donorlari bilan kelishlari kerak, ammo istisnolar ham mavjud.

Tibbiyotning eng murakkab, o'ta mas'uliyatli va ayni paytda ehtiyoj ortib borayotgan yo'nalishlaridan biri transplantologiya, ya'ni inson organlari va to'qimalari (hujayralari)ni transplantatsiya qilish masalasi bugungi kunning muhokamali va o'z echimini kutayotgan muammolaridan biridir.

O'zbekiston Prezidentining shu yil 4-oktyabrda "Xirurgiya xizmatini transformatsiya qilish, hududlarda jarrohlik amaliyotlari sifatini oshirish va ko'lamini kengaytirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori bilan xirurgiya xizmatini yanada takomillashtirish, tizimning moddiytexnik bazasini mustahkamlash, yurtimizda yuqori texnologik jarrohlik amaliyotlarini yo'lga qo'yish, tashxis qo'yish va davolash bo'yicha mutaxassislar tayyorlash, ularning malakasini oshirish kabi qator masalalarga echim topildi.

Inson salomatligi eng buyuk ne'mat. U shunchalik bebahoki, hech qanday mezonga tenglashtirib bo'lmaydi. Yo'qotilgan sog'liqni qaytarish va topishning imkoni yo'q, deydi. Mana dunyo tibbiyotida eng murakkab va nozik amaliyot hisoblangan organlar transplantatsiyasi bo'yicha zamonaviy operatsiyalar o'zimizda amalga oshirilmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.N.I.Axmedjanova Bolalar diyetalogiyasi "Ijod-print" nashriyot uyi Toshkent 2022.-bet 34-44.
- 2.Ibodullayev Z. Tibbiyot O'quv va metodik qo'llanmalar. Fan va ta'lim – 2020. – № 4(16). – bet 30-31.
- 3.Sh.N.Karimov "Umumiy xirurgiya" "Yangi asr avlodi" Toshkent 2008.-bet 187-190

O'ZBEK OILALARIDA ER-XOTIN NIZOLARI VA UNI BARTARAF ETISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Karimov Xolmurod,
Qarshi davlat universiteti Psixologiya kafedrası
professori, psixologiya fanlari nomzodi*

Ma'lumki, oila jamiyatning negizi, har bir shaxsning ongida, xatti-harakatida bolaligidan boshlab shakllanadigan barcha fazilatlar, niyatlari, maslakhlar amalga oshadigan maskan hisoblanadi. Shuning uchun ham xalqimiz azal-azaldan oilani muqaddas dargoh deb bilgan, uni qadrlagan, mehr va muhabbat bilan e'zozlagan. Ajdodlardan avlodlarga ota-onaning birgalikdagi o'zaro muhabbati asosiga qurilgan oilani muqaddas saqlash, uning moddiy va ma'naviy barqarorligini ta'minlashda hamkor va hamfikr bo'lish kabi vazifalar o'tib kelishi ham muhim ahamiyatga ega. Bugungi kunda ham yoshlar oila jamiyatning dastlabki muhim bo'g'ini sifatida mustahkam qurilishi, nikohga kiruvchilar ota yoki ona bo'lishning yuksak mas'uliyat ekanligini anglashlari lozim. Chunki oilaning farovonligi jamiyat farovonligi va ravnaqini ta'minlaydi, uning farovonligi esa oila quruvchilarning o'zaro hamjihatligiga, ro'zg'or va farzand tarbiyasi borasidagi mas'uliyatni birday his qilishlariga bevosita bog'liqdir.

Hozirda O'zbekistonda oilalar barqarorligini ta'minlash, er-xotin o'rtasidagi ajrashishlar va nizolar sonini kamaytirish, oilani saqlab qolish imkonini beradigan ko'plab tashkiliy-huquqiy, ijtimoiy-iqtisodiy choralar belgilangan va bu boradagi huquqiy asoslar yaratilgan. Taassufki, shunga qaramasdan, turmush qurgan yoshlar orasida hayotni engil-yelpi tasavvur qilish, oila vazifalarini bajarishga tayyor emaslik, oila muqaddas ekanini tushunib etmaslik holatlarining uchrab turganligi, yosh oilalar orasida arimas sabablar bilan ajrashishlar ko'payib borayotganligi, begunoh bolalar etim bo'lib, mehr va e'tiborga eng tashna vaqtida ota-onalar tarbiyasidan chetda qolayotganligi kabi muammolar uchrab turmoqda. Shu bois er-xotin o'rtasidagi ajrashishlar sonini kamaytirish, oilalarning bir butunligi va barqarorligini saqlab qolish borasidagi tashkiliy-huquqiy mexanizmlarni mustahkamlash, bu borada amalga oshirilayotgan islohotlarni yanada kuchaytirish zamon talabidir.

Ma'lumki, oila va nikoh munosabatlari masalalarini o'rganish hamma davrlarda ham dolzarb bo'lib, jahon miqyosida keng o'rganilayotgan muammolardan biri hisoblanadi. Kishilik jamiyati paydo bo'lgandan buyon diniy-mifologik va ilmiy-falsafiy qarashlarda oilaviy hayot masalalari bo'yicha muhim ma'lumotlar berilgan. Masalan, Qur'oni Karimning "Baqara", "Niso" suralarida oila, oilaviy munosabatlar va oilaviy tarbiya masalalariga alohida urg'u berilgan. Islom dini oilaviy hayotning asosiy tashkilotchilari va a'zolari bo'lmish er va xotinning har biriga o'ziga xos burch va vazifalarni yuklagan, bir-birlariga nisbatan haq va huquqlarni belgilab bergan. Ayniqsa, muborak kitoblarda bo'lajak oilaning vujudga kelishiga alohida e'tibor berilgan hamda farzandlarning nasliy pok bo'lishini hisobga olib, bo'lajak qaynola va qaynonalarni tanlash zaruriyati o'ziga xos tarzda bayon etilgan. Kelin yoki kuyov qilmoqchi bo'lgan har bir ota-onaning bo'lajak qudalar naslini surishtirishlari yoxud har bir musulmon o'zining "yetti pushti"ni bilishi lozim, degan talablar ham islomiy ma'naviyatdan kelib chiqqan.

Sharqda turli davrlarda oila va nikoh masalalari faylasuf olimlar va

mutafakkirlarning diqqat markazida bo'lib kelgan. Shu o'rinda sharq mutafakkirlaridan Abu Nasr Farobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Amir Temur, Alisher Navoiy, Ahmad Donish, Abdurauf Fitrat va boshqalarning asarlaridagi oila-nikoh munosabatlari, oiladagi shaxslararo munosabatlar, nizo va kelishmovchiliklarni bartaraf etish bo'yicha g'oyatda ibratli maslahat va o'gitlarini ta'kidlab o'tish maqsadga muvofiqdir.

Sharq mutafakkirlaridan biri – Abu Rayhon Beruniyning oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlari alohida e'tiborga loyiqdir. Beruniy o'z qarashlarida, ayniqsa, xotin-qizlar tarbiyasiga alohida e'tibor qaratadi. U o'zining bir qator asarlarida oila qurayotgan qizlarga ota-onaning nasihatlarini keltirib, oiladagi tinchlik-totuvlik, baxtiyorlik ko'proq bevosita aqlli, farosatli, tarbiyali ayollar qo'lida ekanligiga alohida urg'u bergan. Alloma oila va nikoh munosabat-larining nozik tomonlarini axloqiy va huquqiy nuqtayi nazardan tadqiq qilar ekan, oilaning mustahkam va tinch-totuv bo'lishi, er-xotinning ahilligi, shirinso'zligi, bir-biriga bo'lgan mehr-oqibatiga bog'liq, degan fikrni ilgari suradi.

Beruniyning zamondoshi bo'lgan Abu Ali ibn Sino esa o'z qarashlarida oilaviy munosabatlarning turli va muhim tomonlarini yoritib ekan, avvalo, oila boshlig'i erning oldidagi mas'uliyatli vazifalarga e'tiborini qaratadi. Uning fikricha, birinchi navbatda er oiladagi tarbiyaviy ishlarga doir ham nazariy, ham amaliy ma'lu-motlarga ega bo'lishi shart. Shundagina, u haqiqiy oila boshlig'i bo'la oladi. Muallif, er-xotin munosabati tenglik, hamjihatlik va o'zaro hurmat asosida qurilishi haqida to'xtalib, “erkak kishi oila boshlig'idir, u oilaning barcha ehtiyojlarini qondirmog'i lozim, chunki bu uning birlamchi vazifasidir. Ayol esa erkakning yaxshi, munosib yo'ldoshi va bola tarbiyasi borasida eng yaxshi voris va yordamchisidir” deb yozadi [2].

Mustaqillik yillarida oila va nikoh munosabatlari masalalari mamlakatimiz psixologlari tomonidan ham samarali o'rganildi. Ayniqsa, o'zbek oilalarining ijtimoiy-psixologik muammolariga bag'ishlangan ilmiy-tadqiqot izlanishlari o'tgan asrning 90-yillaridan boshlab chuqur o'rganila boshlandi. Shu o'rinda G'.B.Shoumarov, E.G'.G'oziyev, V.M.Karimova, N.A.Sog'inov, B.Umarov, F.A.Akramova, M.Fayziyeva, S.A.Oxunjonova, A.Shojalilov, T.M.Adizova, E.Usmonov, Sh.SH.Jo'rayeva, R.S.Samarov, O.Shamiyeva, N.Salayeva, F.R.Ro'ziqulov kabi olimlar tomonidan olib borilgan ishlarni ko'rsatib o'tishimiz mumkin.

G'.B.Shoumarov tadqiqotlarida oilada er bilan xotin orasida yuzaga keladigan kelishmovchiliklarni psixologik tahlil qilib, ularning asosiy sabablari kelin-kuyovning kasb-faoliyati va oilaning qadr-qimmatini o'lchashlari unda etakchilik mavqeini qo'lga kiritish uchun ko'rashishlari, bir-birini psixologik xususiyatlarini tushunib etmasliklari, uy-ro'zg'or ishlarini bajarishga tayyor emasliklari, jinsiy tarbiyaga oid bilimlarning etarli emasligi, bolalarni tarbiyalashdagi o'zaro kelishmovchiliklar, mijozlarning mos kelmasligi, jinsiy masalalarda kelisholmasliklari, farzandsizlik, rashk va ishonchsizlik ekanligini ko'rsatib o'tadi [3]

V.M.Karimova o'zining ilmiy izlanishlarida o'zbek yoshlarida oila to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlar shakllanishi, o'zbeklarning oilaviy psixologiyasining o'ziga xos tomonlari haqida salmoqli tadqiqot ishlarini olib borgan. U tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqot ishlarida o'zbek xalq og'zaki ijodida, islom dinining muqaddas manbalarida, sharq mutafakkirlari asarlarida, taniqli pedagog va psixolog olimlar asarlarida nikoh va oila, oilaviy hayot muammolariga alohida to'xtalinib, olingan natijalar psixologik tahlil etilgan hamda zarur tavsiyalar ilgari surilgan. Muallifning fikricha, oilaviy-ijtimoiy tasavvurlar murakkab va ko'p komponentli psixologik tizimlar bo'lib, ularning tarkibiga oilaning umumiy qadriyatlari, shaxslararo munosabatlarga xos tasavvurlar, erkak va ayol fazilatlarini, ularning oilaviy munosabatlardagi o'rnini va ahamiyati to'g'risidagi, oilaviy rollar va ularni amalga oshiruvchi ijtimoiy ustanovkalar, reproduktiv tasavvurlar va boshqa ijtimoiy-psixologik tushunchalar kiradi [1].

V.M.Karimova tadqiqotlarida oilaviy ijtimoiy tasavvurlar shakllanishida bola shakllanayotgan oila va undagi o'zaro munosabatlar xarakteri muhim ahamiyat kasb etishi, ya'ni oilaning katta yoki kichikligi, tuliq yoki notuliqligi, jinsiy munosabatlar haqida va reproduktiv tasavvurlar xarakterini belgilashi va shaxsiy ijtimoiy moslashuvlar yunalishida aks etishi aniqlangan. O'zaro munosabatlar asosini tashkil etgan oila a'zolarining o'rniga oid tasavvurlar va ularning differensia- siyasi o'zining yosh, hududiy va jinsiy xususiyatlariga ega bo'lib, ular avvalo har bir oilaning ruhiy-ma'naviy muhiti, milliy qadriyatlar, an'analar, rasm-rusumlar qanchalik saqlanib qolganligiga ham bog'liqligi asoslangan. Muallif nikoh yoshigacha bo'lgan yoshlar bilan oilali er-xotinlarning oilaviy ijtimoiy tasavvurlari o'rtasidagi asosiy farqlarni psixologik nuqtai nazardan tahlil qilib, uning sabablarini ko'rsatib o'tgan.

Olib borgan ilmiy izlanishlarimizda o'zbek oilalarida yuzaga keladigan nizolar va ularning namoyon bo'lish sabablarini o'rgandik hamda ularni quyidagicha klassifikatsiya qildik:

I.

abablariga ko'ra: 1) Turmush o'rtog'ining ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldirish; 2) Turmush o'rtog'ining ota-onasiga hurmatsiz munosabatda bo'lish; 3) Rashk; 4) Er va xotinning nikohdan tashqari boshqalar bilan munosabatda bo'lishi; 5) Bola tarbiyasi yuzasidan bo'ladigan munosabat; 6) Jinsiy madaniyatning pastligi; 7) Moddiy va iqtisodiy qiyinchiliklar; 8) Ota-ona aralashuvi; 9) Oilada er-xotin o'rtasida rollar taqsimoti; 10) Ichkilikbozlik va giyohvandlik; 11) Bepushtlik; 12) Asab kasalligi, jinsiy kasalliklar; 13) Turmush o'rtog'ining qo'polligi va xushmuomala emasligi; 14) Kasbiy faoliyatining xususiyatlari.

II.

o'lamiga ko'ra: 1) Er-xotin o'rtasidagi; 2) Bolalar aralashuvi; 3) Ota-onalar nizolariga bolalar aralashuvi; 4) nizoga qo'shnilar va boshqa qarindoshlar aralashuvi; 5) Er-xotin o'rtasidagi nizoga ish joyi xodimlarining aralashuvi; 6) Er-xotinning nizolariga yaqin qarindoshlarning aralashuvi.

III.

avomiyligiga ko'ra: 1) Tizimli; 2) Tez-tez; 3) Kamdan-kam hollarda; 4) Juda kam.

IV.

fodalanishiga ko'ra: 1) Turmush o'rtoqlar bir-birining shaxsiga tegmaslik (1-bosqich); 2) Turmush o'rtoqlar bir-birlarining shaxsiga tegishi (2-bosqich); 3) Jismoniy ta'sir ko'rsatish (3-bosqich); 4) Tan jarohat etkazish (4-bosqich).

V.

'chog'iga ko'ra: 1) Xotin; 2) Er; 3) Qaynona; 4) Qaynota; 5) Ta'sir qiluvchi qo'zg'atuvchi tomon; 6) Bolalar tarbiyasi bilan bog'liq; 7) Turmush o'rtoqlarning yaqin qarindoshlarining aralashuvi.

VI.

o'nalishiga ko'ra: 1) Konstruktiv; 2) Destruktiv.

VII.

osqichlariga ko'ra: 1) Yashirin davr; 2) Boshlanish davr; 3) Eng oxirgi davr; 4) Inqirozdan keyingi davr; 5) Nizoning to'liq echim davri.

Bizning milliy-madaniy muhitda oilalarda eng ko'p uchraydigan nizolardan biri er-xotin o'rtasidagi mojaroli holatlar hisoblanadi. Bizning fikrimizcha, o'zbek oilalarida er-xotin orasidagi nizolar boshqa millat vakillari (rus, ukrain va boshqalar) oilalaridagi nizolardan farqlanishi bilan ajralib turadi. Olib borgan tadqiqotlarimizda o'zbek oilalari o'ziga xos etnopsixologik xususiyatlarga ega ekanligi bilan ajralib turishi, bunda er-xotin orasida nizolarning kelib chiqishiga milliy-madaniy muhitga xos bo'lgan nikoh oldi omillarining xususiyatlari, ya'ni ba'zida tanishish imkoniyatining bo'lmasligi yoki qisqaligi ham ta'sir etishi, natijada yuzaga kelgan nizo sabablarini tomonlar o'zidan qidirmasligi, uni bartaraf etishda ota-onalarga tayanish, oiladagi o'zaro munosabatlar qo'pollik asosiga qurilishi va boshqa bir qator salbiy holatlar yuzaga kelishi kabi holatlar aniqlandi. Bundan tashqari, oilaviy nizolar, ko'p holatlarda, bir-birini tinglamaslik, ya'ni bir-birlarining istaklarini "eshitmaslik", hayotga bo'lgan qarashlarning farqlanishi, o'ta qattiq nazorat, ta'bi ustidan kulish, e'tibor etishmasligi, ish faoliyatidagi muammolar tufayli yuzaga kelishi mumkinligi qator tajribalarda o'z isbotini topgan.

Tajribalarimizda aniqlanishicha, o'zbek oilasidagi nikoh nizolari quyidagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlar bilan tavsiflanadi:

- ota-onalarning yoshlar hayotiga aralashuvi nikohdagi nizolarning paydo bo'lishida etakchi omillardan biri hisoblanadi;

- ko'p hollarda nizolarning haqiqiy sabablari har doim ham turmush o'rtoqlar tomonidan to'g'ri tan olinmaydi.

- nikoh nizosi ko'pincha shaxs qadr-qimmatini haqorat qilish va turmush o'rtog'iga jismoniy ta'sir qilish choralari qo'llash shaklida ifodalanadi (asosan erkaklar ayollarga);

- o'zbek oilasida er-xotin nizolarning oldini olish, bartaraf etish va yo'naltirishda ayol etakchi o'rin tutadi.

Ma'lumki, oilada sodir bo'layotgan har qanday nizo oila a'zolari nufuziga putur etkazishi mumkin. Sodir bo'lgan nizodan so'ng oiladagi shaxslararo munosabatlar ham keskin o'zgaradi, oila jamoasida nosog'lom muhit hukm suradi. Nizo natijasidagi salbiy holatlar shaxsning hissiyoti, xatti-harakatlari, tafakkur va hatto xarakterida ma'lum o'zgarishlar sodir etadi. Bu o'zgarishlar shaxs-ning xulq-atvorida namoyon bo'lib, mazkur subyekt qatnashayotgan boshqa vaziyatlarga ham tarqaladi va o'zaro munosabatlarning keng sohalarini egallay boshlaydi. Shuning uchun oila a'zolaridan nizolarning oldini olish tadbirlarini tashkillashtirish va sodir bo'lgan paytda esa ularni malakali tarzda hal etish qobiliyati talab etiladi. Bunda er va xotinning bir-birlarini to'g'ri tushunishi, hurmat qilishi, oilaviy masalalarni birgalikda hal qilishga harakat qilishi oilada yuzaga keladigan har qanday nizo, ixtilof va muammolarni tinch yo'l bilan bartaraf qilishga imkoniyat yaratadi.

O'zbek oilarida er-xotin o'rtasidagi nizolarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganib, ularni samarali bartaraf etishda quyidagi amaliy takliflarni berishimiz mumkin:

1. nikohdan oldingi tanishuv tajribasini va muddatini oshirish tavsiya etiladi;
2. maktab psixologlari, o'qituvchilar va tarbiyachilar hamda mahalla faollari ota-onalar bilan ishlashda nizoning salbiy oqibatlari haqida suhbatlar o'tkazishni ta'minlashi kerak;
3. bolaning ruhiy salomatligi uchun ommaviy axborot vositalari orqali muloqot, jinsiy madaniyat, nizo psixologiyasi bo'yicha psixologik bilimlarni targ'ib qilish, suhbatlar tashkil etish maqsadga muvofiqdir;
4. maktablarda, o'quv yurtlarda, nikoh uylarida yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda nafaqat yoshlarni, balki ularning ota-onalarini ham hayotga tayyorlash juda muhim hisoblanadi;
5. oliy o'quv yurtlarida "Oila hayoti psixologiyasi" bo'yicha maxsus kursni joriy etish, bu kursda nizo psixologiyasi deb nomlangan maxsus bo'lim bo'lishi, ushbu bo'limda nizolarning etiolo-giyasi, omillari, sabablari, ifodalanish shakllari, turlari, yo'nalishi, oqibatlari va oldini olish yo'llari ko'rsatilgan bo'lishi maqsadga muvofiqdir

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V. Oila psixologiyasi. – T.: "Fan va texnologiya", 2008. – 170 b.

2. Fayziyeva M., Jabborov A. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. – T.: “Yangi asr avlodi”, 2007. – 144 b.
3. Shoumarov G'.B., va boshq. Oila psixologiyasi. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma. – T.: “Sharq”, 2008. – 296 b.
4. “Oila” ensiklopediyasi / tuzuvchilar: F. Akramova, Z. Bilolova, I. Jovliyev. – T.: “O'zbekiston milliy ensiklopediyasi” Davlat ilmiy nashriyoti, 2019. – 240 b

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARGA CHET TILI O'RGATISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Karimova Nilufar Raimjonovna,
UBS pedagogika va psixologiya kafedrası
dosenti (PhD)*

Bugungi kunda xorijiy tillarni bilish ko'nikmasi ta'limning ajralmas qismlaridan biri bo'lib bormoqda. Bu boshlang'ich ta'lim jarayonini ham chetda qoldirgani yo'q. Yoshlar ta'limi davomida xorijiy tillarni o'rgatishning ahamiyati sezilarli darajada oshdi. Hozirgi kunda boshlang'ich ta'limga etibor berish, davlatning ijtimoiy, iqtisodiy va ma'naviy jihatdan rivojlantirish demakdir. Yoshlarimiz zamonaviy va har taraflama etuk malaka ega kadr bo'lib etishishlari uchun hamma sharoitlar yaratilgan. Bundan tashqari yuksalish asrida bilim olishga anchagina ko'proq e'tibor qaratilgan.

Shularni inobatga olgan holda, “Boshlang'ich ta'lim tizimini boshqarishni takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori va shu bilan birga “Boshlang'ich ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi” tasdiqlandi. Bu hujjatlarda boshlang'ich ta'lim tizimi tarmog'ini yanada kengaytirish, bollarni o'qitishning zamonaviy hamda samarali metodikalaridan foydalanish va boshlang'ich ta'lim muassalarini malakali kadrlar bilan ta'minlash, o'quvchilarni maktab ta'limiga tayyorlash kabi masalalar aks etgan.

Boshlang'ich ta'lim - yoshlarimiz ta'limi va tarbiyasining ilk bosqichi hisoblanadi. Ammo o'quvchilar kattalarnikidan farqli ravishda kelajakni, ertani o'ylab o'rganishmaydi. Ingliz tilidagi mashg'ulot «shu erda va aynan hozir» manosida o'tkazilishi kerak. O'quvchilar chet tilini hikoyalarni tushunish yoki o'yinlarda g'alaba qozonish orqali osonroq o'rganadilar. Agarda xohlasalar, o'zlari ishtirokidagi o'yinlar orqali o'rgangan ma'lumotlarini mustahkamlab oladilar. Bir tomondan, til bilan ifodalangan kontent o'quvchilar hayoti, kundaligi bilan bog'liq bo'lishi kerak, boshqa tomondan, o'quvchilarni muloqotga chorlaydigan faoliyat yoki vazifalar qiziqarli va muhim bolishi kerak. O'quvchilar mashg'ulot davomida o'zlarini o'yinning bir qismi sifatida tushunishadi va huddi asar qahramonidek o'zlarini tutishadi, harakat qilishadi.

Boshlang'ich yoshda, odatda, chet tillarni o'rganish hayotiy situatsiya va

o'yinlarga asoslangan harakat usullaridan foydalangan tarzda o'rganilganda juda samarali hamda muvaffaqiyatli bo'ladi. Agar o'yinli-syujetli situatsiyalar orqali chet tili o'rgatilsa, barcha o'quvchilar bajonu-dil ishtirok etishadi, sababi ular shu tarzda o'sha situatsiyaning bir bo'lagi ekanligini his etishadi. O'quvchilar chet tili bilan, birinchi navbatda, o'z xonalarida birga "yashaydilar". Shuning uchun xonada muloqot imkoni bo'lsa, o'sha chet tilida bo'lishi kerak. O'quvchilar nafaqat yo'riqnomalarni tushunish bilan cheklanib qolmasdan, balki chet tili orqali o'z ehtiyojlarini ifodalashlari ham mumkin. Shu nuqtai nazardan, ingliz tilida gaplashadigan shaxs (ona tili bo'lgan)lar bilan muloqot qilishi, xonaga taklif etish ham foydali hisoblanadi. Konstruktiv yondashuvga ko'ra, o'quvchilar imkon qadar ko'proq tilda o'zlari so'zlar mazmunini, qoidalarni bilib olishlari kerak. Bu shuningdek, ularning asosiy fikrlash qobiliyatini rivojlanishiga yordam beradi. Barcha o'quvchilar singari, o'quvchilar ham turli xil ta'lim uslublariga ega. O'quvchilar uchun moljallangan ta'lim barcha ta'lim uslublarini hisobga oladi. Taktik va kinestetik o'rganish turlari o'quvchidan alohida e'tibor talab qiladi. Boshlang'ich ta'limda o'quvchilarning iqtidorlari, malakalari, bilimlari va qiziqishlari kengroq o'quvchidi. Chet tilini o'rganish, shuningdek, o'rganuvchining yaxshi tushuna olish qobiliyatiga bog'liqdir. Chet tilini o'rgatish mobaynida har bir o'quvchini harakati uchun rag'batlantirib borish talab etiladi. Ularda akustik, kinestetik, ritmik va vizual farqlashni rivojlantirish kerak. O'quvchilar tez o'rganishadi, lekin tezda unutishadi. Shuning uchun, nutqni bir necha bor takrorlab, shu mavzuga doir o'yin yoki tarqatmalar orqali o'quvchilarning esida qolishiga yordamlashish mumkin.

Xorijiy tillarni muvaffaqiyatli o'rgatish keng qamrovli usullarni talab qiladi. Bunga yana bir misol sifatida, o'quvchilarga ingliz tilidagi yoki o'zlari o'rganayotgan tildagi "listening" ya'ni eshittirishlarni qo'yib berish hamda bu o'quvchiga qanchalik ta'sir qilishini kuzatish zarur. Agar ularga bu eshittirishlar tushunarsiz bo'lsa undanda osonroqlarini tinglatish zarur. Shuningdek "listening" dagi so'zlarni avval tarjimasini yozdirib ularga ma'nosini tushuntirish hamda nutqiy faoliyatda qanday qo'llanilishini tushuntirish lozim. Albatta bu o'quvchilar kayfiyatiga va mashg'ulotga bo'lgan qiziqishlariga ta'sir qiladi. Bundan tashqari o'quvchilarni mashg'ulotga qiziqtirish va ingliz tilini yaxshi o'rganishlari uchun ko'plab metodikalar mavjud. Masalan, barchamizga ma'lumki, pedagoglar o'quvchi xatolarini qizil ruchkada tekshirishadi. Aksincha, tarbiyachilar yashil ruchkada ularning to'g'ri yozilgan so'zlarini tekshirishsa va ularni rag'batlantirsa, ya'ni e'tiborni kamchilikka emas yutuqqa qaratsa, albatta, o'quvchida o'ziga bo'lgan ishonch va bu fanga bo'lgan qiziqish ortadi. Bundan tashqari yana, o'quvchilar fikrini jamlashi uchun 3 4 5 6 metodikasi ham qo'l keladi. Ya'ni, mashg'ulot boshida doskaga 3 4 5 6 ta katakli jadval chiziladi hamda ulardan o'tgan mashg'ulot yodlagan so'zlarini shu katak ichiga joylashtirish so'raladi. Albatta, bu metodika o'quvchilar diqqatini jamlashga va o'tgan mavzuni eslab olishga yordam beradi.

Boshlang'ich yoshidagi o'quvchilarga chet tilini o'qitishda quyidagi o'yinlardan foydalanish tavsiya etiladi:

1. Vaziyatli o'yinlar;
2. Raqobatbardosh o'yinlar;
3. Ritmik musiqiy o'yinlar;
4. Badiiy-ijodiy o'yinlar.

Vaziyatli o'yinlar-u yoki bu sabablarga ko'ra aloqa vaziyatlarini simulyatsiya qiladigan rol o'ynash o'yinlarini o'z ichiga oladi. Rol o'ynash bu o'quvchilarning muayyan rollarini bajarish, turli xil hayotiy vaziyatlar o'ynaladigan o'yin faoliyati hisoblanadi. Masalan, sotuvchi-xaridor, shifokor-bemor va boshqalar. Raqobatbardosh o'yinlar-lug'at va savodxonlikni targ'ib qiluvchi ko'pgina o'yinlarni o'z ichiga oladi. Bu turdagi o'yinlarga krossvord, kim oshdi savdolari, buyruqlarni bajarish va shu kabi o'yinlar kiradi.

Ritmik musiqiy o'yinlar-bu har qanday an'anaviy o'yinlardan farqli ravishda, masalan, sheriklar tanlovi bilan raqs tushadigan o'yinlar bo'lib, bu muloqot qobiliyatlarni o'zlashtirishga emas, balki nutqni yaxshilashga yordam beradigan o'yinlar sirasiga kiradi.

Badiiy-ijodiy o'yinlar-bunday o'yinlar o'quvchining badiiy ijod chegarasida turgan faoliyat turi bo'lib, bunday o'yinlar orqali o'quvchilarning ichki dunyosini kashf qilish mumkin. Bunday metodikalardan tashqari multfilmlar ham o'quvchilar uchun ingliz tilini o'rganishda eng yaxshi yordamchi hisoblanadi. O'quvchilar multfilmlarni yaxshi ko'radilar va ularni ketma-ket tomosha qilish ularga pozitiv kayfiyat bag'ishlaydi. Shuning uchun ingliz tilidagi multfilmlar bir vaqtning o'zida o'quvchilarning pozitiv-kommunikativ sifatlarini shakllantirish bilan birga chet tilini o'rgatishning ko'plab muammolarini hal qilishga yordam beradi.

Boshlang'ich ta'limda ingliz tilini o'rganish "Shexter" usuli, ya'ni "nazariydan amaliyotga" klassik modelga emas, balki teskari, tabiiyroq idrok tizimiga asoslanadi. Bunda o'quvchilarga ona tilimizni o'rgatishimiz juda qulay. Yosh o'quvchilar qanday gapirishni bilmaydilar. O'qituvchilar tomonidan kerakli jumlar va nutq qismlarini qurish qoidalarini tushuntirilib, didaktik o'yinlar orqali ingliz tilini zamonaviy usullarda o'rgatiladi. Bunda (salomlashish, xayrlashish, qisqa mashqlar, ingliz tilida qabul qilingan xushmuomalalik formulalaridan foydalanish) o'quvchilarga chet tili aloqasini o'rnatishga imkon beradi, ingliz tiliga o'tishni osonlashtiradi, o'quvchilarga mashg'ulot boshlanganligini, endi mashg'ulotning ma'lum bir bosqichi o'tishini ko'rsatadi. Metodning muvaffaqiyatli bo'lishining eng muhim sharti o'quvchilarning nutq-fikrlash faoliyatini faollashtirish va ularni chet tili muloqotiga jalb qilishdir.

O'quvchilarda ingliz tilini o'qitishda o'quvchilarni yosh va psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda, ulardagi chet tilini o'zlashtirishga bo'lgan qiziqish, ehtiyojni to'la qondirishga yordam beruvchi pedagogik texnologiyalarga

asoslangan zamonaviy didaktik ishlanmalarni tayyorlash va ularni amalga oshirishning mustahkam mexanizmini ishlab chiqish muaommoning amaliy echimini ta'minlaydi. Yosh o'quvchilarni ingliz tilini o'rganish uchun qiziqarli va rag'batlantiruvchi turli vaziyatlar hosil qilish va o'quvchilarni unda faol ishtrok etishlarini ta'minlash barcha mavjud imkoniyatlardan foydalanish ayniqsa muhim ahamiyatga ega. O'quvchining tayyorligi har qanday o'quvchi alohida shaxs individ hisoblanadi, tabiiyki ulardagi rivojlanish bosqichlari ham bir biridan farq qiladi. Psixologlarning fikricha o'quvchini erta yoshdan gapirishga majbur qilish yoki uni tengdoshlariga qiyoslab rivojlantirishga harakat qilish ko'p hollarda aks ta'sirini beradi va yaxshi bo'lmagan natijalarga olib keladi. Maktab yoshidagi o'quvchilarga chet tilini o'rgatishda psixologik xususiyatlarni, ya'ni ularning qiziquvchanliklarini va serhafsasaliklarini inobatga olish lozim. Shuningdek, o'quvchilar uzoq muddat davomida o'z diqqatlarini bir turdagi faoliyatga qarata olmasliklarini yodda tutish zarur

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 30-sentabrdagi "Boshlang'ich ta'lim tizimini boshqarishni takomillashtirish chora- tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3955-sonli qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-maydagi "O'zbekiston Respublikasi boshlang'ich ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'riida"gi PQ-4312-sonli qarori
3. M. Berdiyeva, S. Bo'ranova Boshlang'ich va boshlang'ich ta'limda nutq o'stirish mashg'ulotlari orqali o'quvchilarning mustaqil fikrlash qobiliyatlarini shakllantirishning samarali usullari.
4. Muminova F.M. "Ingliz tilini o'qitishda zamonaviy innovatsion texnologiyalaridan foydalanish,,.
5. "O'qituvchi" nashriyot-matbaa ijodiy uyi. Toshkent 2012.3. David A. J, Eggen, P Kauchak. O'qitish usullari. Talabalarning bilim olishini targ'ib qilish[M] 2002.
6. Jalolov J.J. Chet til o'qitish metodikasi.-T.:O'qituvchi,2016 y.

KASBIY STRESSNING OILA VA PEDAGOGIK FAOLIYATDAGI O'RNI

*Karshiyeva Dilafró 'z Suyunovna
Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti professori,
psixologiya fanlari doktori (DSc)*

Jahonda stress muammosi bugungi kundagi «asr kasalligi» deb e'tirof etilib, incon salomatligiga rahna soluvshi xavfli kasalliklarning 65 foizini stressogen vaziyat

sabab etib ko'rsatilishi mazkur muammoni chuqur va atqoqlicha o'rganish zaruratini ko'rsatadi hamda dolzarb ahamiyat kasb etadi. Bu borada stressning inson salomatligiga ta'sir etuvchi stressogen omillarni ilmiy tadqiq etishda turli ekstopemal vaziyatlarning inobatga olinishi, stressni boshqarish, shaxs ruhiy va jismoniy salomatligiga ta'sirini pasaytirishda psixik ta'sir usullarini qo'llash masalalarini ilmiy tadqiq etish dolzarb bo'lib qolmoqda. Jahon ilmiy tadqiqot muassasalari va markazlarida pedagog xodimlarning professional omillari hamda psixologik asoslarini o'rganish, ularni tizimlashtirish orqali psixologik mezonlarni ishlab shiqish masalalari ilmiy tadqiq etilmoqda. Bu borada stressga barqarorlikni rivojlantirish modelini yaratish va takomillashtirishga mo'ljallangan maxsus modelashtirilgan topshiriqlardan iborat psixodiagnostik metodikalar majmuini ishlab shiqish bo'yicha izlanishlarni olib borish va ularning psixosozial barqarorligini ta'minlovchi mexanizmlarini yaratishga alohida e'tibor ko'rsatish zarurati ko'rilmoqda.

Kasbiy stress, emotsional xulq determinasiyasi shaxs axloqiy rivojlanishining murakkab fenomeni sifatida turli ilmiy-nazariy yondashuvlar nuqtai nazaridan turlisha tushuntiriladi. Shunday ekan, ushbu psixologik hodisani empirik o'rganishimiz uchun tadqiqot yo'nalishining tanlanishi aynan qanday metodologik qarashlarga asoslanishini aniq ko'rsatib o'tishni lozim tordik. Determinizm (lot. Determinare – belgilab berish, taqozo etish) tamoyili moddiy va ma'naviy olam hodisalarining ob'ektiv qonuniy ravishda o'zaro bog'liqligi va bir-birini taqozolanishini nazarda tutadi. Ushbu tamoyil asosida sababiyat haqidagi g'oya-turli hodisalar o'rtasida shunday aloqadorlik mavjudki, bunday munosabat vaziyatida tegishli shart-sharoitlar mavjud bo'lganda, qandaydir hodisa doimiy ravishda boshqa qandaydir hodisani yuzaga keltiradi degan g'oya tashkil etadi. Psixologiyada determinizm tamoyili barsha psixik hodisalar determinasiyalashganini, ya'ni qandaydir ichki yoki tashqi omillar bilan sababiy bog'lanishni bildiradi. Determinizm tamoyili ilmiy tadqiqotning qoidasi, o'ziga xos yo'riqnomasi sifatida tadqiqotchini hodisalar o'rtasidagi sababiy aloqadorlikni aniqlashga yo'naltiradi.

Kasbiy stress bugungi globallashtirish va axborot oqimining ortishi sharoitida shaxsiy hayot va professional faoliyatning barcha sohalariga chuqur ta'sir ko'rsatayotgan muammolardan biridir. Ayniqsa, pedagogik faoliyat insonning emotsional resurslarini talab qiladigan, doimiy psixologik zo'riqlashni keltirib chiqaradigan kasblardan hisoblanadi. Shuningdek, pedagogning stressga qarshi turish mexanizmlari nafaqat uning kasbiy samaradorligini, balki oilaviy barqarorligini ham belgilab beradi.

Pedagog kasbiy faoliyat jarayonida o'quvchilar, ota-onalar va hamkasblar bilan muntazam aloqada bo'ladi. Bu esa ko'pincha turli nizolar, yuqori mas'uliyat, vaqt etishmovchiligi va doimiy nazorat kabi omillarni yuzaga keltiradi. Natijada pedagogda emotsional charchash, motivatsiyaning pasayishi va o'z faoliyatiga qiziqishning kamayishi kuzatiladi. Bunday jarayon "burnout" – kasbiy yonib ketish sindromiga olib

kelishi mumkin. Ilmiy adabiyotlarda (Maslach, 2016; Karimova, 2020) qayd etilishicha, kasbiy stressning uzoq davom etishi insonning shaxsiy hayotiga ham o'z salbiy izini qoldiradi.

Oilaviy muhitda esa pedagogning psixologik zo'riqishi ko'pincha turmush o'rtog'i va farzandlar bilan munosabatlarda ziddiyat, sabrsizlik, emotsional sovuqlik yoki befarqlik sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa oila a'zolarida ham noxush psixologik holatlarni keltirib chiqarib, ijtimoiy-psixologik muvozanatni izdan chiqaradi. Shu nuqtayi nazardan, kasbiy stressni faqat ish joyidagi muammo sifatida emas, balki kengroq – insonning oilaviy hayoti va shaxsiy farovonligi bilan chambarchas bog'liq bo'lgan ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida o'rganish zarur.

Muhim jihati shundaki, pedagogik faoliyatdagi stress manbalari ko'pincha tashqi omillar bilan bog'liq bo'lsa-da, ularning oqibatlarini engishda ichki resurslar — stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik, kommunikativ ko'nikmalar hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shu bois, mutaxassislar tomonidan pedagoglar uchun psixologik treninglar, stressni boshqarish bo'yicha metodik qo'llanmalar va oilaviy qo'llab-quvvatlash dasturlari ishlab chiqilishi muhimdir.

Xalqaro tajribaga murojaat qilsak, xorijiy tadqiqotlarda (Kyriacou, 2001; Montgomery & Rupp, 2015) pedagoglarda stressni kamaytirishning samarali yo'llari sifatida mindfulness texnologiyalari, relaksatsiya mashqlari va o'z-o'zini boshqarish strategiyalari tavsiya etiladi. Mahalliy olimlar esa (Karimova, 2018; Abduqodirov, 2021) pedagogning kasbiy faoliyatini psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlashda ijtimoiy muhit va oilaviy barqarorlikning ahamiyatiga urg'u beradilar.

Demak, kasbiy stressning pedagog faoliyatidagi va oilaviy hayotdagi o'rni masalasi bugungi kunda ko'p qirrali ilmiy izlanishlarni talab etuvchi dolzarb mavzulardan biridir. Uning salbiy oqibatlarini kamaytirish uchun tizimli yondashuv – ya'ni, kasbiy sohada psixologik yordamni kuchaytirish va oilada emotsional qo'llab-quvvatlashni yo'lga qo'yish zarur. Zero, shaxsiy hayot va kasbiy faoliyat o'rtasidagi uyg'unlik jamiyatning ta'lim sifati, oilaviy barqarorlik va umuman ijtimoiy farovonlikni ta'minlashda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

Kasbiy stress shaxs hayotining ikki muhim sohasi – oila va professional faoliyat o'rtasidagi muvozanatga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Pedagoglarda stressning ortishi nafaqat dars samaradorligini pasaytiradi, balki o'quvchilar bilan kommunikatsiyada qiyinchiliklar, ota-onalar bilan nizolar va kasbiy charchashga olib keladi. Shu bilan birga, stressning oilaga ta'siri turmush o'rtog'i va farzandlar bilan munosabatlarda ziddiyatlar, psixologik noqulaylik hamda emotsional sovuqlikni yuzaga keltirishi mumkin. Demak, kasbiy stressni samarali boshqarish, pedagoglarda stressga chidamlilikni rivojlantirish va oilaviy barqarorlikni mustahkamlash – nafaqat shaxsiy farovonlik, balki jamiyatning ta'lim sifati va sog'lom ijtimoiy muhitini ta'minlashda ham muhim omildir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2019 йил 7 июндаги № 472-сонли “Психология соҳасида кадрларни тайёрлаш тизимини янада такомиллаштириш ва жамиятда ҳуқуқбузарликнинг олдини олиш чоратадбирлари тўғрисида”ги қарори / <http://lex.uz>.
2. Багнетова Е.А Образ жизни и профессиональные факторы риска здоровье педагога. РИО Сур ГПУ, 2017. – С.6.
3. Барабанщикова В.В. Профессиональные деформации в профессиях инновационной сферы / автор. Дис док. Психол н., М., 2016. – С.36.
4. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 1995. – С.136.
5. Леонова А.Б. Психопрофилактика стрессов / А.Б.Леонова, А.С.Кузнецова. – М.: МГУ, 2003. – С.394.
6. Ломов Б.Ф. О системном подходе в психологии // Вопросы психологии. – Москва, 1975. – №2– С.31-45.

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS FOR DEVELOPING STUDENTS' INTERCULTURAL COMPETENCE

Khamidova Sayyora
TEPI teacher

Globalisation, academic mobility, and the growth of international communication have made intercultural competence one of the most important skills for students in the 21st century. According to Byram (1997) and Deardorff (2006), intercultural competence combines knowledge, skills, and attitudes that enable individuals to communicate effectively across cultural boundaries.

Traditionally, IC has been associated with:

- **Linguistic proficiency** — learning the language of the target culture,
- **Cultural awareness** — understanding traditions, customs, and values of other societies.

However, recent research highlights that psychological readiness plays an equally important role. Students may know the grammar and vocabulary of a foreign language but still fail in real-life communication if they cannot manage emotions, overcome anxiety, or show empathy in intercultural situations.

Key psychological mechanisms influencing IC include:

1. **Empathy:** the ability to understand and share others’ feelings;
2. **Emotional regulation:** managing stress and anxiety when facing cultural differences;
3. **Tolerance of ambiguity:** staying calm when things are unclear or unfamiliar;
4. **Openness and curiosity:** willingness to accept new perspectives;
5. **Intrinsic motivation:** interest in learning about other cultures and forming relationships.

This study aims to answer three research questions:

1. Which psychological mechanisms are most critical for developing intercultural competence in students?
2. How do these mechanisms interact with linguistic and cultural knowledge?
3. What can universities do to strengthen these mechanisms through curriculum and teaching methods?

This study adopted a mixed-methods design to capture both numerical data and in-depth personal experiences of students. The rationale for choosing a mixed-methods approach was to obtain a more holistic understanding of the psychological mechanisms underlying intercultural competence. Quantitative data provided measurable indicators such as emotional intelligence levels and openness to cultural diversity, while qualitative data offered rich, detailed insights into students’ thoughts, emotions, and personal reflections. Combining these two forms of data allowed for a comprehensive exploration of both the *what* and *why* of psychological influences on intercultural competence.

The research involved 180 undergraduate students enrolled in three major universities across Uzbekistan. The students represented a wide range of academic disciplines, including education, business administration, engineering, and the humanities. Such diversity was essential to ensure that the findings would not be limited to one particular academic field but could be generalised across different educational contexts.

Approximately 40% of participants had direct intercultural experience, such as studying abroad or interacting regularly with international peers. This subgroup provided valuable perspectives on real-life intercultural encounters, while students without such experiences offered insights into psychological readiness and attitudes before direct exposure. The average age of participants was between 19 and 22 years, ensuring that the study captured the perspectives of young adults at the formative stages of their academic and professional lives.

1. Quantitative instruments

Intercultural Sensitivity Scale (Chen & Starosta, 2000) was used to measure students’ openness, adaptability, and overall sensitivity to cultural differences.

The Emotional Intelligence Inventory (Schutte et al., 1998) was used to assess

emotional regulation skills, empathy, and awareness of one's own and others' emotions.

The Tolerance of Ambiguity Scale (Budner, 1962) evaluated students' comfort with uncertain or unpredictable intercultural situations.

2. Qualitative instruments

Semi-structured interviews were conducted with a subsample of 25 students to explore their emotional challenges, adaptation strategies, and motivational factors in intercultural settings. Interviews were flexible enough to allow students to share personal experiences freely while ensuring that key themes were consistently addressed across participants.

Data collection spanned one academic semester. Quantitative data were gathered through online questionnaires, which ensured anonymity and encouraged honest responses. Interviews were conducted in small, supportive groups to make participants feel comfortable sharing their thoughts and emotions openly.

For data analysis, quantitative responses were first examined using descriptive and correlational techniques to identify relationships among variables such as empathy, emotional intelligence, and intercultural sensitivity. Qualitative data from interviews were transcribed and analysed thematically, focusing on recurring patterns, challenges, and success factors related to psychological aspects of intercultural competence development.

The analysis revealed several key psychological factors that influence the development of intercultural competence among students.

First, empathy emerged as a central mechanism. Students who could emotionally connect with people from different cultural backgrounds reported fewer misunderstandings and more positive communication experiences. Empathy enabled them to interpret unfamiliar behaviours not as offensive or strange, but as expressions of different cultural norms and values.

Second, emotional regulation played a significant role in helping students remain calm and confident when confronted with intercultural challenges. Those who managed stress effectively were less likely to feel threatened or anxious in culturally diverse environments. They described themselves as open-minded and adaptable, able to recover quickly from miscommunications or cultural surprises.

Another key factor was openness to new experiences. Students who were curious and willing to explore unfamiliar customs, ideas, and perspectives tended to approach intercultural situations with enthusiasm rather than hesitation. Their curiosity led to deeper cultural understanding and a reduction in stereotypes and prejudices.

Motivation also influenced the development of intercultural competence. Students with strong intrinsic motivation—those genuinely interested in learning about other cultures—were more engaged in intercultural activities, sought out opportunities for cultural exchange, and reflected more deeply on their experiences.

Additionally, the importance of a supportive learning environment became clear.

Students emphasised that teachers who encouraged intercultural dialogue, created nonjudgmental classroom settings, and provided opportunities for real-life intercultural contact helped reduce anxiety and build confidence.

Finally, self-reflection was identified as a powerful tool for growth. Many students reported that reflecting on their own feelings, reactions, and mistakes helped them develop psychological resilience and improve their communication strategies. Through reflection and constructive feedback, they learned to adapt their behaviours and attitudes, ultimately developing stronger intercultural competence over time.

The findings demonstrate that psychological factors have a significant influence on the development of intercultural competence. Emotional intelligence helps students manage stress and avoid conflicts; empathy fosters understanding and respect; motivation and openness encourage continuous learning about other cultures.

Practical recommendations for universities include:

- **Integrating psychological training** into language and culture curricula, including mindfulness and emotional regulation exercises;
- **Organising cultural exchange projects** to enhance motivation and real-life communication experiences;
- **Using reflective practices** like diaries, group discussions, and peer feedback to promote self-awareness;
- **Creating psychologically safe environments** where students feel comfortable expressing themselves without fear of criticism.

By addressing both the linguistic and psychological dimensions, higher education institutions can equip students with the skills necessary for meaningful and respectful intercultural communication in academic, professional, and social contexts.

Conclusion. This study highlights the crucial role of psychological mechanisms in developing intercultural competence among university students. While linguistic knowledge and cultural awareness remain important, factors such as **empathy, emotional regulation, openness to new experiences, motivation, and self-reflection** significantly shape students' ability to communicate effectively across cultures.

The findings indicate that students with strong emotional intelligence and curiosity approach intercultural interactions with confidence and adaptability. At the same time, supportive learning environments help mitigate anxiety and foster positive attitudes toward diversity. Moreover, opportunities for real-life intercultural contact and reflective practices foster deeper self-awareness and resilience, enabling students to grow both personally and academically.

Overall, the research suggests that higher education institutions should integrate **psychological training** into language and intercultural programs. Activities that build empathy, teach stress management, and encourage open-mindedness can complement

linguistic and cultural education, preparing students for meaningful and respectful communication in multicultural settings.

References:

1. Isroilova, D. Methods of Developing Intercultural Competence in the Modern Innovative Process of Teaching Students of Non-Philological Universities. Scientific Journal of Fergana State University.2023
2. Kodirov, U. M. Intercultural Competence of University Students as the Basis of the Psychological Well-Being of the Modern Teacher. Best Innovator Journal 2022
3. Yuldasheva, T. A.The Development of Intercultural Communication Skills Among Students of Non-Linguistic Higher Education Institutions in Uzbekistan. Western European Journal of Linguistics and Education 2025
4. Chen, G. M., & Starosta, W. J. The Development and Validation of the Intercultural Sensitivity Scale. Human Communication, 3(1), 1–15.2000
5. Deardorff, D. K. Identification and Assessment of Intercultural Competence as a Student Outcome of Internationalisation. Journal of Studies in International Education, 10(3), 241–266.2006
6. Bennett, M. J. Becoming Interculturally Competent. In J. Wurzel (Ed.), Toward Multiculturalism: A Reader in Multicultural Education (2nd ed., pp. 62–77). Intercultural Resource Corporation 2004

CONTEMPORARY MANIFESTATIONS OF ANXIETY IN PRESCHOOL-AGED CHILDREN

Saidakhon Ganizhonovna Khasanova

*Associate professor (PhD) department of Psychology and pedagogy, Andijan
state university*

Anxiety in children of preschool age is today a pressing problem in connection with social, economic and technological changes. This age group, that is, children between the ages of 3 and 7 ears, experience a psychologically very delicate period. Their emotional states, development and social relationships are influenced by many factors.

In the conditions of modern life, children are faced with many sources of stress. The development of technology, the working conditions of parents and caregivers, the process of preparing for school, as well as changes in the social environment lead to an increase in children's anxiety levels. For children, concerns are manifested, in particular, as problems associated with adaptation to a new environment, interaction and self-expression.

This topic helps to deeply understand the psychology of children, educational

environment and social activities. There is also the need to develop effective strategies to identify and reduce anxiety in children. Therefore, the study of modern manifestations of anxiety in children of preschool age remains an urgent issue.

Anxiety is the process by which a child prepares for psychologically or physiologically dangerous situations. This process can affect the psychological development and behavior of children. Modern research suggests that anxiety may be caused by a variety of factors in children's lives, including social, economic, and environmental conditions.

Modern manifestations of anxiety include:

Technology and anxiety - nowadays, children are quickly adapting to technology. Mobile phones, social networks and other digital platforms can increase social anxiety in children. There is a possibility that they have a negative impact on their relationship, sense of competition, and self-assessment.

Let's talk about technology and anxiety factors and solutions in children.

Use of social networks

When children are actively involved in social networks, they can feel competition and pressure among themselves. Constant comparisons about "success" or "visibility" increase anxiety.

Information redundancy

Having access to a large amount of information over the Internet can be a challenge for children. They may have difficulty filtering information, resulting in uncertainty and anxiety.

Self-requirements in preschool organizations

Children who receive education using online education and digital tools can put a high demand on themselves in mastering new technologies and knowledge, which increases stress and anxiety.

Social isolation

Long-term dependence on the phone or television screen reduces social isolation and interaction in children, which can lead to anxiety and depression States.

We looked at the factors of the emergence of anxiety States through modern technologies in children of pre-school age. That's now let's look at a number of solutions to them.

The role of parents and caregivers is to ensure that parents control their children's use of technology, as well as train them for responsible and balanced use. Talking to them openly about technology can help children with inappropriate or high anxiety.

Time restriction-it is important to limit the time spent by children on mobile phones or television, to encourage their involvement in other activities. Sports, art and creative activities improve children's emotional health.

Establishing healthy communication-encouraging children to express their feelings and allowing them to discuss their concerns, improves their emotional state.

Parents and caregivers should listen to their children's feelings.

Educational programs and seminars - it is possible to organize seminars and educational programs for parents to effectively use technology and support the psychological health of children. This increases the knowledge of parents and provides an opportunity to better help their children.

Children's age-appropriate content-choosing suitable and useful content for children, improves their psychological health. Teachers and parents should recommend quality and developing games and programs for children.

So, technology can bring new factors of anxiety in children, but with the right approaches and support, this anxiety can be reduced. Together, parents, caregivers, and society are required to monitor and assist children in the proper use of technology. This contributes significantly to the healthy psychological development of children.

Parental influence in preschool child anxiety-parents can increase or decrease their children's anxiety. Their support, methods of discussing concerns directly affect the psychology of children. Parental stress and uncertainties can cause increased anxiety in children.

The social environment and activities at school - preparation for school, entering a new environment and finding a place in the group-increase anxiety in children. School stress, relationships with classmates, and contacts with teachers determine the level of anxiety.

As measures to reduce this anxiety, we recommend the following.

Emotional support-giving children the opportunity to express their feelings, listening to them and supporting them can reduce anxiety. Parents and caregivers are required to provide children with an environment conducive to expressing their concerns.

Social skills development-social skills development programs for preschool children are very important. Group activities, games and communication can help children reduce anxiety.

Self-control strategies - children should be taught simple ways to manage stress and reduce anxiety. For example, deep breathing, meditation, or soothing games can reduce anxiety.

So it is worth noting that in place of the conclusion. Anxiety in children of preschool age appears in modern living conditions, depending on many factors. Their influence in the social and technological environment, the role of parents, the process of preparing for school and many other factors affect the psychology of children. To reduce anxiety, children need emotional support, teaching stress management techniques, and developing social skills. Parents and caregivers play an important role in this process and should help children overcome anxiety.

Foydalangan adabiyotlar:

1. American Psychological Association. (2020). Stress in America: Coping with change. APA.
2. Creswell, J. D., & Lindsay, E. K. (2014). *How mindfulness training affects the brain: A review of neuroimaging studies. The Neuroscientist, 20(2), 154-167.
3. Klein, K. E., & O'Connor, K. J. (2016). Children's anxiety and parents' coping strategies: Implications for intervention. Journal of Child and Family Studies, 25(3), 843-855.
4. H.S.Ganijonovna. Causes of high level of anxiety in preschool children. Causes of high level of anxiety in preschool children. ACADEMICIA: AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL. 2021. 1474-1480.
5. Murray, L., & Cooper, P. J. (2003). The impact of parental psychiatric disorder on children. Child Psychology and Psychiatry Review, 8(4), 142-149.
6. S.H.Ganizhonovna. REFLECTION OF THE LEVEL OF SAFETY IN PRESCHOOL CHILDREN AS A PHENOMENON OF FEAR. Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities 2 (1.9 Psychological sciences)
6. Pincus, D. B., & Friedman, A. (2004). Child anxiety and the family: Parent and child perspectives. Journal of Anxiety Disorders, 18(6), 817-830.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF OBSESSIVE – COMPULSIVE DISORDER IN ADOLESCENTS AND RESEARCH ANALYSIS

Khudaiberdieva D.

The doctoral student, GulDu

Adolescence is a critical developmental stage characterized by psychological, emotional, and social changes. Obsessive-compulsive disorder (OCD) is one of the most significant psychiatric issues affecting adolescents, manifesting through intrusive thoughts (obsessions) and repetitive behaviors (compulsions). According to WHO, the prevalence of OCD among children and adolescents ranges between 1% and 3%. In Uzbekistan, adolescents comprise nearly 31% of the population, making this problem especially relevant for public health and education systems. This study aims to investigate the prevalence, psychological aspects, and impact of OCD on adolescents, as well as to propose effective diagnostic and corrective strategies.

Research on adolescent OCD converges on a multifactorial model integrating neurobiological, cognitive, and psychosocial mechanisms, with downstream effects on academic functioning, family life, and health-related quality of life. Across studies, adolescence is treated as a sensitive period in which symptom systems consolidate, comorbidities emerge, and family accommodation patterns become influential (Abramowitz & Arch, 2014; Grant et al., 2007).

Large reviews portray adolescent OCD as relatively common and impairing, with onset typically in late childhood to mid-adolescence, frequent fluctuating courses, and nontrivial chronicity if untreated. Late-onset presentations—though less frequent—tend to show greater psychiatric comorbidity and functional impact, underscoring the heterogeneity of trajectories (Grant et al., 2007). Developmentally, adolescents exhibit higher cognitive reactivity (e.g., increased intolerance of uncertainty, evaluative self-focus), which can potentiate symptom maintenance through reassurance seeking and rituals (Abramowitz & Arch, 2014).

Contemporary work emphasizes fronto-striatal circuitry and glutamatergic dysregulation alongside serotonergic findings. Evidence implicates abnormalities in glutamate signaling in both pathogenesis and potential treatment targets, motivating trials of glutamate-modulating strategies and biomarker-informed approaches (Pittenger, Bloch, & Williams, 2011; Wu et al., 2012). These data refine classical serotonergic models by positioning OCD within a cortico-striato-thalamo-cortical network imbalance where excitatory–inhibitory tone matters.

Cognitive–behavioral accounts consistently identify six belief domains as risk/maintenance factors: inflated responsibility, overestimation of threat, perfectionism, intolerance of uncertainty, importance of thoughts, and need to control thoughts (Abramowitz & Arch, 2014). In adolescents, these beliefs interact with normative neurocognitive changes (e.g., developing cognitive control), often amplifying thought–action fusion and ritualization during stress.

Family processes—especially accommodation (modifying routines to reduce the youth's distress)—are robust correlates of symptom severity and functional impairment. Preventive and school-based programs emphasize caregiver psychoeducation and boundary setting to reduce accommodation while supporting exposure-based practice (Semchenko & Kostina, 2020). Brief strategic and systemic formulations argue that well-intended attempts to neutralize fear can paradoxically stabilize the problem, supporting the rationale for response-prevention strategies (Nardone & Portelli, 2020).

Adolescent OCD commonly co-occurs with depressive disorders, generalized and social anxiety, tic disorders, and—in some subgroups—neurodevelopmental conditions. Late-onset cases show higher comorbidity loads and distinct clinical needs (Grant et al., 2007). Comorbidity complicates detection (symptom masking), worsens quality of life, and often necessitates stepped or combined care.

Methods. The study involved a sample of 360 adolescents from three general education schools. To identify OCD symptoms, the following tools were used:

- The Children's Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale (CY-BOCS), adapted for adolescents.
- The Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL 4.0), assessing school functioning, emotional state, social relationships, and family/leisure time.
- An author-developed diagnostic questionnaire assessing cognitive strategies and

daily life impact.

Participants with OCD symptoms ($n = 57$) were allocated to the experimental group, while 57 matched adolescents without symptoms formed the control group. Mathematical and statistical analysis was applied to compare the groups and validate the diagnostic method.

The study found that 18.63% of adolescents exhibited symptoms of OCD, with school-specific prevalence ranging from 10.78% to 27.45%. This variation suggests that different school environments and socio-cultural contexts influence stress and symptom manifestation. Comparative analysis between the experimental and control groups revealed significantly lower quality of life scores among adolescents with OCD. The most pronounced differences were observed in school adjustment and emotional state subscales. The author's diagnostic method demonstrated high sensitivity and reliability, strongly correlating with CY-BOCS and PedsQL outcomes.

The findings highlight that OCD is a widespread issue among adolescents, substantially impacting academic performance, emotional well-being, and social relationships. OCD symptoms hinder adaptation to school life, reduce motivation, and contribute to increased psychological distress. The multifactorial nature of OCD, involving biological, cognitive, and social factors, requires a comprehensive and integrative approach. The results underscore the need for early detection, continuous monitoring, and individualized psychocorrectional programs that engage families, schools, and clinical practitioners.

The study confirmed that obsessive-compulsive disorder is a significant psychological issue among adolescents, with a prevalence rate of 18.63% in the studied sample. OCD has a profound negative effect on quality of life, particularly in areas related to school adjustment and emotional well-being. The proposed diagnostic method proved effective for early identification and prevention of OCD in adolescents. The findings support the implementation of complex interventions that combine diagnostics, psychocorrection, and family involvement to improve adolescent mental health outcomes.

List of used literature

1. Abramowitz, J. S., & Arch, J. J. (2014). Strategies for improving long-term outcomes in cognitive behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder: Insights from learning theory. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 20–31.
2. Grant, J. E., Mancebo, M. C., Pinto, A., Eisen, J. L., & Rasmussen, S. A. (2007). Late-onset obsessive-compulsive disorder: clinical characteristics and psychiatric comorbidity. *Psychiatry Research*, 152(1), 21–27.
3. Pittenger, C., Bloch, M. H., & Williams, K. (2011). Glutamate abnormalities in obsessive-compulsive disorder: neurobiology, pathophysiology, and treatment. *Pharmacology & Therapeutics*, 132(3), 314–332.

4. Wu, K., Hanna, G. L., Rosenberg, D. R., & Arnold, P. D. (2012). The role of glutamate signaling in the pathogenesis and treatment of obsessive-compulsive disorder. *Pharmacology, Biochemistry, and Behavior*, 100(4), 726–735.

5. Khudaiberdieva, D. Kh. (2023). How does obsessive-compulsive disorder manifest itself? *Science and Innovation International Scientific Journal*, 2(4).

ESKAPIZM OMIL VA STRATEGIYA SIFATIDA SHAXSNING PSIXOLOGIK MOSLASHUVI

Kurbanova Nodirabonu Fazlidinovna

Navoiy davlat universiteti

Psixologiya va pedagogika kafedrası o'qituvchisi

Adaptatsiya o'z-o'zini boshqarish jarayonlari yordamida organizmning yaxlitligini, uning gomeostazini, uning faoliyati samaradorligini ta'minlaydigan yagona biopsixosotsial mexanizm sifatida qaraladi. Moslashgan inson faoliyatining yuqori mahsuldorligi, birinchi navbatda kasbiy, hayotdan umumiy qoniqish va ruhiy muvozanat, chuqur ichki qarama-qarshiliklarni hal qilishda muvaffaqiyat, ijtimoiy muhit bilan konstruktiv munosabatlar va hissiy jarayonlarning qulay kechishi bilan ajralib turadi. Moslashuv jarayonining ijobiy natijalari shaxsni shaxs va muhit maqsadlari va qadriyatlarining maqbul nisbatiga, uning ichki shaxsiy salohiyatini hayot faoliyatining aniq sharoitlarida amalga oshirishga olib keladi. Shaxsning moslashuvi (va moslashmaslik) muvaffaqiyatini belgilovchi eng muhim omil uning qiyin hayotiy vaziyatlarni samarali hal qilish, ichki va tashqi qarama-qarshiliklarni minimallashtirishning optimal usullarini topish qobiliyatidir. Subyektning turli ichki ruhiy tuzilmalari va tizimlarini ham muvozanatga keltirish, ham "inson-dunyo" tizimidagi munosabatlarni uyg'unlashtirishning global usullaridan biri eskapizmdir. Uning shakllari spektri shartli ravishda "me'yoriy" (xayolparastlik, o'qish, musiqa tinglash, televizor ko'rish, sayohat qilish va boshqalar), foyda nuqtayi nazaridan "bahsli" (minoritar submadaniyat va sektalarga kirish, daunshifting, nomadizm, sherikni, mashg'ulotlarni, kasbiy rollarni almashtirish) va buzg'unchi (ekstremal qiziqishlar, mehnatsevarlik, internetdan haddan tashqari foydalanish, sirt faol moddalarni iste'mol qilish, qimor o'yinlari, ovqatlanish xulq-atvorining buzilishi, o'z joniga qasd qilish). Eskapizmni oliy regulyator-xulq-atvor mexanizmi va uning faoliyat shakllari sifatida o'rganish pirovard natijada uni prognozlash va nazorat qilish imkoniyatlarini oshirishga, demak, subyektning moslashuvchanlik salohiyatini oshirishni ta'minlashga imkon beradi. Ushbu maqolaning maqsadi shaxsning moslashuv salohiyatini shakllantirish omili sifatida eskapizm va uning konstruktiv (moslashuvchan) va destruktiv (moslashmagan) shakllarini tahlil qilishdan iborat.

Global tashqi va ichki ziddiyatlar, birinchi navbatda, shaxs ongida ham, subyekt-atrof-muhit munosabatlari tizimida ham real va istalgan qadriyat tuzilmalarining

nomuvofiqligi shaxsni voqelikdan qochish strategiyasini tanlashga yoki eskapizmga olib kelishi mumkin. Eskapizm (inglizcha escapism - "hayotdan qochish," ruscha analogi - "voqelikdan qochish") eng umumiy ko'rinishda "shaxsning real dunyodan quvonchliroq yoki xavfsizroq dunyoga ketishga intilishi"ni anglatadi. Uni o'rganishdagi qiyinchiliklar gumanitar fanlardagi yondashuvlarning umumiy xilma-xilligi, ushbu hodisaning ko'p darajaliligi, ko'p qirraliligi va uning faoliyat shakllarining o'ta o'zgaruvchanligi bilan bog'liq.

Shunga qaramay, ushbu tushunchani har tomonlama tahlil qilishga harakat qilinmoqda (qarang: Savchenko, Olkina, 2016; Teslavskaya, Kardapolseva, Belovol, Savchenko, 2017; Savchenko, Teslavskaya, 2021 va boshqalar). Ushbu hodisani turli darajalarda ochib beradigan, moslashuv kichik tizimining ilgari ajratilgan ruhiy, psixologik va ijtimoiy-psixologik darajalariga mos keladigan va bir-birini to'ldiradigan bir nechta asosiy yondashuvlarni belgilash mumkin. Psixik darajada kognitiv-protsessual yondashuvni ajratib ko'rsatish mumkin, unda voqelikdan qochish mohiyatan kompensator xarakterdagi tasavvur qilish/fantaziyalashning psixik jarayoniga tenglashtiriladi. Bu erda shuni tushuntirish kerakki, tadqiqotchilarning aksariyati (Rubinshteyn, 1935; Berkinblit, Petrovskiy, 1968; Dodonov, 1978; Korolenko, Frolova, 1979; Natadze, 1972; Nalchadjyan, 2010; va boshq.) odatda xayolning ikki qarama-qarshi turi ajratiladi - passiv va faol, ular irodaviy kuchlarning namoyon bo'lish darajasi va faollik darajasi, orzu qiluvchi subyektning ongliligi bilan farqlanadi. Biroq, fantaziya shaklidagi eskapizmni o'rganishda, odatda, xayolning ijobiy, ijodiy tomoni hisobga olinmaydi; bu hodisaga faqat real hayotda qoniqtirilmagan fazilatlar va subyektga etishmayotgan shaxsiy fazilatlar va xususiyatlarning o'rnini to'ldirish vazifasi yuklanadi. Psixologik darajada uchta yondashuvni ajratib ko'rsatish mumkin: 1) ichki shaxsiy-protsessual: eskapizm ichki tizim darajasida o'rganiladi va o'zidan qochish, aniqrog'i, shaxs muvaffaqiyatsizlikka uchraganda yoki o'zining yuqori standartlariga mos kelmaganda yuzaga keladigan salbiy his-tuyg'ulardan qochish sifatida namoyon bo'ladi (Baumeister, 1990, 1991a, b). Ushbu yondashuv doirasida eskapizm va boshqa dezadaptiv jarayonlar (o'z-o'zidan qochish, o'z-o'zidan nafratlanish, o'z-o'zini ayblash, o'z-o'zini fokuslash, o'z-o'ziga zarar etkazish va boshqalar) o'rtasidagi bog'liqlik, shuningdek, ushbu hodisaning tuzilishida ongning o'ziga xos holatlari - kognitiv dekonstruksiya (kognitiv torayish), tormozlanmaganlik, dissotsiativ doira hodisalari ("voqelikdan uzoqlashish," "o'z-o'zini parchalash," "o'ziga xoslikni yo'qotish"); 2) motivatsion-protsessual - eskapizm to'plangan hayotiy ziddiyatlarni hal qilish va salbiy his-tuyg'ularni boshdan kechirish zarurati bilan bog'liq boshqa turdagi faoliyatdan qochish uchun bir turdagi faoliyatni amalga oshirish motivi sifatida qaraladi (Stenseng, 2009). Ta'kidlanishicha, kognitiv singib ketish, oqim holatlari, vaqtinchalik dissotsiatsiya va "Men" tuyg'usini yo'qotish bilan birga keladigan qiziqarli faoliyatga faol e'tibor berish orqali odatiy qiziqishlarning ko'plab turlari kognitiv torayishni (birinchi yondashuvda tasvirlangan) boshdan kechirishga

yordam berishi mumkin. Bu psixologik kechinmalar birgalikda insonning o'zidan chalg'ishi uchun ishlaydi va bu jarayon me'yoriy hisoblanadi. Bir qator tadqiqotlar natijalari o'z-o'zini cheklashning noqulaylik, hissiy o'z-o'zini boshqarishning pasayishi va depressiv buzilishlarga moyillik bilan, o'z-o'zini ochib berish esa hayotdan subyektiv qoniqish bilan bog'liqligini aniqladi va shu bilan eskapizmning ikkita shakli mavjudligini empirik tasdiqladi (Stenseng, Rise, Kraft, 2011); 3) funksional (Lazarus, Folkman, 1984; Haan, 1977; Vaillant, 2005 va boshqalar). Bu erda eskapizm qochish/qochish/qochishning xususiy koping-strategiyasi (himoyasi); emotsional yo'naltirilgan o'zlashtirish strategiyalari guruhi yoki psixologik himoya mexanizmlari va koping-mexanizmlarning murakkab iyerarxik tizimi (metakoping, himoya adaptiv kompleksi) sifatida ko'rib chiqiladi, ular stressli vaziyatlarda shaxsning hayotiy faoliyati va o'zini his qilishining optimal darajasini saqlab qolish uchun mo'ljallangan. Funksional jihatdan eskapizm shaxsning psixologik moslashuv darajasini oshirish maqsadida qiyin hayotiy vaziyatlarni hal qilishga qaratilgan metakoping sifatida tavsiflanishi mumkinligiga qo'shilgan holda, eskapizmni psixologik himoyalarning alohida turlari, mexanizmlar va metamexanizmlar bilan bog'lash vazifasi juda murakkab ekanligini ta'kidlashimiz kerak.

Hozirgi vaqtda obyektiv tashqi dunyoga va insonning subyektiv ichki dunyosiga moslashishni tushunish yaxlitdir. Ko'p tizimli yondashuv nuqtayi nazaridan, moslashuv eng umumiy shaklda tizim ichidagi va tizimlararo munosabatlarda bo'lgan biologik, psixologik va ijtimoiy jarayonlarni o'z ichiga olgan uzluksiz rivojlanuvchi jarayon sifatida tushuniladi va organizm ichida (autoplastik moslashuv) va organizm va atrof-muhit o'rtasidagi muvozanatni saqlashga qaratilgan (alloplastik moslashuv). Shu bilan birga, psixikaning adaptiv funksiyasi hayotiy muammoli vaziyatlarda yaqqol namoyon bo'lishini ta'kidlamaslik mumkin emas, shuning uchun adaptiv salohiyatni o'rganishda koping yondashuvidan samarali foydalanish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Бачериков Н. Е., Воронцов М. П., Петрюк П. Т., Цыганенко А. Я. Эмоциональный стресс в этиологии и патогенезе психических и психосоматических заболеваний. Харьков: Основа, 1995.
2. Березин Ф.Б. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988.
3. Беркинблит М. Б., Петровский А. В. Психология фантазии. М.: Политиздат, 1968.
4. Журавлев А.Л., Купрейченко А.Б. Самоопределение, адаптация и социализация: соотношение и место в системе социально-психологических понятий /Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. С. 62–95.

5. Карцева Т.Б. Изменение образа Я в ситуациях жизненных перемен. Автореф. дис... канд. психол. наук. М., 1989.

6. Kim D. et al. Internet game addiction, depression and escape from negative emotions in adulthood: A nationwide community sample of Korea // The Journal of Nervous and Mental Disease. 2017. V. 205(7). P. 568–573.

7. Vaillant G.E. Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms // Archives of General Psychiatry. 1971. V. 24. P. 107–118.

KASBIY TAYYORGARLIKDA MUSTAQIL BILISH FAOLIYATI MOTIVATSIYASINING RIVOJLANISHI

*Kurbanova Zarifa Bokijanovna
NamDU psixologiya kafedrası dotsenti*

Kasbiy tayyorgarlik jarayoni muayyan maqsadni amalga oshirishga, ya'ni shakllangan ustuvorliklar, xulq-atvor qoidalari, qadriyatlar tizimi va butun dunyo haqidagi to'g'ri tasavvurlarga ega ko'p qirrali, ijodiy shaxsni shakllantirish va tarbiyalashga qaratilgan. Pedagogning har qanday faoliyati maqsadga yo'naltirilgan bo'lishi kerak. O'qituvchi nafaqat o'quvchilarning bilish faoliyatini tashkil qiladi, balki boshqaradi. Bilish faoliyatining samaradorligi talabaning o'z harakati va intilishlariga bog'liq. O'zini-o'zi tayyorlashning to'g'ri tashkil etilishi ta'lim oluvchining etakchi xususiyatlaridan biri sifatida mustaqillikni rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik adabiyotlar tahlili asosida mustaqil bilish faoliyatini talaba shaxsining integratsiyaviy xususiyati sifatida ko'rib chiqib unga xos quyidagi jihatlarni ajratib ko'rsatish mumkin:

- bilish faoliyatini o'zi xoxlab va alohida tayyorgarlik bilan tashqi yordamsiz ta'lim jarayonining boshqa sub'ektlari (o'qituvchi, talabalar) bilan hamkorlikda amalga oshirish;

- bilimlarni turli manbalardan tayyor shaklda emas, balki ularni aqliy qayta ishlash orqali olish ko'nikmalarini shakllantirish;

- bilish faoliyati operatsion ko'nikma va usullariga asoslanish;

- mustaqil fikrlash;

- o'quv faoliyatining ijobiy motivatsiyasi;

- o'zini-o'zi tashkil qilish, o'zini-o'zi tahlil qilish, o'z-o'zini baholash va o'zini-o'zi nazorat qilish qobiliyati;

- o'zini-o'zi yanada takomillashtirishga qobiliyatlik [Болотский А.А.2016].

Yuqoridagi xususiyatlardan kelib chiqqan holda A.E.Bogoyavlenskaya, bilish faoliyatidagi mustaqillikning quyidagi tarkibiy qismlarini ajratgan:

1. Motivatsion-irodaviy komponent- mustaqil bilish faoliyatiga undovchi motivatsiya va uni amalga oshirish uchun irodaviy zo'r berishni ifodalaydi;

2. Mazmuniy-operatsion komponent - bilimning hajmi va sifati, bilish faoliyati

ko'nikmalarining egallanganlik darajasini tavsiflaydi;

3. Refleksiv komponent - o'zini-o'zi bilish, o'zini-o'zi tahlil qilishga tayyorlik va qobiliyatni aks ettiradi. [Богоявленская А.Е.2004]

Talaba mustaqil ishining ahamiyati bir o'quv predmeti doirasidan tashqariga chiqib, mustaqillik shaxsning muhim xarakter xususiyati sifatida fikrlash, vaziyatlarni tahlil qilish, o'z fikrini shakllantirish, boshqalar tomonidan o'rnatilgan qarashlardan qat'i nazar, o'z tashabbusi bilan harakat qilish qobiliyatida namoyon bo'ladi.

Mustaqil ishning mohiyatini nazariy jihatdan o'rganib, mustaqil ta'lim rivojlanishi mumkin bo'lgan faoliyatning- bilish, amaliy va tashkiliy-texnik yo'nalishlarini ajratib ko'rsatish mumkin. Mustaqil faoliyat jarayoni: motiv - reja (harakat) - natija uchlik shaklida namoyon bo'ladi.

Talaba jiddiy va barqaror motivatsiya mavjud bo'lgandagina mustaqil ishni bajarishda faollik ko'rsatadi.

Shaxsni o'qitish va tarbiyalashda muvaffaqiyat to'g'ridan-to'g'ri motivatsiyaga, ya'ni bilimlarni o'zlashtirish, ko'nikma va malakalarni shakllantirish, muayyan shaxsiy fazilatlarni egallash, shuningdek, ta'lim oluvchilarning bilishga bo'lgan ehtiyojlarini oshirish uchun muhim va samarali motivlarning mavjudligiga bog'liq.

Ta'lim motivatsiyasi talabalarning ta'lim jarayonining turli tomonlarini, uning mazmuni, shakllari, tashkil etish usullarini shaxsiy individual ehtiyojlari va maqsadlari nuqtai nazaridan baholashdan iborat bo'lib, ular ta'lim maqsadlariga to'g'ri kelishi yoki mos kelmasligi ham mumkin.

Talabalarning motivatsion sohasi juda o'zgaruvchan bo'lib, agar o'quv faoliyati o'quvchilar qo'shimcha mazmun topadigan ijodiy, shaxsiy ahamiyatga ega jarayon sifatida tashkil etilsa ijobiy motivatsiya o'quv faoliyati davomida paydo bo'lishi mumkin.

Eng kuchli motivatsiyalovchi omil kelgusi samarali kasbiy faoliyatga tayyorgarlikdir. Talabalarning mustaqil ishlarini faollashtirishga yordam beruvchi omillar:

1. Bajarilgan ishning foydaliligi. Agar talaba o'z ishining natijalari darsda materialni tushuntirishda, uslubiy qo'llanmada, laboratoriya ishida, maqolalar tayyorlashda yoki boshqa usulda qo'llanilishini bilsa, u holda topshiriqni bajarishga munosabati yaxshi tomonga sezilarli darajada o'zgaradi va bajarilgan ishning sifati oshadi. Shu bilan birga, talabani psixologik jihatdan tayyorlash va bajarilayotgan ishning qanchalik zarurligini ko'rsatish ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalilik omilini qo'llashning yana bir ko'rinishi - kasbiy tayyorgarlikda mehnat natijalaridan faol foydalanishdir. Masalan, agar talaba kichik kurslardan birida diplom (malakaviy) ishi uchun topshiriq olgan bo'lsa, u bir qator o'quv fanlari bo'yicha mustaqil topshiriqlarni bajarishda, keyinchalik esa ularni malakaviy ishiga bir bo'lim sifatida kiritishda foydalanishi mumkin.

2. Talabalarning ijodiy faoliyatdagi ishtiroki. Bu ilmiy-tadqiqot ishi,

tajriba-konstruktorlik ishlanmalari yoki uslubiy ishlardagi ishtiroki bo'lishi mumkin.

3. Intensiv pedagogika muhim motivatsion omil hisoblanadi. U ta'lim jarayoniga faol usullarni, birinchi navbatda, innovatsion o'yinlarga asoslangan trening mashg'ulotlarini joriy qilishni o'z ichiga oladi. Bunday o'yinlarda bir tomonlama chegaralangan bilimlardan ob'ekt haqida ko'p tomonlama bilimlarga o'tish, shunchaki qaror qabul qilish ko'nikmalarini egallash emas, undagi etakchi qarama-qarshiliklar aniqlab modellashtirishni o'rganadi.

4. O'quv fanlari bo'yicha olimpiadalarda, ilmiy tadqiqot yoki amaliy ishlar tanlovlarida qatnashish va boshqalar.

5. Bilimlarni nazorat qilish uchun rag'batlantiruvchi omillardan foydalanish (baholash, reyting, testlar, nostandart imtihon amaliyoti). Bu omillar, ma'lum sharoitlarda raqobatga intilishni keltirib chiqarishi mumkin, bu o'z-o'zidan talabaning o'zini-o'zi takomillashtirishi uchun kuchli motivatsion omil hisoblanadi.

6. Talabalarni o'quv muvaffaqiyati va ijodiy faolligi uchun rag'batlantirish hamda yomon o'qiganligi uchun sanksiyalar. Masalan, muddatidan avval topshirilgan ish uchun yuqori baho qo'yish, aksincha vaziyatda esa bahoni pasaytirish mumkin.

7. Intensiv o'quv faoliyatining birinchi navbatdagi va mustaqil omili o'qituvchi shaxsidir. O'qituvchi ta'lim oluvchiga kasb egasi, ijodkor sifatida namuna bo'la oladi. Pedagog talabalarga o'zining ijodiy salohiyatini ochib berishga, ichki o'sish istiqbollarini aniqlashga yordam berishi mumkin. [Измайлова М.А. 2008].

Tadqiqotchilar tomonidan mustaqil bilish faoliyatining turli daraja, ko'rsatkich va mezonlari ajratib ko'rsatilgan.

G.I. Shukina o'quv jarayonida ta'lim oluvchilar mustaqil bilish faoliyatining reproduktiv-imitativ, izlanuvchanlik-ijro etuvchilik va ijodiy faollik darajalarini ajratib ko'rsatgan.

T.I. Shamova, mustaqil faollikning: qayta tiklovchi, talqin qiluvchi va ijodiy darajalarda namoyon bo'lishini ta'kidlagan

G.I. Saransev o'quvchilarning mustaqil bilish faolligi shakllantirishini yuqori, o'rta va past darajaga ajratadi. Yuqori darajada- mustaqillik hamma sohada namoyon bo'ladi, talaba muammoni hal qiladi va hal qilishning oqilona yo'lini topa oladi, o'zini o'zi nazorat qiladi, o'z ishini qanday baholashni biladi, axborotni mustaqil izlaydi, internet resurslaridan erkin foydalanadi; o'rtacha darajada – ko'p bo'lmagan miqdorda o'qituvchining tavsiyasi va tuzatishi kerak bo'ladi; past darajada- o'qituvchining majburiy ishtiroki talab qilinadi: pedagogning aytib turishb, nazorat qilishi, reproduktiv tabiatdagi vazifalarni borishida namoyon bo'ladi [Занозин Д.А. 2011].

G.A. Aleksanyan bulutli texnologiyalardan foydalangan holda yagona axborot muhitida talabalarning mustaqil bilish faolligini shakllanganlik darajasini baholash uchun quyidagi ko'satkichlarni aniqlagan:

1) motivatsion- yagona axborot muhitida mustaqil ishlarni amalga oshirishga qiziqish; o'

2) kognitiv- yagona axborot muhitida olingan bilimlar tizimining mavjudligi;
3) faoliyatli- yagona axborot muhiti doirasida mustaqil faoliyatni tashkil etish jarayonida o'quv va ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish va fan mazmunining alohida masalalarini chuqur o'rganish qobiliyati;

4) refleksiv-baholash- o'zining mustaqil ishini tashkil etish va nazorat qilish, faoliyati natijalariga ob'ektiv baho berish qobiliyati.

Masofaviy ta'limning asosiy muammolaridan biri talabalarda o'quv faoliyati motivatsiyasining pasayishidir. Internet-muloqotning "sun'iy muhitida" talaba va o'qituvchi o'rtasida yuzma-yuz o'zaro ta'sir bo'lmaganligi sababli ta'lim jarayoniga kirishish asta-sekin kamayadi. O'quv dasturini o'zlashtirish va imtihonlarni topshirishga diqqatni jamlash qiyinlashadi, bu esa ta'limda uzilish bo'lish xavfini oshiradi.

Motivatsiyani saqlab qolish masofadan turib o'rganishning eng qiyin qismidir. Elektron kurslarni o'zlashtirishning muvaffaqiyati bevosita shu jarayonda ishtirok etish darajasiga bog'liq. Shuning uchun, o'quv dasturlar yaratuvchilari oldida turgan asosiy masala – mazkur dasturlarni mazmunli, qiziqarli va idrok qilish uchun qulayligini ta'minlashdir.

Ushbu muammoni hal qilish uchun o'qituvchilar ikkita bir-biri bilan o'zaro bog'liq bo'lgan vazifani bajarishlari -o'quv materiallarini optimallashtirish va motivatsiyani oshirish uchun maxsus modelni qabul qilish kerak. Tavsiya etilgan shartlarga rioya qilish, mustaqil ta'limni tashkil etishda talabalarda bilim olish, doimiy takomillashtirish, o'zini-o'zi o'qitish, o'zini-o'zi tarbiyalash va o'zini-o'zi tashkil qilish uchun kuchli motivlarni rivojlantiradi. Talabalarning mustaqil bilish faoliyati motivlarini to'g'ri aniqlash, uning yo'naltiruvchiik vazifasidan to'liq foydalanish, barqaror ijtimoiy motivlarni rivojlantirish, unga ijobiy ta'sir etuvchi omillarning ahamiyatini oshirish bo'lajak mutaxassisning kasbiy tayyorgarligi va o'quv faoliyati samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Богоявленская А.Е. Развитие познавательной самостоятельности студентов: Тверь, 2004. — 160 с.
2. Болотский А.А. Диагностика сформированности познавательной самостоятельности студентов // Молодой ученый. 2016. № 12(116). С. 81–88.
3. Занозин Д.А. Использование интернет - технологий в организatsiи самостоятельной учебной работы студентов // Среднее профессиональное образование. 2011. № 3. С. 66 – 68.
4. Измайлова М.А. Организatsiя внеаудиторной самостоятельной работы студентов. Москва: Дашков и К, 2008. 104 с

OILALARDA INTERNETGA TOBELIKNING BUGUNGI KUNDAGI HOLATI

Kushakova Nargiza Islambayevna

Nizomiy nomidagi O'zMPU

Amaliy psixologiya kafedrası dotsenti v.b., p.f.n b.PhD

Zamonaviy dunyoda internet va raqamli texnologiyalar hayotning ajralmas qismiga aylandi. Ular ta'lim, aloqa va ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda muhim rol o'ynasa-da, ularning oilaviy hayotga ta'siri, ayniqsa, internetga tobelik muammosi jiddiy e'tibor talab qilmoqda. Oilalar ichidagi munosabatlar, ma'naviy-axloqiy muhit va an'anaviy qadriyatlarning saqlanishi bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar va virtual platformalarning haddan ziyod ko'p ishlatilishi tufayli xavf ostida qolmoqda. Telefonlar, YouTube, Telegram, Instagram va Facebook kabi platformalar oila a'zolarining o'zaro muloqotiga sezilarli ta'sir ko'rsatib, ko'pincha yuzma-yuz munosabatlarni kamaytirib, hissiy aloqalarni zaiflashtirmoqda.

Internetga tobelikning dolzarbligi nafaqat oilaviy munosabatlarning sifatiga, balki yosh avlodning tarbiyasi va psixologik salomatligiga ham bevosita ta'sir qilishi bilan izohlanadi. O'zbekiston kabi an'anaviy oilaviy qadriyatlar muhim o'rin tutadigan jamiyatlarda ushbu muammoning oqibatlarini yanada chuqur sezilmoqda. Masalan, oila a'zolarining ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazadigan vaqti ko'payishi natijasida ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi muloqot vaqtining qisqarishi, oilaviy mas'uliyatlarning e'tiborsiz qolishi kabi holatlar kuzatilmoqda. Shu bilan birga, iqtisodiy omillar, masalan, moddiy etishmovchilik yoki mehnat migratsiyasi tufayli oila a'zolarining bir-biridan uzoqlashishi internetga tobelik muammosini yanada kuchaytiradi, chunki virtual olam ko'pincha hissiy bo'shliqni to'ldirish vositasi sifatida qaralmoqda.

Ushbu muammoning dolzarbligi global miqyosda ham e'tirof etilmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, internetga tobelik psixologik va ijtimoiy muammolar, jumladan, depressiya, tashvish va oilaviy nizolarni keltirib chiqaruvchi omil sifatida qaralmoqda. O'zbekistonda oilani mustahkamlash va ma'naviy-axloqiy muhitni yaxshilash bo'yicha olib borilayotgan fundamental va amaliy tadqiqotlar ushbu muammoning oldini olish va oilaviy qadriyatlarning saqlanishini ta'minlashga qaratilgan. Ushbu maqolada oilalarda internetga tobelikning bugungi kundagi holatini tahlil qilish, uning oilaviy munosabatlar va yosh avlod tarbiyasiga ta'sirini o'rganish hamda bu muammoning oldini olish bo'yicha takliflar ishlab chiqish maqsad qilib qo'yilgan. Tadqiqot natijalari nafaqat oilaviy hayot sifatini oshirishga, balki jamiyatda an'anaviy qadriyatlarning targ'ib qilinishiga ham xizmat qiladi.

Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev 2017-yil 15-iyundagi "Ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash, muqaddas dinimizning sofligini asrash – davr talabi" mavzusidagi anjumanda so'zlagan nutqida jamiyatimiz hayotida, xalqimiz orasida uchrab turadigan, ayniqsa oila va nikoh sohasida duch kelinayotgan o'ta dolzarb,

og‘riqli va o‘tkir muammolar to‘g‘risida gapirib o‘tgan edilar.

Xususan, turmush qurgan yoshlar orasida hayotni engil-yelpi tasavvur qilish, oila muqaddasligini tushunib etmaslik holatlari uchrab turayotgani, yosh oilalar orasida arziyas sabablar bilan ajralishlar ko‘payib borayotgani, begunoh bolalar etim bo‘lib, mehr va e‘tiborga eng tashna paytda ota-ona tarbiyasidan chetda qolayotganligi haqida to‘xtalib, shunday degan edilar:

“...Oilalarda nosog‘lom munosabatlar, qaynona-kelin, er-xotin o‘rtasidagi janjallar, xotin-qizlarimiz orasida o‘z joniga qasd qilish holatlari borligi shaxsan meni qattiq iztirobga solmoqda.”

Darhaqiqat, jamiyat va davlat uchun oila, nikoh, onalik, otalik va bolalik ijtimoiy jihatdan nihoyatda muhim ahamiyatga ega. Zero, ushbu tushunchalar jamiyat va davlat shakllanishini ta‘minlovchi muhim omillar hisoblanadi.

Shu sababli oila va nikoh masalalariga, uchrayotgan muammolarga ijtimoiy-siyosiy, ilmiy hamda oddiy turmush nuqtai nazaridan yondoshish, mazkur munosabatlarni qonun doirasida tartibga solish, mavjud qonun hujjatlarini real voqelikdan kelib chiqqan holda takomillashtirib borish, ularning mazmun-mohiyatini keng xalq ommasiga tushuntirish, oilaning har bir a‘zosi va nikohga kiruvchi shaxslarning haq-huquqlarini qat‘iy himoya qilish talab etiladi.

Oila qo‘rg‘onining poydevori, uning mustahkam qal‘asi, er-xotinni mahkam bog‘lovchi rishtasi — bu nikohdir. Oila rivojiga nafaqat unda yashovchi shaxslarning o‘rni, balki unga ta’sir ko‘rsatuvchi ijtimoiy omillar ham mavjud. Shulardan biri — internet hisoblanadi.

Virtual olam orqali insonlar boshqa bir shaxs bilan tanishib, do‘stona munosabat o‘rnatishi natijasida o‘z oilasidan uzoqlashib, sovuqlik yuzaga kelishi, yoki hatto oila buzilishiga olib keluvchi munosabatlar shakllanishi mumkin. Ayniqsa, bu tanishuvlar ba‘zan shaxsni mukkasidan ketkazib, ajrimlarga olib kelmoqda. Virtual olamdagi muloqot psixologiyasining o‘ziga xos jihati shundaki, u ko‘rinmagan shaxs bilan yuzma-yuz bo‘lmagan holda, turli mavzularda bermalol suhbat qurish imkonini beradi. Bu yashirin muloqot qiziqarli tuyulishi, shaxsning qiziqishini uyg‘otishi mumkin. Bunday munosabatlar qisqa muddatli yoki uzoq davom etuvchi bo‘lishi mumkin.

Afsuski, bu muammo jamiyatimizdagi har uchta oilaning birida kuzatilmoqda.

Ajrimlarning asosiy sababi sifatida internet, xususan, mobil telefonlar va ular orqali kiriladigan “Telegram”, “Instagram” va “Facebook” kabi ijtimoiy tarmoqlarda yangi tanishuvlar orttirilishi ko‘rsatilmoqda. Bu esa oiladagi munosabatlarning buzilishi, er-xotin va farzandlar o‘rtasida nizolar ko‘payishiga olib kelmoqda. Buning asosiy sababi — shaxslar o‘rtasida muloqot etishmasligi yoki oiladagi shaxslararo kommunikativ muloqotning sustligidir.

Mazkur muammoning farzandlarda, ayniqsa o‘smirlik davrida ham namoyon bo‘layotganini ko‘rishimiz mumkin. Farzandlarimizning qarovsiz qolishi, qiziqarli virtual o‘yinlarga mukkasidan ketishi, ularning asosiy e‘tiborini elektron o‘yinlar

egallashi ularni real hayotdan yiroqlashtirmoqda.

Biz ushbu muammoni internet bilan bog'lab, echimini izlashga harakat qilmoqdamiz. Muammoning negizini aniqlash — ya'ni, shaxsning internetga qaramligini aniqlash va sog'lom turmush tarzini shakllantirish yo'llarini izlash zarur.

Oilada farzand tarbiyasi, oila a'zolarining o'zaro munosabati va turmushning chiroyli hamda mazmunli kechishi — barchamizning qo'limizda. Xususan, oilani mustahkamlash va rivojlantirish, oilalarda ma'naviy-axloqiy muhitni yaxshilash, jamiyatda eng ibratli oilaviy an'analarni saqlab qolish hamda targ'ibot qilish masalalari bo'yicha hududlarda qator fundamental, amaliy va innovatsion tadqiqotlar olib borilayotir. Misol uchun, zamonaviy muvaffaqiyatli oila mezonlari qanday bo'lishi kerak, degan mavzuda respublikamizning turli viloyatlarida 800 dan ortiq oilalarda ijtimoiy so'rovlar o'tkazilib, yakuniy natijalar bo'yicha zamonaviy oilaning modeli ishlab chiqildi. Tadqiqot o'tkazilgan oilalar vakillarining fikrlariga ko'ra, oiladagi sog'lom va barqaror, osoyishta psixologik muhit; yuksak ma'naviy-axloqiy tarbiya; etarli darajadagi iqtisodiy va maishiy sharoitlar; oila a'zolarining ta'lim yo'nalishida oliy ma'lumotlilik darajasi; sihat-salomatlikka alohida e'tibor qaratish zamonaviy namunali oilaning asosiy mezonlari qatoriga kiradi. Shu o'rinda har qancha achchiq bo'lmasin, ochiq aytish kerak, tadqiqotlarimizning ko'rsatishicha, keyingi paytlarda xalqimizga xos bo'lmagan ayrim illatlar — oilaviy ajrashishlar, internet tobeligi, turli nizoli vaziyatlar, ishsizlik, oiladagi nosog'lom muhit, ma'naviy tushkunlik, ehtiyojmandlik, jinoyatga qo'l urish holatlari kabi omillar notinch, noqobil, kemtik oilalar va qator ijtimoiy-ma'naviy muammolarni paydo qilmoqda. Ayniqsa, ajrashishlar sonining kamaymayotgani kishida jiddiy tashvish uyg'otadi. Respublikamizning uchta viloyatida olib borgan tadqiqotlarimizdan ma'lum bo'ldiki, oilalar barbod bo'lishiga quyidagi omillar asosiy sabab bo'lmoqda: Psixologik omil — oiladagi og'ir psixologik muhit, o'zaro tushunishning yo'qligi, oiladagi doimiy nizolar, ota-onalarning yosh er-xotin hayotiga aralashishlari, yosh er-xotinlarni begonalashtirib qo'yish, bir-biriga befarqlik; Ijtimoiy omil — ichkilikbozlik, farzandsizlik, er yoki xotinning salomatligi yaxshi emasligi; internet tobeligi; Ma'naviy-axloqiy omil — er-xotindan birining uzoq vaqt davomidagi nikohdan tashqari aloqalari; Iqtisodiy omil — turar joy sharoitlarining qoniqarli emasligi, moddiy etishmovchilik, ishsizlik, urning oilani ta'minlamasligi, mehnat migranti sifatida chet elga ketgan er-xotindan birining oilasi bilan aloqasi uzilishi, qarzlarni to'lay olmaslik.

E'tirof etish lozim, hozirgi kunga qadar 11 800 dan ortiq nizoli oilalarning ishi sudga etib bormasdan, FHDYO organi va sudga ajrashish uchun ariza bergan 3100 dan ziyod oilalarni esa hamkor tashkilotlar bilan birgalikda yarashtirishga erishildi. Umuman, buzilib ketish arafasida turgan 14 645 ta oila saqlab qolindi. Olib borilgan tadqiqotlarimiz xulosalariga tayanib, ajralishlarning oldini olish va oilalarni mustahkamlashga qaratilgan qator takliflar ishlab chiqildi.

Avvalo, mahalla fuqarolar yig'inlari huzuridagi Yarashtirish komissiyalari hamda

“Ota-onalar universiteti” tuzilmalari uchun malakali kadrlar tayyorlash tizimini yo‘lga qo‘yish zarur, deb hisoblaymiz.

Shuningdek, oila qurayotgan fuqarolarning huquqiy savodxonligini oshirish lozim. Bunda mavjud qonunchilik asosida er-xotinning huquq va majburiyatlari, ayniqsa nikoh shartnomasini tuzish tartibi, shart-sharoitlari hamda huquqiy oqibatlari to‘g‘risida tushunchalar berilishi muhimdir.

Mazkur yo‘nalishda keng qamrovli targ‘ibot va tushuntirish ishlarini olib borish, shuningdek, tegishli uslubiy qo‘llanmalar va metodik tavsiyalarni ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir. Umumta‘lim maktablaridan tortib, oliy o‘quv yurtlarining dasturlarigacha oila saboqlarini o‘rgatuvchi dars mashg‘ulotlarini kiritish foydadan xoli bo‘lmaydi.

PEDAGOGLARDA SAMARALI MULOQOT KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Latibjonov Rahmatillo Abdurashid o‘g‘li,
AVPMM Pedagogika va psixologiya,
ta‘lim texnologiyalari kafedrası katta o‘qituvchisi*

Ta‘lim jarayonida pedagog shaxsining kasbiy kompetensiyasi, xususan samarali muloqot ko‘nikmalari, ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarda markaziy o‘rin egallaydi. Chunki muloqot shaxslararo o‘zaro ta‘sirning bosh mexanizmi bo‘lib, pedagogik faoliyatda o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi bilim, qadriyat va tajribani samarali uzatishni ta‘minlaydi. L.S. Vygotskiy ta‘lim jarayonini sotsiokultural kontekstda tushuntirar ekan, muloqotni ijtimoiy tajriba va qadriyatlarni avloddan avlodga o‘tkazish vositasi sifatida baholagan. Uning fikricha, o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi kommunikativ munosabat bola tafakkuri va ijtimoiylashuvining eng muhim omillaridan biridir. Shu bilan birga, A.N. Leontyev muloqotni shaxsning faoliyat bilan uzviy bog‘liq holda shakllanuvchi jarayon sifatida izohlaydi. Unga ko‘ra, pedagog faoliyatida samarali muloqot ta‘lim samaradorligi va shaxsiy o‘sishni ta‘minlovchi kuchli psixologik mexanizmdir.

G‘arb psixologiyasida ham muloqotning ijtimoiy-psixologik mohiyati keng yoritilgan. Jumladan, J.Habermas “Kommunikativ harakatlar nazariyasi”da muloqotni insonlar o‘rtasida kelishuv va hamkorlikni vujudga keltiruvchi asosiy ijtimoiy jarayon sifatida talqin qiladi. Uning nazariyasiga ko‘ra, samarali muloqot shunchaki axborot almashinuvi emas, balki ijtimoiy munosabatlarning legitimligi va barqarorligini ta‘minlovchi mexanizm hisoblanadi (Habermas, 1984).

Mazkur qarashlar zamonaviy pedagogika va psixologiyada ham o‘z aksini topmoqda. Xususan, V.M.Karimova ta‘kidlaganidek, pedagogik muloqot o‘qituvchining kasbiy madaniyatini belgilovchi asosiy sifat bo‘lib, ta‘lim jarayonida nafaqat axborot uzatish, balki o‘quvchi shaxsini tarbiyalash va rivojlantirishda ham

muhim o'rin tutadi (Karimova, 2008). Shu nuqtai nazardan qaraganda, pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarining shakllanganlik darajasi ularning professional kompetentligini belgilovchi mezonlardan biri hisoblanadi. Samarali muloqot ko'nikmalari pedagogik faoliyatning markaziy komponenti hisoblanadi. Muloqot o'qituvchi va o'quvchi o'rtasida bilim, tajriba hamda ijtimoiy qadriyatlarning almashinuvini ta'minlaydigan asosiy psixologik jarayon sifatida talqin qilinadi. Ayniqsa, samarali muloqot pedagogga, o'quvchilar bilan psixologik yaqinlik o'rnatish, ularning ehtiyoj va qiziqishlarini anglash hamda o'zaro ishonchli munosabat yaratish imkonini beradi. Bu jarayon natijasida ta'lim samaradorligi oshadi va o'quvchilarda ijtimoiy moslashuvchanlik rivojlanadi. Shuningdek, V.M.Karimova pedagogik muloqot masalasida ta'lim-tarbiya jarayonida kommunikativ kompetentlikning ahamiyatini alohida ta'kidlab, samarali muloqot o'qituvchining shaxsiy fazilatlari, axloqiy qadriyatlari va kasbiy mahorati bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadi (Karimova, 2010). Aynan V.M.Karimovanning ushbu yondashuvi muloqotni faqat texnik ko'nikma emas, balki shaxsiy sifat va ijtimoiy qadriyatlarning uyg'unlashgan majmui sifatida ko'rishga imkon beradi).

Bundan tashqari, K.Rogersning gumanistik yondashuvi ham pedagogik muloqotning psixologik asoslarini belgilab beradi. Rogers ta'lim jarayonida "samimiylilik, qabul qilish va empatik tinglash" tamoyillarini ustuvor hisoblaydi. Zamonaviy ta'lim tizimida aynan ushbu tamoyillar o'qituvchining kasbiy kompetensiyasini oshirish bilan birga, ijtimoiy-psixologik iqlimni mustahkamlaydi.

Muloqot ko'nikmalarining ijtimoiy-psixologik asoslari psixologiya fanida ikki qatlamda ko'rib chiqiladi. Birinchidan, u ijtimoiy jarayon sifatida qaralib, axborot almashinuvi, hamkorlik va moslashuvni o'z ichiga oladi. Ikkinchidan, psixologik jarayon sifatida talqin qilinib, idrok, tushunish va emotsional aloqadorlikni qamrab oladi. Pedagog shaxsida samarali muloqot ko'nikmalari ushbu ikki qatlamning uzviy bog'lanishi natijasida shakllanadi. Bundan tashqari, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish ijtimoiy sharoit, madaniy qadriyatlar, oilaviy muhit hamda ta'lim tizimida shakllangan kommunikativ madaniyat bilan chambarchas bog'liqdir. J.Habermasning "Kommunikativ harakatlar nazariyasi"da ta'kidlanishicha, samarali kommunikatsiya nafaqat axborot uzatish, balki ijtimoiy hamkorlik, kelishuv va barqarorlikni shakllantirish vositasi hamdir.

Pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirishga ta'sir etuvchi omillar qatoriga kasbiy bilim va malakalar, psixologik sezgirlik va empatiya, shuningdek, madaniy va ijtimoiy kontekstni bilish kiradi. O'qituvchining kasbiy bilim va malakasi ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik sezgirlik va empatiya esa o'quvchilarning ehtiyojlari va hissiy holatini to'g'ri anglash imkonini beradi. Shu bilan birga, pedagogning madaniy va ijtimoiy kontekstni yaxshi bilishi muloqot mazmunini jamiyat qadriyatlari va talablari bilan uyg'unlashtirish imkonini beradi.

Shu asosda aytish mumkinki, pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirish nafaqat ularning kasbiy faoliyatini samarali tashkil etishga, balki o'quvchilar shaxsining har tomonlama rivojlanishiga, ta'lim muhitida ijobiy psixologik atmosfera yaratishga ham xizmat qiladi. Bugungi davrda pedagoglarda yuqori darajadagi kommunikativ kompetensiyani shakllantirish ta'lim jarayonida muvaffaqiyatning eng muhim omili hisoblanadi.

Ijtimoiy-psixologik jihatdan qaralganda, pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarining shakllanishi quyidagi omillar bilan belgilanadi:

- **Kasbiy bilim va malaka** – o'qituvchining ta'lim jarayonini tashkil etish bo'yicha nazariy va amaliy tayyorgarligi.
- **Psixologik sezgirlik va empatiya** – o'quvchilarning ichki holatini to'g'ri anglash, ularning ehtiyojlarini inobatga olish.
- **Ijtimoiy tajriba** – jamiyatdagi kommunikativ qadriyatlar, madaniy an'analarga mos ravishda muloqot yuritish.
- **Shaxsiy fazilatlar** – sabr, bag'rikenglik, ochiqlik, hamkorlikka tayyorlik kabi sifatlar.

Kasbiy bilim va malaka pedagogning ta'lim nazariyasi, metodikasi, didaktik texnikalari hamda sinfni boshqarish ko'nikmalarini o'zida jamlagan komponentdir. U quyidagilarni o'z ichiga oladi: dars rejalashtirish, differensial yondashuv, baholash usullari, muloqot strategiyalarini tanlash (savol-javob, muhokama, kichik guruhlar), hamda munosabatlarni tartibga soluvchi pedagogik texnikalar.

Psixologik sezgirlik va empatiya. Psixologik sezgirlik va empatiya pedagogning o'quvchining hissiy-ruhiy holatini sezish, uning ehtiyojlarini inobatga olish hamda mos pedagogik choralarni qo'llash qobiliyatidir. Bu komponent kommunikativ kompetensiyaning «iliq» qismidir.

Ijtimoiy tajriba (kommunikativ madaniyat va kontekst). Ijtimoiy tajriba pedagogning jamiyatdagi muloqot an'analari, madaniy qadriyatlar, mahalla va oilaviy kontekstni anglashidan iborat. Bu omil muloqot mazmuni va uslubini kontekstga mos shakllantirishga yordam beradi.

Shaxsiy fazilatlar (sabr, bag'rikenglik, ochiqlik, hamkorlikka tayyorlik). Shaxsiy fazilatlar pedagogning xulq-atvori, axloqiy va emotsional qiyofasidir. Ushbu fazilatlar muloqot sifatini to'g'ridan-to'g'ri belgilaydi: sabr baholashni pasaytiradi, bag'rikenglik farqlilikni qabul qilishni osonlashtiradi, ochiqlik va hamkorlik esa ijtimoiy o'sishni rag'batlantiradi.

Pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirish o'quv jarayonining samaradorligi, tarbiyaviy maqsadlarning amalga oshirilishi va ta'lim muassasasidagi ijtimoiy-psixologik muhitning barqarorligi uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Muloqot jarayoni nafaqat bilim almashinuvi, balki shaxslararo munosabatlarni shakllantirish, o'quvchi shaxsining rivojlanishiga ko'maklashish va uning ijtimoiylashuvini ta'minlashda ham asosiy vosita hisoblanadi.

Avvalo, pedagogik muloqot ta'lim jarayonida o'qituvchi va o'quvchi o'rtasida o'zaro hamkorlik, ishonch va hurmat tamoyillariga tayanishi zarur. Bu jarayonda o'qituvchining kommunikativ madaniyati, nutqiy boyligi, pedagogik takt va ijtimoiy sezgirlik darajasi alohida ahamiyatga ega bo'ladi. Shuningdek, samarali muloqot ko'nikmalari o'qituvchiga sinfdagi turli psixologik vaziyatlarni boshqarish, nizolarni konstruktiv hal etish, hamda o'quvchilarda motivatsiyani shakllantirish imkonini beradi. Samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Bular qatorida o'qituvchining empatiya qobiliyati, tinglash madaniyati, verbal va nonverbal vositalardan to'g'ri foydalanishi, o'quvchilarning shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish kabi jihatlar muhim sanaladi. Masalan, faol tinglash, qayta aloqa berish va ochiq savollar berish orqali pedagog o'quvchining fikrlash jarayonini rag'batlantiradi, uning o'zini erkin ifoda etishiga sharoit yaratadi.

Bundan tashqari, kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish pedagogning ijtimoiy tajribasi, madaniy muhitga moslashuv darajasi va kasbiy refleksiya qobiliyati bilan chambarchas bog'liqdir. O'z faoliyatini muntazam tahlil qiluvchi, o'z xatolaridan xulosa chiqaruvchi pedagog o'z muloqotini samarali tashkil etishga intiladi. Shu bois, zamonaviy ta'lim tizimida pedagoglarning muloqot madaniyatini shakllantirish maqsadida turli treninglar, seminarlar, psixologik mashg'ulotlar va kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish dasturlaridan keng foydalanilmoqda.

Shuningdek, samarali muloqotning pedagogik faoliyatdagi o'rni nafaqat o'quvchilar bilan, balki ota-onalar, hamkasblar va rahbariyat bilan hamkorlik jarayonida ham namoyon bo'ladi. Chunki o'qituvchining har qanday ijtimoiy muhitda to'g'ri muloqot yuritishi uning kasbiy obro'sini oshiradi, ta'lim jarayonining sifatini kafolatlaydi va ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta'minlaydi.

Pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirishning asosiy maqsadi o'quvchi shaxsini rivojlantirish, ta'lim jarayonini samarali tashkil etish va ijtimoiy-psixologik muhitni optimallashtirishdir. Bu jarayonni chuqurroq anglash uchun turli nazariy yondashuvlarga murojaat qilish muhim. Masalan, L.S. Vygotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasiga ko'ra, bola rivojlanishi ijtimoiy muloqot orqali amalga oshadi va o'qituvchi bu jarayonda vositachi rolini bajaradi. Demak, pedagogning muloqot uslubi o'quvchining bilim olish sur'ati va ijtimoiylashuviga bevosita ta'sir ko'rsatadi. A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasida esa muloqot shaxsiy rivojlanishning ajralmas qismi sifatida ko'riladi. Uning fikricha, inson faoliyati doimo ijtimoiy xarakterga ega bo'lib, kommunikativ jarayonlar orqali tartibga solinadi. Shu bois, pedagogning kasbiy faoliyatida samarali muloqotning o'rni nihoyatda yuqori hisoblanadi.

Shuningdek, A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi ham bu borada ahamiyatlidir. Unga ko'ra, odamlarning ko'nikmalari kuzatish, taqlid va ijtimoiy muhitdan o'rganish orqali shakllanadi. Demak, pedagogning o'quvchilar oldida o'zini tutishi, nutqiy madaniyati, xatti-harakatlari ularga namuna bo'lib xizmat qiladi. V.M. Karimovanning tadqiqotlarida ham o'qituvchi shaxsida muloqot ko'nikmalarini

shakllantirish psixologik sezgirlik, refleksiya va madaniy qadriyatlarga asoslanganligi ta'kidlanadi. Uning fikricha, pedagogik muloqot faqatgina axborot uzatish emas, balki tarbiyaviy va ijtimoiylashuv jarayonining samarali mexanizmi hamdir.

Xulosa qilib aytganda, pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirish ijtimoiy-psixologik nuqtayi nazardan qaralganda, ta'lim jarayonining eng muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. O'qituvchining kommunikativ malakasi o'quvchi bilan sog'lom muloqot o'rnatish, ta'lim-tarbiyaviy jarayonni muvaffaqiyatli tashkil etish va o'quvchilarning ijtimoiylashuvini qo'llab-quvvatlashda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagoglarda empatiya, psixologik sezgirlik, ijtimoiy tajriba va shaxsiy fazilatlar mavjud bo'lgandagina muloqot samarali kechadi. Bu esa o'z navbatida ta'lim sifati va ijtimoiy muhitning barqarorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Tavsiya o'rnida aytish mumkinki:

1. Kasbiy tayyorgarlikni kuchaytirish – pedagogik oliygohlarda kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishga qaratilgan maxsus kurs va treninglarni joriy etish.
2. Amaliy treninglar o'tkazish – o'qituvchilar uchun muloqot psixologiyasi, konfliktologiya va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan seminarlar tashkil etish.
3. Refleksiv faoliyatni qo'llash – pedagoglarning o'z faoliyatini muntazam tahlil qilishi va o'zini-o'zi rivojlantirishga intilishi uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqish.
4. Hamkorlikni kuchaytirish ota-onalar, psixologlar va hamkasblar bilan samarali muloqot mexanizmlarini ishlab chiqish va ta'lim jarayoniga joriy etish.
5. Innovatsion texnologiyalardan foydalanish – ta'limda zamonaviy kommunikatsion vositalar va sun'iy intellekt imkoniyatlarini muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga yo'naltirish.

Bir so'z bilan aytganda, pedagoglarda samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirish nafaqat o'quvchilar rivojlanishi, balki jamiyatning ijtimoiy-psixologik barqarorligi uchun ham muhim omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotsky, L. S. (1983). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
2. Leontyev, A. N. (1977). *Activity, Consciousness, and Personality*. Moscow: Nauka.
3. Habermas, J. (1984). *The Theory of Communicative Action*. Boston: Beacon Press.

4. Karimova, V. M. (2008). *Psixologiya*. Toshkent: O'qituvchi.
5. Karimova, V.M. (2010). *Pedagogik muloqot psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
6. Rogers, C.R. (1969). *Freedom to Learn: A View of What Education Might Become*. Columbus, OH: Charles E. Merrill Publishing.

MAKTAB VA MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARI INTEGRATSIYASIDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK HAMKORLIKNING ILMIY-AMALIY VA STRATEGIK ASOSLARI

*Madgapilova Nargiza Talipjanovna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti, Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Ta'lim tizimlarida maktabgacha ta'lim (MGT) va umumta'lim maktablari o'rtasidagi integratsiya va uzluksizlik masalasi bugungi kunda nafaqat pedagogik amaliyot, balki milliy siyosat va xalqaro ekspertiza darajasida ham markaziy ahamiyat kasb etmoqda. Xalqaro tadqiqotlar va siyosiy tavsiyalar MGTdan maktabgacha bo'lgan o'tish jarayonlarini faqat tashkiliy yoki moliyaviy masala emas, balki bolaning rivojlanishi, oilaviy farovonlik va jamiyat iqtisodiy salohiyatiga ta'sir ko'rsatuvchi tizimli jarayon sifatida ko'rishni taklif qiladi.

O'zbekistonda ham so'nggi yillarda MGT qamrovi va sifatiga oid siyosiy e'tibor keskin ortdi: rasmiy hujjatlar va milliy strategiyalar ta'lim tizimining uzluksizligini ta'minlashni davlat darajasida belgilab berdi, bu esa qonuniy-me'yoriy baza va davlat dasturlari orqali amalga oshirilmoqda. Ta'lim sohasining huquqiy asosi bo'lgan "Ta'lim to'g'risida"gi qonun va 2022–2026 yillarga mo'ljallangan rivojlanish strategiyasi ham ushbu yo'nalishga ustuvorlik beradi.

Empirik ko'rsatkichlar ham integratsiya talabining amaliy asosini mustahkamlaydi: xalqaro moliyaviy-hamkorlik tashkilotlari va milliy statistika ma'lumotlariga ko'ra, O'zbekistonda 2017 yildagi nisbatan past MGT qamrovidan boshlab qisqa muddat ichida sezilarli o'sish kuzatildi — turli manbalarda 2017 yildagi taxminan 27% dan 2024 yilda 75% atrofidagi darajagacha oshishi qayd etilgan, bu keng qamrovli infratuzilma kengayishi va siyosiy e'tiborning natijasidir. Biroq qamrov oshishi bilan birga sifatni barqaror saqlash, hududlararo tengsizliklarni kamaytirish va maktabga o'tishdagi psixologik hamda pedagogik tayyorgarlik masalalari yangi talablarga olib kelmoqda.

Xalqaro ekspertiza (OECD, UNICEF va boshqalar) o'tish jarayonlarini samarali tashkil etish bo'yicha bir qator konseptual va amaliy tavsiyalarni ilgari suradi: bolaga yo'naltirilgan (child-centred) yondashuv, maktab va MGT dasturlari orasida vertikal moslashuv, o'qituvchilar va psixologlar o'rtasida doimiy professional hamkorlik hamda

oilalar bilan tizimli muloqot — bular o‘tish sifatini oshirishning asosiy komponentlari sifatida tan olinadi. Shu bois pedagogik-psixologik hamkorlik integratsiyaning markaziy mexanizmi sifatida qaralishi lozim.

Amaliy nuqtai nazardan, MGT–maktab integratsiyasining samaradorligini ta’minlash bir nechta murakkab, o‘zaro bog‘liq muammolarni hal qilishni talab etadi: (1) o‘quv-metodik vertikal uyg‘unlik va baholash tizimlarining muvofiqlashtirilishi; (2) maktabga o‘tishning psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlanishi — tashvish, stress va ijtimoiy moslashuv muammolarini kamaytirish uchun diagnostika va intervensiya mexanizmlari; (3) kadrlar — ayniqsa pedagog va psixologlarning integratsiyalashgan kompetensiyalari va uzluksiz kasbiy rivojlanishi; (4) monitoring va qiymatlash tizimlari orqali sifatni doimiy nazorat qilish. Xalqaro va mintaqaviy investorlar (masalan, Jahon banki) MGT loyihalari doirasida aynan shu komponentlarga investitsiya qilishni ta’kidlaydilar.

Nazariy jihatdan maqola integratsiyani tushunishda ikki asosiy konseptual ramkani uyg‘unlashtiradi: Vygotskiyning **yaqin rivojlanish zonasi** (ZPD) pedagogik qo‘llab-quvvatlash orqali bolaning potensialini faollashtirishga imkon beruvchi mexanizmlar sifatida hamda Bronfenbrennning **bioekologik modeli** bola rivojlanishini mikromuhitdan makromuhitgacha bo‘lgan tizimli o‘zaro ta’sirlar orqali tushuntirish uchun mo‘ljallangan nazariy asos sifatida tanlandi. Ushbu ikki model integratsiyani nafaqat o‘quv-metodik moslashuv, balki oilaviy, jamoaviy va siyosiy kontekstlarni hisobga oluvchi kompleks strategiya sifatida ko‘rishga zamin yaratadi.

Ushbu maqolaning maqsadi — MGT va maktab integratsiyasida pedagogik-psixologik hamkorlikning ilmiy-amaliy va strategik asoslarini tizimli tahlil qilishdir. Ilmiy vazifalar qatorida milliy siyosat va xalqaro tavsiyalarni solishtirish, O‘zbekiston sharoitida amalga oshirilayotgan islohotlar hamda xalqaro moliyaviy hamkorlik dasturlarining integratsiya sifatiga ta’sirini baholash, shuningdek pedagogik va psixologik amaliyotlarni integratsiyalashgan yo‘nalishda rivojlantirish bo‘yicha takliflar ishlab chiqish ko‘zda tutilgan. Mazkur tahlil siyosat ishlab chiquvchilar, ta’lim boshqaruvi organlari va amaliyotchilar uchun strategik yo‘l-xaritani shakllantirishga xizmat qiladi.

Kelib chiqadigan nazariy-metodik va siyosiy xulosalar maqolaning keyingi bo‘limlarida: (1) adabiyotlar sharhi va xalqaro tajribalar sintezi; (2) milliy siyosat va statistik tahlil; (3) pedagogik-psixologik amaliy mexanizmlarning modellashirilishi; (4) strategik tavsiyalar va yo‘l-xarita shaklida bosqichma-bosqich taklif qilinadi.

Asosiy qism

1. Integratsiya jarayonining nazariy-metodik asoslari

Maktabgacha ta’lim (MGT) va umumta’lim maktablari o‘rtasidagi integratsiya uzluksiz ta’lim tizimining eng muhim strategik komponenti sifatida ko‘rilmoqda. Ushbu jarayonning samarali tashkil etilishi uchun nazariy-metodik asoslar ishlab chiqilishi zarur.

- **Vygotskiyning yaqin rivojlanish zonasi (ZPD) nazariyasiga** ko'ra, bolaning rivojlanishi o'z imkoniyatlaridan tashqari bo'lgan bilim va ko'nikmalarni kattalar hamda tengdoshlari yordamida o'zlashtirish orqali amalga oshadi. MGTdan maktabga o'tish davrida pedagog va psixologlarning hamkorligi bolaning kognitiv salohiyatini to'liq faollashtirish imkonini beradi.
- **Bronfenbrennning bioekologik modeli** bolaning rivojlanishiga ta'sir etuvchi mikrosistema (oil, tarbiyachi, o'qituvchi), mezosistema (MGT va maktab o'rtasidagi hamkorlik), ekzosistema (hududiy siyosat), makrosistema (milliy ta'lim strategiyalari) va xronosistema (vaqt o'zgaruvchanligi) kabi omillarni hisobga olishni talab qiladi. Shu asosda integratsiyalashgan ta'lim dasturlari nafaqat bolaga, balki uning rivojlanish muhitiga ta'sir ko'rsatadi.
- **OECD va UNICEF** tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, uzluksiz ta'lim dasturlari uyg'unligi, pedagogik-psixologik hamkorlik va ota-onalar bilan ishlash tizimlari samarali bo'lgan mamlakatlarda maktabga moslashuv darajasi **25-30%** ga yuqoriroq, boshlang'ich ta'limda yutuqlar esa **20-25%** ga oshadi.

Shunday qilib, nazariy konsepsiyalar integratsiyani faqat tashkiliy chora emas, balki bola shaxsining ko'p qirrali rivojlanishini ta'minlovchi **kompleks jarayon** sifatida ko'rishni talab qiladi.

So'nggi yillarda O'zbekiston ta'lim tizimi, xususan, maktabgacha ta'limni rivojlantirishda sezilarli yutuqlarga erishdi. Ammo integratsiyani samarali tashkil etishda hali ham bir qator tizimli muammolar mavjud.

Rasmiy-huquqiy asoslar

- **“Ta'lim to'g'risida”gi Qonun (2020-yil) hamda 2022–2026-yillarga mo'ljallangan rivojlanish strategiyasi** maktabgacha ta'lim qamrovini oshirish, sifatni yaxshilash va uzluksizlikni ta'minlashga ustuvor yo'nalish sifatida belgilagan.
- Davlat statistika qo'mitasi ma'lumotlariga ko'ra, 2017-yilda **27%** bo'lgan MGT qamrovi 2024-yilda **75%** ga etdi. Ammo sifat ko'rsatkichlari barcha hududlarda bir xil emas. Masalan, Toshkent shahrida qamrov **90%** ga etgan bo'lsa, ayrim chekka hududlarda bu ko'rsatkich **50%** dan oshmagan.

Amaliy muammolar

- **Pedagogik dasturlar uyg'un emas** — MGT dasturlarida o'yin va ijtimoiy ko'nikmalar rivoji ustuvor bo'lsa, maktab dasturlari ko'proq akademik yondashuvga asoslanadi. Bu bolaning psixologik tayyorgarligida uzilishlarga olib keladi.
- **Psixologik qo'llab-quvvatlash sust** — ASQ-3, SDQ, ECERS-3 kabi xalqaro diagnostika vositalari milliy tizimga to'liq kiritilmagan.

- **Kadrlar tayyorlash muammosi** — tarbiyachi va boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining atigi **42%** da integratsiyalashgan pedagogik metodika bo‘yicha malaka oshirish kurslari mavjud.

Ushbu maqola doirasida Toshkent, Samarqand va Qashqadaryo viloyatlaridagi 13 ta ta‘lim muassasasida o‘tkazilgan so‘rov, diagnostika va kuzatuvlar quyidagi natijalarni ko‘rsatdi:

1. Bolalarning maktabga tayyorgarlik darajasi

- **Kognitiv tayyorgarlik** — bolalarning **64%** i asosiy hisoblash va o‘qish ko‘nikmalariga ega, **36%** i esa past natija ko‘rsatdi.
- **Ijtimoiy-emotsional tayyorgarlik** — 5–7 yoshli bolalarning **41%** da moslashuv muammolari mavjud.
- **Nutq rivojlanishi** — so‘ralgan bolalarning **24%** da nutqiy rivojlanish kechikkan.

2. Pedagogik-psixologik hamkorlik darajasi

- Tarbiyachi va boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining **56%** i maktabga tayyorlov jarayonida hech qanday psixologik metodlardan foydalanmaydi.
- Psixologlarning **68%** i ota-onalar bilan tizimli ishlash uchun etarli metodik materiallar yo‘qligini bildirgan.
- Maktab va MGT dasturlarining uyg‘unligi bo‘yicha umumiy baho **48%** ni tashkil etdi. Ushbu tadqiqot asosida MGT va maktab o‘rtasidagi hamkorlik uchun **integratsiyalashgan strategik model** ishlab chiqildi. Model quyidagi to‘rt ustunga asoslanadi:

1. Dasturlar uyg‘unligi

- MGT va maktab dasturlarining o‘quv maqsadlarini moslashtirish.

2. Diagnostika tizimi

- ASQ, SDQ va ECERS-3 asosida milliy diagnostika mexanizmlarini joriy qilish.
- Pedagog va psixologlar uchun maxsus treninglar, mentoring tizimlari va onlayn platformalarni rivojlantirish.
- Oilalarga psixologik yordam dasturlarini yo‘lga qo‘yish, uy muhitini maktab muhiti bilan uyg‘unlashtirish.
- Maktabgacha va maktab ta‘limi integratsiyasi uzluksiz ta‘lim tizimining asosiy ko‘rsatkichi sifatida milliy siyosatda ustuvor ahamiyat kasb etadi.
- O‘zbekiston qamrov ko‘rsatkichlarini oshirishda sezilarli yutuqlarga erishgan bo‘lsa-da, sifat, diagnostika tizimi va psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlari etarli darajada rivojlanmagan.
- Xalqaro tajribalardan kelib chiqib, maktabgacha va maktab o‘quv dasturlarining uyg‘unlashtirilishi, pedagog va psixologlar malakasini oshirish hamda ota-onalar ishtirokini kuchaytirish integratsiya samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Ushbu tadqiqot natijalari maktabgacha ta’lim (MGT) va umumta’lim maktablari o’rtasidagi integratsiya jarayoni O‘zbekiston ta’lim tizimida dolzarb va strategik ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatdi. Maqolada olib borilgan nazariy, empirik va komparativ tahlillar shuni tasdiqlaydiki, pedagogik-psixologik hamkorlik integratsiyaning markaziy mexanizmi sifatida qaralishi lozim. Chunki bolalarning maktabga tayyorligi nafaqat kognitiv, balki ijtimoiy-emotsional, shaxsiy rivojlanish ko‘rsatkichlariga ham bevosita ta’sir etadi.

Tadqiqotdan quyidagi asosiy xulosalar chiqarildi:

1. Integratsiyaning ilmiy asoslari

- Vygotskiyning **yaqin rivojlanish zonasi** va Bronfenbrennning **bioekologik modeli** MGT–maktab integratsiyasining asosiy nazariy poydevorini tashkil etadi.
- Xalqaro yondashuvlar (OECD, UNICEF, UNESCO) integratsiyani nafaqat ta’lim jarayonlari uyg‘unligi, balki oilaviy ishtirok, psixologik qo‘llab-quvvatlash va metodik moslashuv tizimi sifatida talqin etadi.

2. O‘zbekiston tajribasi

- So‘nggi yillarda maktabgacha ta’lim qamrovi **27% dan 75% gacha** oshdi, ammo sifat ko‘rsatkichlari hududlar kesimida farqlanmoqda.
- Empirik natijalar shuni ko‘rsatadiki, maktabga borayotgan bolalarning qariyb **36%** i psixologik moslashuvda qiyinchiliklarga duch kelmoqda, **24%** ida nutq rivojlanishida orqada qolish kuzatiladi.
- Pedagogik dasturlar uyg‘un emasligi va diagnostika tizimining etarli emasligi integratsiya samaradorligini pasaytiradi.
- Psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimlari bolaning moslashuv stressini kamaytiradi, o‘quv motivatsiyasini oshiradi hamda ijtimoiy-emotsional rivojlanishni tezlashtiradi.
- Tarbiyachi, o‘qituvchi, psixolog va ota-onalar o‘rtasida **koordinatsiyalashgan hamkorlik** mavjud bo‘lgan muassasalarda boshlang‘ich sinfdagi o‘quv yutuqlari o‘rtacha **20-25%** yuqori bo‘ladi.

Integratsiyani samarali amalga oshirish uchun quyidagi yo‘nalishlarda ishlash muhim:

- **Dasturiy uyg‘unlik** – MGT va maktab o‘quv dasturlarini metodik jihatdan moslashtirish.
- **Diagnostika tizimini rivojlantirish** – ASQ-3, SDQ, ECERS-3 kabi xalqaro mezonlarni milliy amaliyotga integratsiya qilish.
- **Kasbiy rivojlanish** – pedagog va psixologlar uchun muntazam treninglar, coaching va mentoring tizimlarini yaratish.
- **Oila bilan ishlash** – ota-onalarni o‘tish jarayoniga jalb etish, psixologik maslahat markazlarini kuchaytirish.
- **Monitoring va baholash** – integratsiya sifatini doimiy ravishda kuzatish uchun milliy indikatorlar tizimini yaratish.

Maktabgacha va maktab ta'limi o'rtasidagi integratsiyani faqat tashkiliy yoki infratuzilmaviy masala sifatida emas, balki bolaning **uzluksiz rivojlanishiga xizmat qiluvchi kompleks strategik jarayon** sifatida ko'rish zarur. Ushbu maqola integratsiyalashgan pedagogik-psixologik hamkorlikning ilmiy-amaliy asoslarini yoritish bilan birga, ta'lim siyosatini takomillashtirish, kadrlar malakasini oshirish hamda bolalarning maktabga moslashuvini yanada samarali yo'lga qo'yish bo'yicha konseptual takliflarni ilgari suradi.

Quyida maqolangiz mavzusiga mos **foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatini APA 7th** standarti asosida tuzib berdim. Manbalar milliy va xalqaro ochiq ilmiy maqolalar, kitoblar, hisobotlar va normativ-huquqiy hujjatlardan tanlab olindi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi. (2020). *Ta'lim to'g'risidagi Qonun*. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami, 2020-yil, №637.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-sonli farmoni. (2022). *2022–2026-yillarda Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi*.
3. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim agentligi. (2023). *Maktabgacha ta'lim sifatini baholash mezonlari bo'yicha metodik qo'llanma*. Toshkent: O'zMTA.
4. Bronfenbrenner, U. (2005). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. Sage Publications.
5. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
6. Pianta, R. C., Cox, M. J., & Snow, K. L. (Eds.). (2007). *School readiness and the transition to kindergarten in the era of accountability*. Brookes Publishing.
7. OECD. (2021). *Starting Strong VI: Supporting meaning-making and well-being in early childhood education and care*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/25216031>
8. UNICEF. (2022). *Early childhood education and care: Ensuring equitable and quality learning opportunities*. New York: UNICEF. <https://www.unicef.org>
9. UNESCO. (2020). *Global education monitoring report 2020: Inclusion and education*. Paris: UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org>
10. Mashburn, A. J., Pianta, R. C., Hamre, B. K., Downer, J. T., Barbarin, O. A., Bryant, D., & Howes, C. (2008). Measures of classroom quality in prekindergarten and children's development of academic, language, and social skills. *Child Development*, 79(3), 732–749. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01154.x>

11. Sylva, K., Melhuish, E., Sammons, P., Siraj-Blatchford, I., & Taggart, B. (2010). Early childhood matters: Evidence from the effective pre-school and primary education project. *Routledge*.
12. Rimm-Kaufman, S. E., & Pianta, R. C. (2000). An ecological perspective on the transition to kindergarten: A theoretical framework to guide empirical research. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(5), 491–511. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(00\)00051-4](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(00)00051-4)

O'SMIRLAR O'RTASIDA O'ZARO HAMKORLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK USULLARI

Majidov Jasur Baxtiyarovich
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Jizzax davlat pedagogika universiteti

O'zaro hamkorlik insonlar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarning eng muhim shakllaridan biri bo'lib, birgalikda faoliyat yuritish, maqsad sari intilish, fikr almashish va umumiy echim topishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik jarayondir. Bu tushuncha nafaqat jamoada ishlashni, balki shaxslar o'rtasidagi muloqot, o'zaro ishonch, empatiya va murosaga asoslangan ijtimoiy munosabatlarni anglatadi.

O'zaro hamkorlikning psixologik mohiyati shundaki, bu jarayon orqali shaxsning ichki dunyosi ijtimoiy tajriba bilan boyiydi, ijtimoiy rol va vazifalar anglanadi hamda emotsional intellekt rivojlanadi. Shaxsning jamiyatga moslashuvi va jamoada samarali ishlay olishi bevosita o'zaro hamkorlik madaniyatiga bog'liq.

Zamonaviy jamiyatda o'smirlar tarbiyasi, ularning ruhiy holati va ijtimoiy faolligi ta'lim va tarbiyaning asosiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan qaralganda, o'smirlarning o'zaro hamkorlik madaniyatini shakllantirish masalasi psixologiya va pedagogika sohalarida muhim mavzulardan biri sifatida ko'tarilmoqda. O'zaro hamkorlik — bu faqatgina birgalikdagi ish emas, balki shaxsiy rivojlanish, muloqot, murosaga kelish, fikr almashish, bir-birini tushunish va ijtimoiy ongni boyitish vositasidir. Bu jarayon ayniqsa o'smirlik davrida katta ahamiyat kasb etadi. O'zaro hamkorlikning psixologik mohiyati shundaki, bu jarayon orqali shaxsning ichki dunyosi ijtimoiy tajriba bilan boyiydi, ijtimoiy rol va vazifalar anglanadi hamda emotsional intellekt rivojlanadi. Shaxsning jamiyatga moslashuvi va jamoada samarali ishlay olishi bevosita o'zaro hamkorlik madaniyatiga bog'liq.

Psixolog R. L. Gardner o'zining «Multiple Intelligences» (1983) asarida o'zaro hamkorlikning ahamiyatiga to'xtalib, uning ta'kidlashicha, shaxslarning o'zaro faoliyatlari va hamkorlikdagi muvaffaqiyatlari nafaqat ularning aqliy salohiyatiga, balki ularning ijtimoiy va emotsional ko'nikmalariga ham bog'liqdir. Gardner, shuningdek, jamoaviy ishlarda muvaffaqiyatga erishish uchun empatiya, o'zaro tushunish va qo'llab-

quvvatlashning asosiy o'rin tutishini ta'kidlaydi. U o'zaro hamkorlik jarayonida ijtimoiy-emotsional intellektning rolini alohida ajratib ko'rsatadi.

Shu bilan birga, psixolog V. H. Searle (2004) o'zining «Collaborative Learning: Theory and Practice» asarida, o'zaro hamkorlikning ta'lim jarayonidagi o'rni va uning shaxslarning rivojlanishiga ta'sirini tahlil qiladi. U, ayniqsa, o'smirlik davrida o'zaro hamkorlik o'smirlarning emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatishini, bu jarayonda guruh ishlari va ijtimoiy o'zaro aloqalar psixologik farovonlikni oshirishi mumkinligini qayd etadi.

Shuningdek, o'zaro hamkorlikni shakllantirishning psixologik asoslari shaxsning hissiy-emotsional rivojlanishini, empatiya va o'zaro muloqotda muvaffaqiyatli bo'lish qobiliyatini o'z ichiga oladi. O'smirlar o'rtasida bu ko'nikmalarning rivojlanishi, jamoaviy ishlarni bajarishda, guruhlarda ishlashda, o'zgaruvchan muhitda to'g'ri qarorlar qabul qilishda va muammolarni birgalikda hal etishda katta ahamiyatga ega.

Psixologik nuqtai nazardan, o'zaro hamkorlikning rivojlanishi o'smirlarning ijtimoiy-emotsional muvozanatini yaxshilaydi. Bu, o'z navbatida, o'smirlar orasida tushunmovchiliklarni kamaytiradi, konfliktlarni bartaraf etishga yordam beradi va jamoada umumiy maqsadga erishish uchun birgalikda ishlashga olib keladi. Shunday qilib, o'zaro hamkorlikni shakllantirish o'smirlarning psixologik salomatligini yaxshilash, ijtimoiy munosabatlar va shaxsiy rivojlanish uchun muhim vosita hisoblanadi.

O'smirlik davri — shaxsning o'zligini izlash, jamiyatda o'z o'rnini topishga intilish davri bo'lib, aynan shu paytda o'zaro hamkorlik shakllanishi va rivojlanishi psixologik jihatdan juda muhimdir. O'zaro hamkorlikni shakllantirish jarayonida o'smirlarning quyidagi psixologik ko'nikmalari rivojlanadi:

Empatiya: O'zaro hamkorlikni shakllantirishda empatiya — boshqa shaxslarning hissiy holatini tushunish va unga munosabat bildirish qobiliyati katta ahamiyatga ega. O'smirlar bir-birining holatini anglash orqali o'zaro munosabatlarni yaxshilaydi va jamoaviy ishlarni samarali bajarishga qodir bo'ladi. O'smirlar o'zaro hamkorlikni shakllantirishda bir-birining holatini anglash orqali o'zaro munosabatlarini yaxshilaydi. Masalan, maktabda guruh ishlari o'tkazilayotgan paytda, agar bir o'smir boshqalarining stressini yoki noxush holatini sezsa, unga yordam berishga harakat qiladi. Bu o'zaro tushunishni oshiradi va samarali jamoaviy ishni ta'minlaydi. Empatiya o'zaro ishonchni rivojlantiradi, bu esa ijtimoiy aloqalar va jamoaviy ishlarning muvaffaqiyatli bo'lishiga olib keladi. Psixolog D. Goleman (1995) empatiyaning boshqaruv ko'nikmalari va ijtimoiy munosabatlar uchun ahamiyatini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, empatiya nafaqat shaxsiy rivojlanish uchun, balki guruh ishlari uchun ham zarurdir.

Empatiya o'smirlarning o'zaro aloqalarini mustahkamlash va muloqotda tushunmovchiliklarning oldini olish uchun zaruriy psixologik ko'nikmadir. Psixologiya sohasida empatiya ko'pincha "oqilona hissiyotlar" yoki "ijtimoiy hissiy idrok" deb ataladi. *Psixolog D. Goleman (1995) empatiyaning ijtimoiy munosabatlar va boshqaruv*

ko'nikmalarining rivojlanishida asosiy rol o'ynashini ta'kidlaydi.

Kommunikativ ko'nikmalar: Muloqot orqali o'z fikrlarini ifodalash va boshqalarni tinglash qobiliyati o'smirlar o'rtasida o'zaro hamkorlikning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Samarali muloqot o'zaro tushunishni ta'minlaydi va konfliktlarni hal qilishda yordam beradi. Samarali kommunikatsiya — o'zaro hamkorlik jarayonining yana bir muhim jihati. Kommunikativ ko'nikmalar o'smirlarning fikrlarini ifodalash va boshqalarni tinglash qobiliyatini o'z ichiga oladi. O'smirlar guruhda ishlashda o'z fikrlarini aniq ifodalash, boshqalarni tinglash va ularning fikrlarini hurmat qilishni o'rganishadi. Misol uchun, o'smirlar jamoasida loyiha ustida ishlayotgan bir guruh o'quvchilar, o'z fikrlarini ochiq va aniq ifodalashlari, shu bilan birga, guruhning boshqa a'zolarining fikrlarini ham tinglashlari lozim. Bu jarayon o'zaro tushunishni ta'minlaydi va jamoa a'zolarining fikrini qadrlashni o'rgatadi. Psixolog J.P. McCarthy (2001) samarali muloqotning ijtimoiy aloqalar va rivojlanishdagi rolini ta'kidlaydi. Muloqotdagi ochiqlik va hurmat nafaqat o'zaro ishonchni mustahkamlaydi, balki konfliktlarni hal qilishda ham yordam beradi. Kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish ijtimoiy integratsiyaning asosiy qismi bo'lib, o'zaro tushunishni ta'minlaydi va konfliktlarni bartaraf etishga yordam beradi. *J.P. McCarthy (2001) o'zining "Social Communication and Development" asarida samarali muloqotning o'sish jarayonidagi rolini batafsil tushuntiradi.*

Boshqaruv va kelishuv qobiliyatlari: O'zaro hamkorlik shartlarida o'smirlar o'zaro kelishuvga erishish, muammolarni hal qilish va guruhni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Bu ko'nikmalar ularning jamoaviy ishlarini muvaffaqiyatli tashkil etishda va ijtimoiy masalalarni hal qilishda yordam beradi. Boshqaruv va kelishuv qobiliyatlari o'zaro hamkorlikni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Guruh ishlarida, ayniqsa, turli fikrlar va qarashlar mavjud bo'lishi mumkin. Boshqaruv ko'nikmalariga ega o'smirlar, agar guruhda kelishmovchilik yuzaga kelsa, barcha ishtirokchilarni tinglab, muammolarni hal qilish yo'lini topadilar. Masalan, bir guruh o'smirlar loyihani yakunlashda o'zaro kelishuvga erishishlari va jamoani muvaffaqiyatli boshqarishlari kerak. Bunday jarayonlar guruhda ijtimoiy masalalarni hal qilishda o'zaro yordamni rivojlantiradi va ijtimoiy integratsiyani ta'minlaydi. Psixolog V. H. Searle (2004) o'z asarida, guruh ishlarida kelishuv va muammoni hal qilish ko'nikmalarining ahamiyatini ta'kidlaydi. O'smirlar bunday ko'nikmalarni rivojlantirgan holda, jamoada samarali hamkorlikni ta'minlash imkoniga ega bo'ladilar. Boshqaruv va kelishuv ko'nikmalari, ayniqsa o'zaro hamkorlik jarayonida, ijtimoiy masalalarni hal qilishda muhimdir. Ular guruhda o'zaro yordamni rivojlantiradi va jamoaviy maqsadlarga erishishda muhim vositadir. *V. H. Searle (2004) "Collaborative Learning: Theory and Practice" asarida, guruh ishlarida muvaffaqiyatga erishish uchun kelishuv va muammoni hal qilish ko'nikmalarining zarurligini ta'kidlaydi.*

O'zini anglash va o'z-o'zini hurmat qilish: O'zaro hamkorlik jarayonida o'smirlar o'zlarining imkoniyatlarini va cheklovlarini tushunishga o'rganadi. Bu, o'z

navbatida, ularning o'ziga bo'lgan ishonchlarini oshiradi va o'zaro hurmatni rivojlantiradi. Shuningdek, o'zini anglash va o'z-o'zini hurmat qilish o'zaro hamkorlikni shakllantirishda muhim psixologik omillardir. O'smirlar o'zlarining imkoniyatlarini va cheklovlarini anglashni o'rganadilar. Bu jarayon ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va o'zaro hurmatni rivojlantiradi. Masalan, bir o'smir o'zining kuchli tomonlarini bilib, o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi va jamoaviy ishda samarali qatnashadi. Shu bilan birga, boshqa o'smirlarning imkoniyatlarini tushunish va hurmat qilish ham zarurdir. Psixolog A. Bandura (1997) o'zining "Self-Efficacy: The Exercise of Control" asarida o'zini anglash va o'z-o'zini hurmat qilishning ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishdagi ahamiyatini ko'rsatadi. O'smirlarning o'zini anglash, shuningdek, o'zlarining yutuqlari va muvaffaqiyatlarini baholashda yordam beradi.

Biz o'z tadqiqotimizda o'smirlar o'rtasida o'zaro hamkorlik o'rnatishda namoyon bo'ladigan ijtimoiy-psixologik muammolarning namoyon bo'lishini shaxslar arao munosabatlarda uchraydigan ziddiyatlar asosida aniqlashga harakat qildik. Jizzax shahridagi 30-maktab va Sharof Rashidov tumani 23-maktabning o'smir yoshdagi o'quvchilarida K.Tomassning "Shaxslararo munosabatlarni o'rganish" so'rovnomasidan foydalanib tadqiqot olib bordik. Tadqiqot natijalari quyidagi jadvalda aks etgan (1jadval).

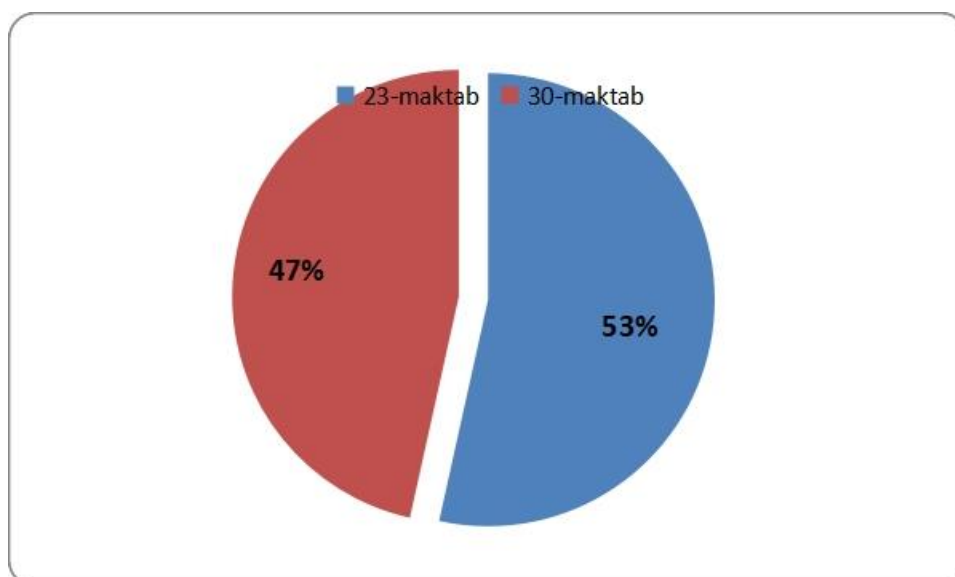
1-jadval

O'smirlarda o'zaro hamkorlik o'rnatishda shaxslararo munosabatlarning namoyon bo'lishi (K.Tomass uslubi bo'yicha)

Shkala	O'quvchi	N	O'rtacha qiymat	Standart og'ish		Ishonch darajasi
Raqobat	Sh.Rashidov	59	7,3390	2,17834	2,533	*,013
	Jizzax shahri	60	6,3833	1,93182		
Hamkorlik	Sh.Rashidov	59	5,2203	1,64073	-,866	-,388
	Jizzax shahri	60	5,5000	1,87309		
Murosachilik	Sh.Rashidov	59	6,3390	1,39717	2,237	*,027
	Jizzax shahri	60	5,7167	1,62701		
Tortishuvdan qochish	Sh.Rashidov	59	4,3220	1,90680	2,733	*,007
	Jizzax shahri	60	5,3500	2,18489		
Vaziyatga moslashish	Sh.Rashidov	59	6,2373	1,84147	-,923	-,358

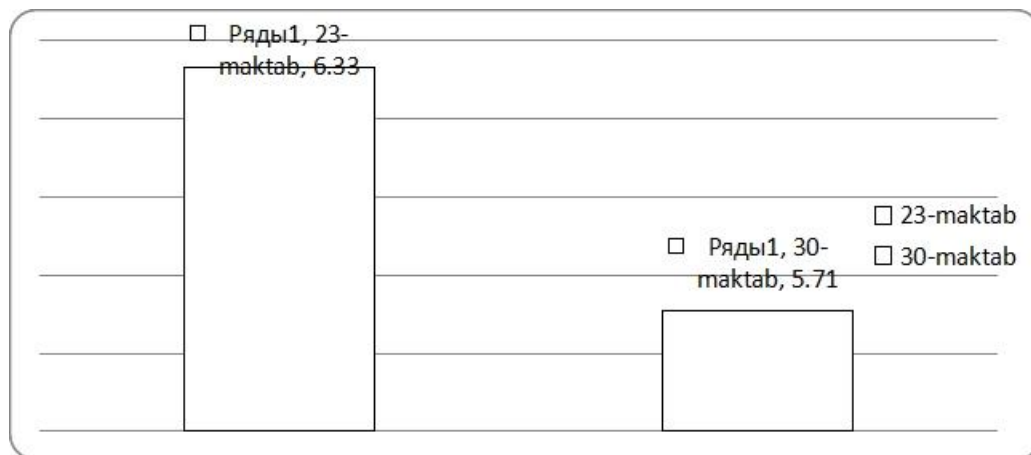
	Jizzax shahri	60	6,5500	1,8542 2		

K. N. Tomas tomonidan ishlab chiqilgan shaxslararo munosabatlarni o'rganish metodikasi asosida olib borilgan tahlil natijalariga ko'ra, 23-maktab o'quvchilari 30-maktab o'quvchilariga nisbatan nizoli vaziyatlardan chiqishda ko'proq **raqobat** usulini tanlashga moyil ekani aniqlandi (2,533; $p>0,5$). Bu holat o'smirlar o'rtasida o'zaro hamkorlikni shakllantirish va ijtimoiy-psixologik muammolarni bartaraf etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Raqobat usuli, odatda, nizoni echishda shaxsiy manfaatni ustun qo'yish, o'z fikr va pozitsiyasini qat'iy himoya qilish orqali namoyon bo'ladi. Raqobat orqali nizoni hal qilishga moyil bo'lgan o'smirlar o'z nuqtai nazarini asoslab bera olishga, qat'iyat bilan fikr bildirishga va guruhda etakchilik qilishga intiladilar. Bu ularning o'zaro hamkorlik jarayonida faol ishtirok etishini ta'minlaydi, ayni paytda ijtimoiy-psixologik muammolarni aniqlash va ularga echim topishda muhim rol o'ynaydi. Xulosa qilib aytganda, 23-maktab o'quvchilarining raqobatga moyilligi ularning faol, qat'iyatli, liderlik qobiliyatlariga ega shaxslar ekanidan dalolat beradi va bu sifatlar o'zaro hamkorlikni shakllantirish hamda ijtimoiy-psixologik muammolarni bartaraf etishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.



Murosachilik shkalasi bo'yicha Sharof Rashidov tumani 23-maktab o'quvchilari nizoli vaziyatlardan chiqishda ushbu usulni ko'proq tanlashlari aniqlandi (2,237; $p>0,5$). Murosachilik — nizoni echishda qarama-qarshi tomonlarning manfaatlarini hisobga olib, o'zaro kelishuvga intilish demakdir. Shu sababli, murosachilikka moyil bo'lgan o'smirlar ijtimoiy-psixologik ziddiyatlarni keskinlashtirmasdan, hamkorlikni rivojlantirishga yo'naltiradilar. Bu esa guruh ichida ishonch va o'zaro yordam muhitini yaratib, ijtimoiy muammolarning barqaror bartaraf etilishiga imkon beradi. 23-maktab o'quvchilarining murosachilikka bo'lgan moyilligi

o‘zaro munosabatlarni sog‘lom yo‘l bilan boshqarish va ijtimoiy-psixologik muammolarni samarali hal etishda muhim vosita hisoblanadi. Bu sifatlar o‘smirlar o‘rtasida kuchli hamkorlikni rivojlantirishga xizmat qiladi.



Shaxslararo munosabatlarni o‘rganish metodikasi natijasiga ko‘ra, 30-maktab o‘quvchilari 23-maktab o‘quvchilariga nisbatan nizoli vaziyatlardan **tortishuvdan qochish** orqali chiqib ketishni ko‘proq afzal ko‘rishlari aniqlandi ($-2,733$; $p>0,5$). Tortishuvdan qochish strategiyasi, ayniqsa, kichik nizolar yoki jiddiy bo‘lmagan kelishmovchiliklarda, ziddiyatni kuchayishidan saqlab, vaqtinchalik tinchlikni ta‘minlashga yordam beradi. Bu yondashuv o‘smirlar orasida noqulay vaziyatlardan qochish, stress va nizolardan himoyalaniishga imkon yaratadi, shu bilan birga o‘zaro munosabatlarni asrashga xizmat qiladi. 30-maktab o‘quvchilarining tortishuvdan qochishga moyilligi ularni qisqa muddatda nizolardan himoya qilib, ijtimoiy muhitda tinchlikni saqlashga yordam beradi. Ammo bu yondashuv ijtimoiy-psixologik muammolarni barqaror bartaraf etishda samarali bo‘lishi uchun, uni faol muloqot va murosa strategiyalari bilan birga qo‘llash muhimdir.



O‘zaro hamkorlikning mohiyati va psixologik ahamiyati haqida tahlil

qilganimizda, o'smirlarning shaxsiy rivojlanishi va jamiyatda muvaffaqiyatli o'z o'rnini topishlari uchun o'zaro hamkorlikning zaruriyati aniqlandi. O'zaro hamkorlik nafaqat guruhda ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish, balki emotsional barqarorlikni ta'minlashda ham muhim rol o'ynaydi. O'smirlar o'rtasida hamkorlikni rivojlantirish, ularning hissiy va intellektual salohiyatini kengaytiradi, shu bilan birga, ijtimoiy-emotsional xavfsizlikni ta'minlaydi. Bu esa o'smirlarning tengdoshlari va kattalar bilan kechadigan o'zaromunosabatlarining ijobiy ketishiga yordam beradi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, o'zaro hamkorlikni shakllantirish, o'smirlarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishida asosiy omil bo'lib, uning samarali bo'lishi uchun psixologik yondoshuvlar va metodlarni joriy etish zarur. O'smirlar o'rtasida o'zaro hamkorlikni shakllantirish, ularning ijtimoiy-emotsional salomatligini saqlashga, guruh ichida muvaffaqiyatli ishlashga va jamiyatda o'z o'rnini topishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlarж:

- 1.Gardner, Howard. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. Basic Books, 1983.
- Searle, V. H. Collaborative Learning: Theory and Practice. Routledge, 2004.
- 2.Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books, 1995.
- ³McCarthy, J.P. Effective Communication in Social Relationships and Development. Academic Press, 2001.
- ⁴Searle, V.H. Collaborative Learning: Theory and Practice. Springer, 2004.
- ⁵Bandura, A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. W. H. Freeman, 1997.
- 6.Ikramshikovna, R. I., & Nishanbayevich, D. A. (2025). Regulatory and legal aspects of first aid in international legislation and in the republic of Uzbekistan. *The American Journal of Management and Economics Innovations*, 7(02), 7-16.
- 7.Режаметова, И. И., & Норбутаев, С. А. (2022). YETIM VA OTA-ONA QARAMOG'IDAN MAHRUM BO'LGAN BOLALARDA IJTIMOYIY KOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISH. *ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ*, 5(3).
- 8.Latipovna, S. M., & Sodirzoda, S. R. (2018). Traditional and modern foreign language teaching methods. *Вопросы науки и образования*, (10 (22)), 187-190.
- 9.Saipova, M. (2023). The Results Of The Research On The Perspectives Of Family Life Of Teenagers Raised In Migrant Families. *European International Journal of Pedagogics*, 3(03), 16-20.
- 10.Saipova, M. (2023). Causes of instability of emotional experiences in modern adolescents. *Eurasian Journal of Academic Research»(ISSN: 2181-2020)*, 3(01).
- 11.Saipova, M. (2023). The Content Of The Psychologist's Work With Children Of Labor Migrants. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(02), 72-76.

12.Malohat Saipova, . (2023). THE CONTENT OF THE PSYCHOLOGIST'S WORK WITH CHILDREN OF LABOR MIGRANTS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(02), 72–76.

13.Majidov, J. (2021). ЁШЛАРНИНГ ОИЛАВИЙ ҲАЁТ ҲАҚИДАГИ ТАСАВВУРЛАРИ ВА ОИЛАВИЙ ҲАЁТДАН ҚОНИҚИШ УЙЎНЛИГИ МАСАЛАЛАРИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 1(1).

14.Жасур, М. (2022). ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИ ВА ИЖТИМОЙЛАШУВ ЖАРАЁНИНИНГ ЎЗИГА ХОСЛИГИ. *Involta Scientific Journal*, 1(6), 69-77.

15.Мажидов, Ж. Б. (2022). ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИ ВА ШАХСНИ ЎЗИНИ-ЎЗИ ИДРОК ЕТИШИ ЎРТАСИДАГИ БОҒЛИҚЛИК МУАММОЛАРИ. *Ученый XXI века*, (5-2 (86)), 19-24.

16.Ж.Мажидов-. (2023). ЛИДЕРЛИК СИФАТЛАРИНИНГ ГЕНДЕР ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ. *Involta Scientific Journal*, 2(4), 293–298.

WOMEN IN ORIGINALLY MALE SPORTS

Mamaraimov Rano Usmanovna
Teacher Jizzakh State Pedagogical University

In recent decades, women have significantly changed the perception of traditional male sports such as hockey, boxing and weightlifting. Their arrival has changed not only the rules, but also the public perception of sports as a whole. Women are showing outstanding results and breaking gender barriers, participating in competitions, including men's leagues. In parallel with the growth of female participation, the world of sports is expanding its boundaries, allowing women to demonstrate their strengths and successes in disciplines that were once considered exclusively male. More and more women are taking on the role of pioneers in sports, driving change and challenging established stereotypes about gender roles. This report is based on an analysis of women's achievements in sports and their contribution to changing its landscape.

True, even the humane figures of the revived Olympic movement did not immediately decide to break the traditional exclusion of women from sports. As is well known, their participation in Olympic competitions was not envisaged in the programs of the first modern Olympics. Only in 1924, after many ears of debate, the IOC officially recorded in its charter the right of female athletes to independently participate in the Olympic games in certain sports. The list of such sports expanded from Olympic to Olympic (in 1924, women were allowed to participate in 7 disciplines of the Olympic program, in 1928 - in 9, in 1936 - in 10, in 1948 - in 19, etc.). However, even before this, without waiting for an official decision, brave champions of women's equality in

sports achieved entry into the Olympic arena (already at the games of the II Olympics, in 1900, 11 sportswomen participated in competitions in golf and tennis). In the Olympics of recent decades, sportswomen, as is known, compete in competitions in most sections of the Olympic program, and the share of women in the total number of participants in modern Olympic Games (both summer and winter) exceeds 20%.

Despite the wide representation in modern sports of those who are often still called the "weaker sex", its especially active representatives seem to strive to prove that any of the sports mastered by men are feasible for them. In recent decades, women's championships have begun to be held in such sports as marathon running, triple jump and pole vaulting, hammer throw, ski jumping, weightlifting, football, hockey, rugby, judo, and others that have long been considered purely male. The question arises: are such sports-feminist aspirations not violating a reasonable measure? And in general - should the prospects for women's emancipatory aspirations in sports be understood as a complete equalization of the subject of sports improvement for men and women?

It is clear that it is unacceptable in principle to place obstacles to women's passions for one or another sport in a biased and a priori manner. But is it not also clear that women are not men and their attitude to sport cannot be completely the same? Of course, there are many sports that are suitable as a subject for sports improvement for both men and women, but even here the level of sports achievements and the regulation of sports activities are naturally differentiated depending on gender. Therefore, it would be rash, if not frivolous, on my part to call on women to catch up and overtake men.

In this connection, it is interesting to look at Tables 1-2 ¹ Their data show that women's achievements have become much closer to men's over the course of the century: if initially in a number of sports they differed by 20% or more, by now this difference has decreased by about half, which indicates a higher rate of growth in women's sporting achievements. This trend has given some reason to claim that women's sporting records will eventually equal men's and even surpass them [8, 20, etc.]. There is reason to consider such a forecast unlikely. Apparently, although the trend of women's records approaching men's has not et completely disappeared, in the second half of the current century, as is evident from the same data provided (see Tables 1-2), it has clearly been declining and in recent decades in a number of sports has been replaced by a trend toward stabilizing the difference between women's and men's achievements, and in some cases even toward some increase. It is also noteworthy that if we compare in this aspect not only record achievements, but also more frequently demonstrated sports results of men and women (i.e. in a wider sample), then the difference between them turns out to be more significant than when comparing records (in Table 3, in each of the given track and field disciplines, the average values of the results of the 50 best male and female track and field athletes of the 1990s are compared). Obviously, when only record achievements are compared, their dependence on the individual characteristics of the record holders is more pronounced, while with a wider sample, the general line

of differences (in this case, gender) is more clearly revealed. In general, we can assume with sufficient reason that some difference between male and female sports achievements is natural, logical and therefore will always exist due primarily to the natural functional and morphofunctional characteristics of the female and male organisms.

The reasons for the increased rate of progress in women's athletic achievements over most of the current century are probably rooted not in the special properties of the female body, but in the natural differences in the dynamics of athletic results at different stages of sports development and in the socio-historical features of the dynamics of male and female sports. As is well known, male sports have been cultivated for many centuries, they have long since embraced numerous male contingents, and it is in them that the system of selection and training of outstanding athletes has developed. In fact, by the beginning of the current century, male sports were at a completely different stage of their historical development than female sports, when women began to enter the broad sports arena and master the paths to the highest athletic achievements beaten by men. The methodological and other values accumulated along this path in male sports undoubtedly helped women to advance along it more quickly, which, in addition to other factors, determined the higher rates of growth of female athletic results than among men over a significant part of the century.

In this regard, it is necessary to take into account the fact that, as follows from a number of well-known studies [10, 15, 23], the degree of growth of sports achievements at different stages (phases) of their historical dynamics changes regularly, at first the growth is most significant, then it becomes relatively uniform and then everything decreases as the results infinitely approach a certain conventional "limit" of achievements (graphically, such dynamics are described by the so-called logistic curve). From this it is clear and not surprising that, since men's and women's sports at the beginning of the current century were at clearly different stages of their historical development, the rates of growth of achievements in them were not the same for some time. Obviously, over the course of several decades since the beginning of the century, the dynamics of women's achievements corresponded mainly to the first stage, when the rates of their growth are especially high, and the dynamics of men's achievements were already at the second or even in some sports at the third stage, when the rates of growth stabilize and decrease. It is also logical to expect that as women's sports develop, the rate of growth in achievements in it will decrease and, in this sense, will equalize with the rate of growth in achievements in men's sports.

In judgments about the prospects of women's sporting achievements, oddly enough, their natural dependence on the structural and functional features of the female body is not always taken into account. Unfortunately, this dependence has not yet been fully and thoroughly established. In general, however, it is known that a number of morphofunctional properties of the female body limit the level of sporting achievement

capabilities to a greater extent than in men (see, for example, the generalized review [6]). Thus, well-known differences in body size, its mass and the specific gravity of various components of body composition (especially muscle and fat tissue) determine that women have lower than men's possibilities for the manifestation of mechanical force, the amount of mechanical work and its power in motor actions. At the same time, women have a lower possible degree of increase in strength indicators under the influence of training than men, hence less progress in sports that require these abilities. The total amount of muscle phosphagens and the capacity of the anaerobic glycolytic bioenergetic system are lower, which is probably one of the main factors that determine lower results in submaximal power sports exercises (40-800 m running, 100 m swimming, etc.) compared to men. Women also have fewer indicators of functional capabilities than men that determine aerobic performance in exercises that require extreme endurance (maximum oxygen consumption, hemoglobin concentration in the blood, its oxygen capacity, circulating blood volume, pulmonary ventilation, etc.), which explains, among other things, why the difference in sports achievements of women and men in long-distance sports is quite significant. Morphofunctional differences in the female body also determine a number of features in the construction of motor actions that are characteristic of women. For example, the ratio of muscle effort - flexors and extensors of the legs during sprint running is different in women than in men; accordingly, there are differences in how such motor actions are improved over many years of sports training [14].

From all these facts it does not follow that the female organism is less perfect than the male one. It is simply different in a number of quantitative parameters of its structure and functioning. Its features, which have already been described many times, are undoubtedly initially associated in phylogenesis with the most important natural function of women - the reproduction of human generations, and in the socio-historical process were determined by the differences in the lifestyle and activities of men and women.

Table 1. Relative values of the highest female achievements in athletics, expressed as a percentage of the highest male achievements by periods of their dynamics

Types of athletics sports disciplines	% of male achievements in different periods of the 20th century				
	in the years of the first records	at the beginning of the 60s	at the beginning of the 70s	at the beginning of the 80s	by the mid-90s
Running, m:					
100	83.11	88.50	90,00	91.45	93.83

200	75.20	89.12	88.50	91.21	90.99
400	87.60	84.06	84,86	90.44	90.94
800	74.90	85.02	88,82	89.22	89.85
1500	90.50	84.19	84.20	92.14	90,00
5000	89.12.	85.38	85.25	85.43	87.23
10000	78.30	73.68	75.97	83.50	89,87
42195	79.75	62.29	74.82	ST_{-9}^S	89.96
Jumps:					
in height	72.64	83.78	83,84	85.16	85.31
in length	67.80	77.95	76.85	79.66	84.02

Notes: 1. Within each of the indicated chronological divisions, female and male achievements shown synchronously or in the closest ears were compared.

2. In some disciplines, in which women's records were not officially registered in the first decades of the century, the first achievements of women demonstrated at that time were taken into account, data on which were recorded in reliable sources.

3- The percentage ratio of female and male achievements in cyclic exercises was calculated based on the speed of covering the distance, calculated in m/s.

Social progress, in particular the successes of the feminist movement, have placed women in radically changed conditions of life and activity. New opportunities for physical improvement have opened up for them. The fact that in about half a century women's sports results have almost closely approached men's, testifies to the unprecedentedly rapid development of women's sports. Figuratively speaking, in a historically instantaneous time it has covered the distance that men spent centuries to overcome. And there is hardly any reason to doubt that the achievements of women will allow them, like men, to endlessly raise the bar of sports achievements. But can the emerging desire to extend the sphere of women's sports aspirations to all sports mastered by men be considered completely justified, meaningful and humane?

In order to take the right position in this regard, it seems necessary to obtain preliminary, well-founded answers to at least the following questions:

- firstly, how will long-term intense training in one or another of the traditionally male sports (especially boxing, kickboxing, wrestling and others with tough physical contact) affect the natural characteristics of the female body?

- secondly, to what extent such activities are consistent or inconsistent with the nature of the female psyche, the biosocial role of women, as well as with the aesthetic criteria of femininity typical of the normal mentality of the individual and society;

- thirdly, what distinctive features should naturally be characteristic of the content and technology of women's sports activities, even when they engage in the same sports as men?

Most likely, no specialist would risk claiming that fully substantiated answers to all these questions based on rigorous, comprehensive research already exist. In answering them, fragmentary research data is used at best, and more often, personal impressions and common, largely subjective ideas are used. It is no coincidence that the opposing positions taken here often appear far from convincing.

For example, when speaking out against involving women in traditionally male sports, they often point to their increased risk of injury to women's bodily structures, which are less durable than men's [17, 22, 24]. But such arguments do not seem convincing enough in the era of rapid technical and technological progress, when the possibilities for creating protective devices in women's sports equipment and special devices in sports equipment that reduce the risk of injury are rapidly increasing. At the same time, one can object: why expose women to the risk of sports injuries without special need, wouldn't it be better to eliminate such a risk altogether? Only a systemic solution to the problem on a research basis with the involvement of a large array of statistical data and professional opinions of specialists on guarantees for eliminating the risk of sports injuries to vital female properties will allow one to reasonably take one or another position.

Or another example. When biological studies revealed that heavy sports loads, fraught with overtraining, affect the hormonal system in women to a much greater extent than in men and entail more extensive disturbances of vegetative functions [5], this objectively supported the position of those who protested against introducing women to the most "stressful" sports, in particular long-distance and ultra-long-distance running. However, the fact that sports overtraining is much more dangerous for the female body than for the male does not directly lead to the conclusion about the need for a final ban on increased sports loads for women. What becomes more obvious is the need to prevent overtraining by standardizing loads adequate to the characteristics of the female body. As for introducing women to long-distance sports, it has practically already taken place and, judging by the sports and technical results, is not without success (see Tables 1-3). Supporters of this practice, in support of it, refer, in particular, to the advantages of the female body compared to the male body in the use of body fats for bioenergetic support of long-term muscle work (E. van Aichen et al.), as well as more effective thermoregulation in women during its implementation (M. Weinhem et al.; references to [20]). Here again, attention is paid only to individual circumstances, without a systematic consideration of the entire set of factors and conditions that must be taken into account in order to determine reasonable prospects for women in the sports under discussion.

Perhaps the greatest uncertainty and subjectivity in the debates for or against the unlimited penetration of women into "male" sports are allowed when the psychosocial, ethical and aesthetic aspects of the problem are touched upon. Some, for example, categorically assert that no sport harms the femininity of female athletes, but do not cite

any weighty facts for such an assertion, except for appeals to feminist emotions and individual examples. Others, proceeding mainly from their taste preferences, accuse a number of sports of both a masculinizing effect on the female figure and psyche, and of trampling on the aesthetic principles of female behavior.

Here are some illustrations of what has been said. Speaking in support of the slogan "If you want to be beautiful, play sports!", the outstanding former athlete M. Hummel, clearly endowed by nature with an attractive appearance, assures: "The ideas about the beauty of a woman, long defined by the ideal of the Venus de Milo, are now outdated." Hummel does not provide any factual grounds for this, except for references to "personal experience and the experience of friends" [4]. Supporters of the opposite point of view also do not bother themselves with sufficiently thorough argumentation. Most often, in such cases, they limit themselves to emotional statements claiming to express public opinion. And it is in this way that a number of sports are declared to be against femininity, feminine behavior and beauty. In particular, this applies to the incipient passion of some women for boxing. In this regard, the President of the Boxing Federation of Great Britain stated: "if a woman is engaged in boxing, it is savagery; having put on boxing gloves, she ceases to be a woman" (quoted from [1]). It is clear that when a woman in the heat of hand-to-hand combat hits her opponent in the most vulnerable places, or spits out ichor after receiving a blow, or when she writhes with a painful grimace on the tatami when her opponent holds her in a painful grip, or when on the football field, when there is a threat of being hit by a ball, she fearfully covers her genitals with her hands and posture (Fig. 1, 2) - all this and the like clearly contradict traditional ideas about femininity. To what extent are the established ideas about it justified and will they not be replaced by other criteria of femininity? A convincing answer to this requires conducting serious research in anthropology, sociopsychology, ethics and aesthetics of women's sports. Without them, it will most likely not be possible to free ourselves from the dominance of subjective taste judgments.

Table 2. Relative values of the highest female achievements in swimming, expressed as a percentage of the highest male achievements by periods of their dynamics

Distance and method of swimming	% of male achievements, ears of current century				
	20th	early 60s	early 70s	early 80's	mid 90's
100m freestyle	77.21	91.27	87.96	90.35	89.44
100 m butterfly (dolphin)	-	80.50	85.70	91.21	91.01
400m freestyle	84.30	90.13	92.80	93.88	91.79
400 m complex	-	89.65	88.70	94.01	91.40
800m freestyle		91.13	97.17	94.37	93.73

1500m freestyle	-	91.89	93.16	93.03	92.67

Note: Calculations were made in the same way as described in the explanation to Table 1.

The prospects for the development of women's sports, without a doubt, depend to a very large extent on the development of differentiated methods for constructing women's sports training. Unfortunately, there is still depressingly little work in this area (see, for example, the review [18, 19]). Therefore, it is not surprising that the only doctoral dissertation devoted to the system of women's sports training so far, alarmingly states: "very often, the content of men's training is transferred without any special adjustments to many types of women's sports" [19]. The urgent need to develop a comprehensive theory and methodology for women's sports is gradually being realized by an increasing number of those involved in it, but the development of in-depth research in this area is proceeding extremely slowly. And it is precisely on them that the success in accurately predicting the prospects for the appropriate development of a wide field of sports by women and minimizing the costs along the way depends.

All that has been said does not so much provide answers to the questions raised as it focuses attention on them as problems requiring urgent solutions, and thus invites discussion. The author still hopes that the article, at least in outline, outlines some answers. They concern, in particular, a kind of indiscriminate maximalism in the extensive introduction of women into previously male sports. In this, it is clearly contraindicated to follow the hypertrophied attitudes of pseudo-feminism, calling for the absolute superiority of women over men (one of those inclined to this in sports, the hammer thrower Ursula Kregel, scares men: "do not forget that there was also a period of matriarchy in history!" [2]). A genuine movement for women's emancipation does not, of course, imply either infringement of the right of men to selectively cultivate types of activity that best correspond to their natural capabilities, in particular in sports, or ignoring women's natural characteristics, which are also manifested in sports. No one will gain unless gender differences are taken into account, including those that prompted men to call women "the better half of the human race."

Literature:

1. " Strike first, lady " (based on materials from the foreign press) // Sport za rubezhom, 1990, No. 14.
2. This is how the "weaker sex" is ! (based on materials from the foreign press) // Sport za rubezhom, 1986, No. 24.
3. Gilyazova V.B. On some trends in the methods of strength training for women training in cyclic sports requiring predominant endurance : In the collection of scientific papers: Trends in the development of high-achievement sports . - Moscow: TsNIIS, 1993.
4. Hummel M. Sports activities and women's emancipation : Proceedings of the

World Scientific Congress " Sport in modern society ". Moscow, 1974.

5. Yones Sh. Differences in the physiology and clinical picture of overtraining in men and women : In: Proceedings of the XII Anniversary International Congress of Sports Medicine . - M.: Medgiz , 1959.

6. KotsYa.M. Physiological features of women's sports training . In the book: Sports Physiology . - M.: FiS , 1986.

7. " Track and Field '92-93". Stat. annual . - M.: TOO "Athletics". 1993.

8. Maksimova V. , Semenov G. This " weaker sex " is not so weak // Sport za rubezhom1982, No. 13.

9. Olympic emancipation // Sport abroad , 1986, No. 5.

10. Planning and construction of sports training /Under the general editorship of L.P. Matveev. - M.: GTsOLIFK. 1972.

11. Problems of women's sports . In the book: World Scientific Congress " Sport in Modern Society ". Moscow, 1974.

12. Problems of women's sports . In the book: World Scientific Congress " Sport in Modern Society ". Tbilisi, 1980.

13. Radzievskiy A.R. Biological aspects of training process construction in women's sports . Proceedings of the international congress " Modern Olympic sport " . - Kiev: KGIFK, 1993.

14. Semenov V.G. Theoretical and methodological foundations of long-term adaptation of the motor apparatus of female athletes to cyclic locomotion of maximum power . Doctoral diss . Smolensk, 1997.

YOSHLARDA REPRODUKTIV USTANOVKALARNING IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Mamatova Nafisaxon Ro`ziboyevna
ADU Psixologiya va pedagogika kafedrasi katta o`qituvchisi, PhD
mnafisaxon@inbox.ru

Reproduktiv madaniyat shakllanishining psixologik o'ziga xosliklari va uni tashkil etuvchi xulq-atvor sifatlarini tadqiq etuvchi metodologik asoslarning etarlicha emasligi, har bir tadqiqotchi uchun ma'lum bir murakkabliklarni yuzaga keltiradi. Chunki aksariyat yondashuvlar va ilmiy konsepsiyalarda reproduktiv xulq fenomenining «tug'ilish» va «ko'payish» jarayonlariga bo'lgan munosabat shakli tarzida talqin etilgan. Shunday bo'lsa-da, oxirgi yillarda amalga oshirilgan ba'zi tadqiqotlarda, reproduktiv madaniyat va xulq-atvor sifatlarini tushuntiruvchi psixologik xususiyatlarni uchratish mumkin. Yoshlarda reproduktiv ustanovkalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari — bu ularning jinsiy va reproduktiv hayotga nisbatan ijtimoiy va psixologik munosabatlari, bu jarayonda shakllanadigan fikrlar, qadriyatlar, me'yorlar va ongni anglashni anglatadi. Bu aspektlar yoshlarda reproduktiv xulq-atvor va qarorlar

qabul qilish jarayoniga katta ta'sir ko'rsatadi.

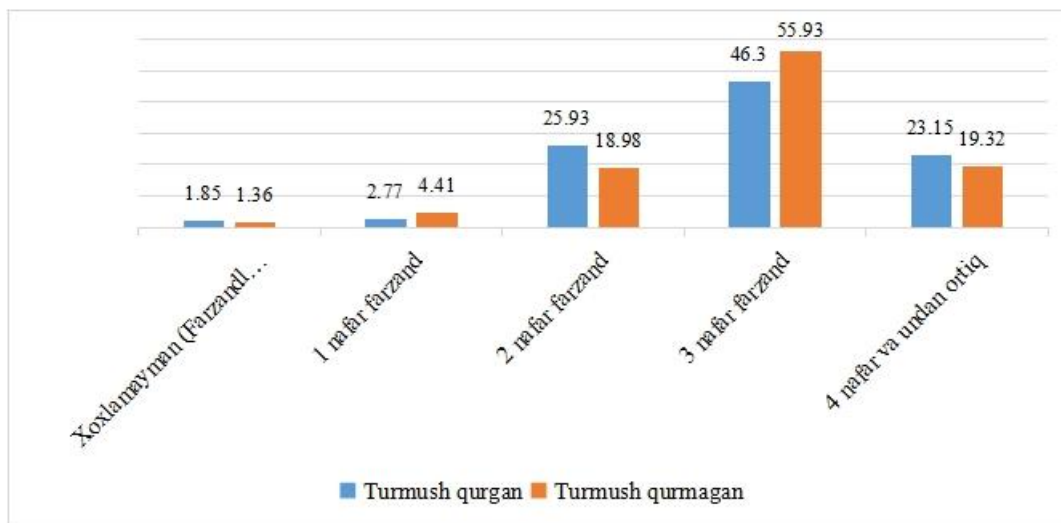
Insonning reproduktiv madaniyatining shakllanishida bir qancha omillar ta'sir qiladi. Mazkur omillardan biri sifatida shaxsning hayot muhiti va yashayotgan hududi muhim ahamiyatga egadir. Hayot muhiti shaxsning yashayotgan muhitiga bevosita bog'liqligi sababli ham yashayotgan hudud (mintaqa) asosiy omil sifatida yanada muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot ishida reproduktiv madaniyatning shakllanishida birlamchi omil sifatida tadqiqot obyekting baholash mezonlaridan biri sifatida olindi.

Reproduktiv xulqning shakllanishi va rivojlanishi, uning tarkibiy komponentlarini o'rganish maqsadida tadqiqotimizda talaba-yoshlar o'rtasida «Yoshlarda reproduktiv ustanovkalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari»ni o'rganish bo'yicha mualliflik ijtimoiy-psixologik so'rovnomasi yordamida yoritishga harakat qildik. Tadqiqotimizda turmush qurgan va turmush qurmagan talabalarning reproduktiv xulq-atvori, ustanovkalari, tushuncha va tasavvurlari o'rganildi va tahlil qilindi.

Respondentlar e'tiboriga havola etilgan savollardan turmush qurgandan so'ng, birinchi farzandi tug'ilishiga qadar bo'lgan vaqt qancha bo'lishini istashlari va ularning birinchi farzandlari nikohlari tuzilganidan so'ng qancha vaqt oralig'ida tug'ilganligi, nechta farzand ko'rganliklari, nechta farzand ko'rishni istashlari haqidagi ma'lumotlarni aniqlashga yo'naltirildi.

Olingan natijalardan ma'lum bo'lishicha, yoshlarning reproduktiv ustanovkalariga ko'ra oiladagi bolalar sonining ideal soni 3 nafar va undan ko'p bo'lishini ko'rsatganlar 55,93% dan yuqorini tashkil qildi. Bunday natija o'z navbatida yoshlarning reproduktiv ustanovkalarining bugungi kunda keng aholi o'rtasida shakllangan qarashlar me'yorida ekanligini ko'rsatadi. Yoshlarning reproduktiv ustanovkalari xususiyatlari haqidagi navbatdagi ma'lumotlar ularning oilada bolalarning istalgan miqdoriga ustanovkasi yuzasini aniqlashga qaratildi. Buni aniqlash uchun respondentlarga taqdim etilgan tasdiqlar orasida «Agar siz istagan barcha sharoitlar mavjud bo'lsa, siz oilangizda nechta farzand bo'lishini xohlagan bo'lar edingiz?» deb murojaat qilindi.

Bu savolga turmush qurgan talabalar quyidagicha javob berdilar. Bolalarning istalgan miqdori 4 nafardan ortiq deb 23,15%, oilada bolalarning istalgan miqdori 3 nafar deb 46,3%, oilada bolalarning istalgan miqdori 2 nafar deb 25,93%, oilada bolalarning istalgan miqdori 1 nafar deb 1,85%, farzand ko'rishni xohlamayman deb 1,85% turmushidan ajragan ayollar belgilaganlar. Turmush qurmagan talabalar esa bolalarning istalgan miqdori 4 nafardan ortiq deb 19,32%, oilada bolalarning istalgan miqdori 3 nafar deb 55,93%, oilada bolalarning istalgan miqdori 2 nafar deb 18,98%, oilada bolalarning istalgan miqdori 1 nafar deb 4,41% belgilaganlar.



1-rasm. Respondentlarning reproduktiv istaklariga oid natijalarning ko‘rsatkichlari (n=108 nafar turmush qurgan talabalar, n=295 nafar turmush qurmagan talabalar)

Ushbu ma’lumotlarda turmush qurmagan talabalarda 3 nafar farzand ko‘rish istagi yuqori ekanligini ko‘rishimiz mumkin. Bu holat turmush qurmagan yoshlarda o‘z navbatida oila, oilada farzandlar ko‘pligining murakkabligi to‘g‘risidagi tasavvurlarining etarli darajada shakllanmaganligidan dalolat beradi. Tadqiqotda turmush qurib, turmushidan ajrashgan talabalar soni 1,85%ni tashkil etib, farzand ko‘rishni xohlamayman deb javob berganliklari kuzatildi. Buni bu toifadagi ayollarning psixologik stress holatlari va yolg‘iz onaning farzandini har tomonlama ta‘minlashdagi qiyinchiliklarini his etish holati deb izohlashimiz mumkin.

Oilada bir nafar bola bo‘lishini etarli deb hisoblash holati, nazarimizda, globallashuv jarayoni natijasi va Yevropa xalqlarida kuzatilayotgan 1 va 2 nafar farzandlilik an‘analarining yoshlarimizga ommaviy axborot vositalari hamda internet tarmoqlari orqali ta’siri sifatida izohlash mumkin. Bunday natijalar ayollarning reproduktiv ustanovkalari xususiyatlarini tadqiq etgan tadqiqotchilar R.B.Trend, B.Zotin, A.Mitil, A.I.Antonov, V.M.Medkovlar tomonidan olib borilgan izlanishlarda oilada bolalar sonining istalgan miqdori ideal miqdordan ko‘proq bo‘lishini tasdiqlaganliklari kuzatilgan[51; 99-b.]. Bu ma’lumotlar bizning tadqiqotimiz natijalarini xam tasdiqlaydi. Ammo olingan natijalarga ko‘ra, yoshlarning reproduktiv ustanovkalariga ko‘ra istalgan miqdor ko‘rsatkichi ideal miqdor ko‘rsatkichidan biroz yuqoriligi kuzatildi.

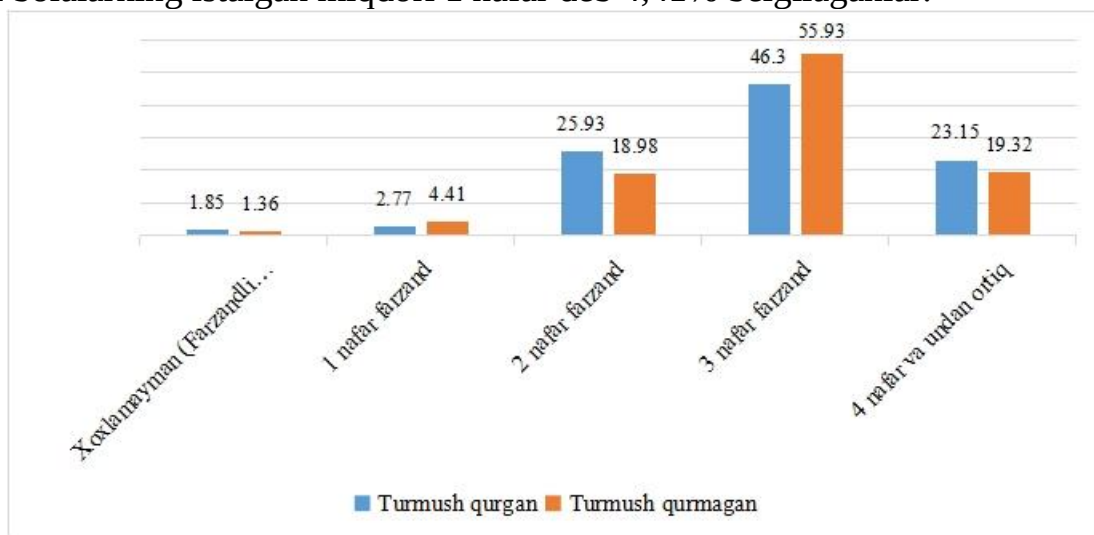
Reproduktiv xulqning shakllanishi va rivojlanishi, uning tarkibiy komponentlarini o‘rganish maqsadida tadqiqotimizda talaba-yoshlar o‘rtasida «Yoshlarda reproduktiv ustanovkalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari»ni o‘rganish bo‘yicha mualliflik ijtimoiy-psixologik so‘rovnomasi yordamida yoritishga harakat qildik. Tadqiqotimizda turmush qurgan va turmush qurmagan talabalarning reproduktiv xulq-atvori, ustanovkalari, tushuncha va tasavvurlari o‘rganildi va tahlil

qilindi.

Respondentlar e'tiboriga havola etilgan savollardan turmush qurgandan so'ng, birinchi farzandi tug'ilishiga qadar bo'lgan vaqt qancha bo'lishini istashlari va ularning birinchi farzandlari nikohlari tuzilganidan so'ng qancha vaqt oralig'ida tug'ilganligi, nechta farzand ko'rganliklari, nechta farzand ko'rishni istashlari haqidagi ma'lumotlarni aniqlashga yo'naltirildi.

Olingan natijalardan ma'lum bo'lishicha, yoshlarning reproduktiv ustanovkalariga ko'ra oiladagi bolalar sonining ideal soni 3 nafar va undan ko'p bo'lishini ko'rsatganlar 55,93% dan yuqorini tashkil qildi. Bunday natija o'z navbatida yoshlarning reproduktiv ustanovkalarining bugungi kunda keng aholi o'rtasida shakllangan qarashlar me'yorida ekanligini ko'rsatadi. Yoshlarning reproduktiv ustanovkalari xususiyatlari haqidagi navbatdagi ma'lumotlar ularning oilada bolalarning istalgan miqdoriga ustanovkasi yuzasini aniqlashga qaratildi. Buni aniqlash uchun respondentlarga taqdim etilgan tasdiqlar orasida «Agar siz istagan barcha sharoitlar mavjud bo'lsa, siz oilangizda nechta farzand bo'lishini xohlagan bo'lar edingiz?» deb murojaat qilindi.

Bu savolga turmush qurgan talabalar quyidagicha javob berdilar. Bolalarning istalgan miqdori 4 nafardan ortiq deb 23,15%, oilada bolalarning istalgan miqdori 3 nafar deb 46,3%, oilada bolalarning istalgan miqdori 2 nafar deb 25,93%, oilada bolalarning istalgan miqdori 1 nafar deb 1,85%, farzand ko'rishni xohlamayman deb 1,85% turmushidan ajragan ayollar belgilaganlar. Turmush qurmagan talabalar esa bolalarning istalgan miqdori 4 nafardan ortiq deb 19,32%, oilada bolalarning istalgan miqdori 3 nafar deb 55,93%, oilada bolalarning istalgan miqdori 2 nafar deb 18,98%, oilada bolalarning istalgan miqdori 1 nafar deb 4,41% belgilaganlar.



2-rasm. Respondentlarning reproduktiv istaklariga oid natijalarning ko'rsatkichlari (n=108 nafar turmush qurgan talabalar, n=295 nafar turmush qurmagan talabalar)

Ushbu ma'lumotlarda turmush qurmagan talabalarda 3 nafar farzand ko'rish istagi yuqori ekanligini ko'rishimiz mumkin. Bu holat turmush qurmagan yoshlarda o'z navbatida oila, oilada farzandlar ko'pligining murakkabligi to'g'risidagi tasavvurlarining etarli darajada shakllanmaganligidan dalolat beradi. Tadqiqotda turmush qurib, turmushidan ajrashgan talabalar soni 1,85%ni tashkil etib, farzand ko'rishni xohlamayman deb javob berganliklari kuzatildi. Buni bu toifadagi ayollarning psixologik stress holatlari va yolg'iz onaning farzandini har tomonlama ta'minlashdagi qiyinchiliklarini his etish holati deb izohlashimiz mumkin.

Oilada bir nafar bola bo'lishini etarli deb hisoblash holati, nazarimizda, globallashuv jarayoni natijasi va Yevropa xalqlarida kuzatilayotgan 1 va 2 nafar farzandlilik an'analarining yoshlarimizga ommaviy axborot vositalari hamda internet tarmoqlari orqali ta'siri sifatida izohlash mumkin. Bunday natijalar ayollarning reproduktiv ustanovkalari xususiyatlarini tadqiq etgan tadqiqotchilar R.B.Trend, B.Zotin, A.Mitil, A.I.Antonov, V.M.Medkovlar tomonidan olib borilgan izlanishlarda oilada bolalar sonining istalgan miqdori ideal miqdordan ko'proq bo'lishini tasdiqlaganliklari kuzatilgan[51; 99-b.]. Bu ma'lumotlar bizning tadqiqotimiz natijalarini xam tasdiqlaydi. Ammo olingan natijalarga ko'ra, yoshlarning reproduktiv ustanovkalariga ko'ra istalgan miqdor ko'rsatkichi ideal miqdor ko'rsatkichidan biroz yuqoriligi kuzatildi.

Respondentlardan oilada farzandlar ko'p bo'lishi masalasiga munosabatlari haqida qo'shimcha ma'lumotlar olish maqsadida so'rovnoma kiritilgan hamda «Quyidagi holatlarga erishish uchun oilada nechta farzand bo'lishi kerak deb o'ylaysiz?» deb berilgan savolga olingan javoblar natijalari navbatdagi 2.2.1-jadvalda keltirib o'tilgan.

1 jadval

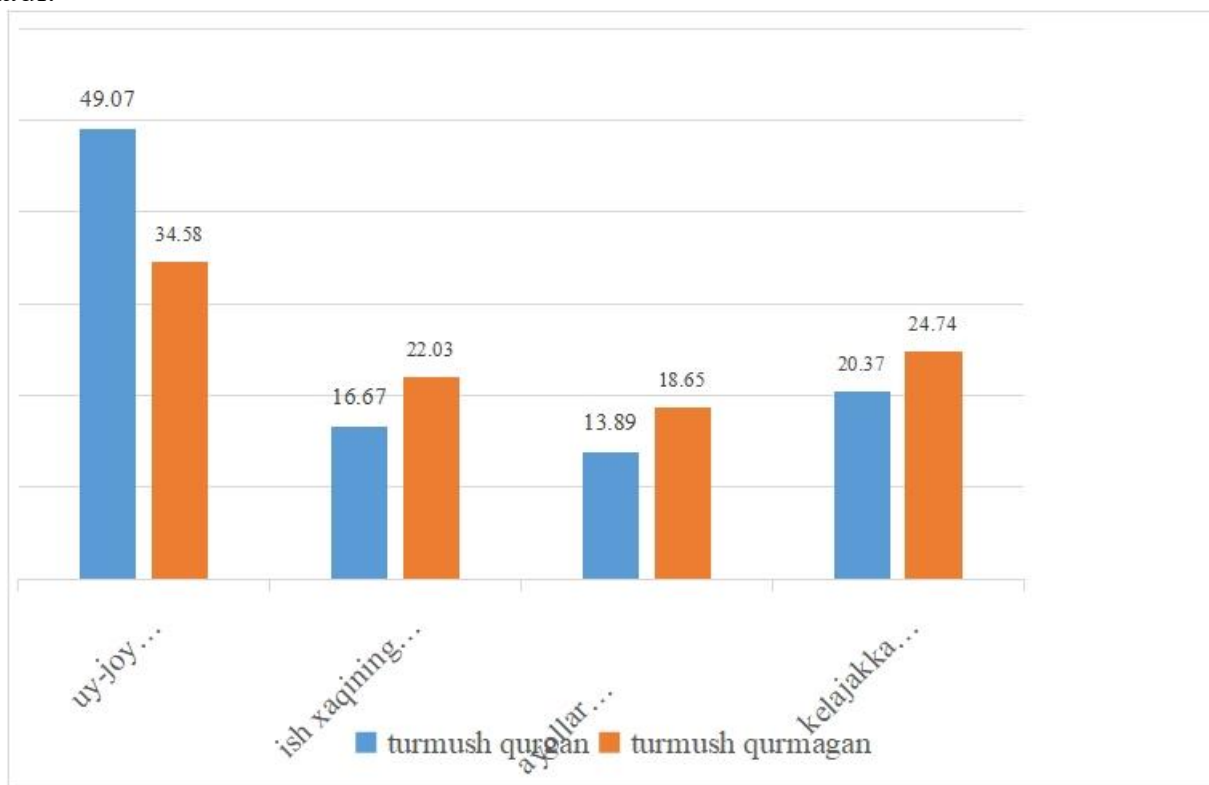
**Respondentlarning reproduktiv motivlariga oid natijalar ko'rsatkichlari
(n=108 nafar turmush qurgan talabalar)**

	Reproduktiv motivlar indikator	1-2		3-4		5-6		Ah amiyatsiz ko'rsatkichla r
		lyut mat	abso qiy foiz	lyut mat	abso qiy foiz	bsolyut ymat	a qi oiz	abs qiy
1	Keksayganda har tomonlama ta'minlangan bo'lish	26	24,07	45	41,7	1	2	16
2	Keksayganda to'laqonli hurmatga erishish uchun	23	21,30	50	46,3	0	2	15
3	Keksayganda yolg'iz qolmaslik uchun	31	28,70	42	38,8	0	2	15
4	Orzu-havasga erishish uchun	9	8,33	53	49,0	2	3	14

Olingan natijalarning tahliliga ko'ra talaba qizlarning oilada bolalar sonining ideal miqdori bo'yicha ustanovkasi ularning o'zlari uchun oilada nechta bola bo'lishi

lozimligini emas, balki oilada qancha bola bo‘lgani ma’qulligi haqidagi ma’lumotni beradi. Hozirgi zamonaviy ayollarning o‘z reproduktiv xulq-atvorini o‘zi belgilashi, oilada nechta farzand ko‘rishni rejalashtirishi ularning ma’lumot darajasiga ham bog‘liq ekanligi kuzatildi.

Reproduktiv munosabatning kognitiv komponenti ma’lum miqdordagi bolalarning tug‘ilishiga, tug‘ilajak bolaning afzal ko‘rgan jinsiga, tug‘ilish orasidagi intervallarga va boshqalarga yo‘naltirilgan holda ifodalanadi. Xulq-atvor komponenti esa bola tug‘ish motivlarining intensivligini, kuchini yoki zaifligini tavsiflaydi. Agar reproduktiv munosabatlar oilaning bolalarga bo‘lgan miqdoriy ehtiyojini ifodalasa, unda bu ehtiyojning sifat ko‘rsatkichi bu «reproduktiv motivlar» tushunchasi bilan belgilanadi va bu shaxsning aqliy holatini anglatadi, bu shaxsni ma’lum miqdordagi bolalar tug‘ilishi orqali har xil shaxsiy maqsadlarga erishishga undaydi. Reproductive motivlar bir vaqtning o‘zida munosabat tuzilishining bir qismi (ularning xulq-atvori, rag‘batlantiruvchi komponenti) sifatida namoyon bo‘lishi ham kuzatildi. Reproductive motivlar yoki bola tug‘ish motivlari odatda iqtisodiy, ijtimoiy va psixologik motivlarga bo‘linadi.



3-rasm Farzandlar sonining ko‘payishiga hissa qo‘shuvchi omillar natijalari ko‘rsatkichi. (n=108 nafar turmush qurgan talabalar, n=295 nafar turmush qurmagan talabalar)

«Hozirgi kunda sizningcha, oilada bolalar sonining ko‘payishiga qaysi omil hissasini qo‘shishi mumkin?» deb berilgan savolga turmush qurgan talabalarning 49,07%i uy-joy sharoitlarining yaxshilanishi farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z

hissasini qo‘shishi mumkinligini, 16,67%i ish haqining oshishi farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini, 13,89%i oilada va jamiyatda ko‘p farzandli bo‘lish ayollar obro‘sining oshishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini, 20,37%i kelajakka ishonch farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini ta’kidlaganlar. Turmush qurmagan talabalarda esa 34,58%i uy-joy sharoitlarining yaxshilanishi farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini, 22,03%i ish haqining oshishi farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini, 18,64%i oilada va jamiyatda ko‘p farzandli bo‘lish ayollar obro‘sining oshishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini, 24,74%i kelajakka ishonch farzandlar sonining ko‘payishiga o‘z hissasini qo‘shishi mumkinligini ta’kidlaganlar.

Ushbu ma’lumotlarda ko‘rinib turibdiki, oilaning reproduktiv funksiyasi bajarilishi uchun oilada shart-sharoit yaxshi bo‘lishi, ya’ni farzandlarning har tomonlama ta’minlanishi uchun barcha imkoniyatlarning bo‘lishi respondentlar tomonidan yuqori foizlarda ahamiyatli deb belgilangan.

Yoshlarda reproduktiv ustanovkalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bir qator omillar orqali shakllanadi va rivojlanadi. Bu omillar orasida ijtimoiy qadriyatlar, psixologik holatlar, tarbiya, madaniyat, jinsiy identifikatsiya va ommaviy axborot vositalari ta’siri muhim rol o‘ynaydi. Yoshlarga jinsiy va reproduktiv ta’lim berish, ularning salomatlik va xavfsizlikni ta’minlashga yo‘naltirilgan strategiyalarni ishlab chiqish, ularning qarorlar qabul qilishda ongli va mas’uliyatli bo‘lishini ta’minlash uchun zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining «2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida»gi 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son Farmoni // <https://lex.uz/uz/docs/-5841063>
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining «Reproduktiv yoshdagi ayollar, homiladorlar va bolalarga ko‘rsatiladigan tibbiy yordam sifatini oshirish va ko‘lamini yanada kengaytirish to‘g‘risida»gi 2019-yil 8-noyabrdagi Qarori // <https://lex.uz/docs/-4588944>
3. Антонов А.И. Изучение репродуктивных установок как одной из важнейших задач социально-психологического исследования семьи. /Динамика изменения положения женщин и семья. – М., 1972. – С.13-24.
4. Bo‘riyeva M.R. Sizningcha oilada, nechta farzand bo‘lgani ma’qul? – Toshkent: «Adolat», 1995. B 17-18
5. Nazarova H., Azimova G. “Yoshlarning oilada farzandlar soniga bo‘lgan munosabati (Sotsiologik tadqiqotlar natijalari asosida). Yoshlar muammolari va ular echimi (holat va istiqbol)” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy

konferensiyasi (Ilmiy maqolalar to'plami). – Toshkent: Qatortol-Kamolot, 1999.
– B.109-111 b.

**O'QUVCHILARNI VATANPARVARLIK RUHIDA TARBIYALASHDA
KELAJAKKA G'AMXO'RLIK MASALALARI**

*Z.M.Mamatqulova,
Farg'ona viloyati pedagogik mahorat markazi
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent.
(zarifaxonim inbox.ru 90-356-58-84)*

O'quvchi yoshlarni milliy qadriyatlarimizga hurmat, el yurtimizga sadoqat, mard, jasur va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bugungi kunda ta'lim tizimining dolzarb vazifalaridan biridir. Ushbu jarayonda maktabning ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosarining o'рни juda ham muhim sanaladi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyev ma'naviyat va milliy qadriyatlarning jamiyat taraqqiyotidagi o'рни haqida ko'p bora ta'kidlagan. Uning bu boradagi fikrlari xalqimizning ma'naviy yuksalishiga, yoshlarga, ta'lim-tarbiyaga, milliy va madaniy merosni asrab-avaylashga alohida e'tibor qaratilganligini ko'rsatadi. Ma'naviyatsiz taraqqiyot bo'lmaydi. Mamlakatning iqtisodiy va ijtimoiy rivojlanishi bilan birga, ma'naviy yuksalishi ham muhimdir. Bugungi kunda xalqimizni ulug' maqsadlarga etaklashda, ayniqsa, yosh avlodni barkamol insonlar qilib tarbiyalashda ma'naviyatning o'рни beqiyosdir. Bugungi kunning yoshlarni zamonaviy bilim va kasb-hunarlariga ega bo'lishi bilan birga, milliy qadriyatlarimizga sodiq bo'lib voyaga etishlari lozim. Yoshlarga nafaqat zamonaviy bilimlarni berish, balki ularning ma'naviy dunyosini boyitish – bugungi kun ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosarining asosiy vazifasidir. Hamma zamonlarda ham har qanday davlatlar milliy madaniyat va qadriyatlarni saqlash va rivojlantirishni davlat siyosatining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida belgilaganlar. Milliy qadriyatlarimizni, ma'naviy boyliklarimizni asrash, ularni yosh avlodga etkazish bizning burchimizdir. Bu, avvalo, xalqimizning o'zligiga, birdamligiga xizmat qiladi. Agar biz yoshlarimizning ongida milliy g'urur, o'zlikni anglash, vatanparvarlik va ma'naviyatni tarbiyalay olsak, ularni har qanday yot g'oyalardan himoya qila olamiz. Ushbu ko'zlangan maqsadlarga erishishda, o'sib kelayotgan yosh avlodning har tomonlama etuk, bilimli, yuksak ma'naviyatli, barkamol, vatanparvar shaxslar bo'lib voyaga etishini ta'minlashda rahbar va pedagog xodimlarning yuqori ilmiy metodik bilimlarga, yuksak mahoratga ega bo'lishi bugungi kunning eng asosiy talabidir.

Bugungi kunda jamiyatda ma'naviy-axloqiy tarbiya, xususan, yosh avlodni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash masalasi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Zero, vatanparvarlik – millatning tayanchi, yurtning kelajagini ta'minlovchi asosiy omillardan

biri hisoblanadi. Yoshlarda Vatanga muhabbat, sadoqat, mas'uliyat tuyg'ularini shakllantirish ularning barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishida muhim o'rin tutadi. Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyev: "Bugun ma'naviyat boshqa sohalardan o'n qadam oldinda yurishi, ma'naviyat yangi kuchga, yangi harakatga aylanishi kerak", deyishlarida o'quvchilarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda kelajakka g'amxo'rlik masalalari doimiy dolzarbligini his qilish mumkin.

Ta'lim muassasalarida mazkur vazifani amalga oshirishda, o'quvchilarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda kelajakka g'amxo'rlik masalalari nafaqat o'qituvchilar, balki psixologlar ham faol ishtirok etishi talab etiladi. Pedagogik usullar va psixologiyaliq yondashuvlarni uyg'unlashtirish orqali o'quvchilarda Vatanga sadoqat, milliy qadriyatlarga hurmat, jamiyat oldidagi mas'uliyatini anglash kabi fazilatlarini shakllantirish mumkin. O'quvchilarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda kelajakka g'amxo'rlik masalalarida pedagogik va psixologik tavsiyalardan foydalanishingiz mumkin:

1. Vatanparvarlik tushunchasining ta'rifi va ahamiyati;
2. O'quvchi shaxsini shakllantirishda vatanparvarlik tarbiyasining o'rni;
3. Pedagogik nuqtai nazardan:

O'qituvchining faoliyatida vatanparvarlik tarbiyasi usullari (suhbat, mashg'ulot, musobaqa, loyihalar, tajriba almashinuvi va h.k.);

Darslarda milliy qadriyatlar, tarix, madaniyat va san'atni o'rgatish orqali tarbiya ta'siri;

Ijtimoiy faol fuqarolik pozitsiyasini shakllantirishda maktabning roli.

Psixologik nuqtai nazardan:

O'quvchilarda Vatanga muhabbatni shakllantiruvchi psixologik omillar;

Yoshga xos ravishda tarbiya usullarini moslashtirish;

Psixologning individual va guruh bilan ishlash usullari;

Vatanparvarlik tuyg'usini rivojlantiruvchi emotsional va motivatsion yondashuvlar.

Vatanparvarlik tarbiyasida pedagog va psixologning hamkorligi muhimligi;

O'quvchi shaxsini har tomonlama barkamol tarbiyalash uchun tarbiya jarayonini har tomonlama yondashish zarurligi;

Ta'lim muassasalarida vatanparvarlikni shakllantirishga qaratilgan loyihalar va tadbirlarni ko'paytirish.

Vatanparvarlik ruhida tarbiyalash faqat nazariy bilim berish bilan cheklanmaydi. Shu sababli quyidagi amaliy tadbirlarni tashkil qilish muhimdir: maktab ichida vatanparvarlik burchaklarini yaratish.

"Mening Vatanim – mening faxrim" mavzusida insholar tanlovini tashkil etish. Harbiy qismlar va muzeylarga ekskursiyalar uyushtirish. Maktab kutubxonasida vatanparvarlikka oid kitoblar targ'iboti. Sport va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini

yo'lga qo'yish.

Ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosari – o'quvchilarda Vatanga muhabbat va sadoqat ruhini shakllantirishda muhim shaxsdir. U yosh avlodni komil inson sifatida tarbiyalash, ular qalbida fidoyilik va g'urur hissini uyg'otish uchun samarali ish olib borishi lozim. Chunki vatanparvar yoshlar mustahkam davlatning tayanchidir!

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. "O'zbekiston FMJ". Toshkent, 2010.
2. Abdukarimov A.X. Vatanparvarlik tarbiyasining nazariy va amaliy asoslari. – T.: 2015.
3. Qodirov M. Ta'limda tarbiya masalalari. – T.: 2018.
4. Abdullayeva Z. Psixologiyada tarbiya va shaxs shakllanishi. – T.: 2019.
5. Ochilov N. Pedagogika nazariyasi va amaliy jihatlari. – T.: 2019.

QORAQALPOQ TALABA YOSHLARNING ETNIK O'ZINI ANGLASHINI MUVOFIQLASHTIRISHNING EMPIRIK XUSUSIYATLARI

*Maturazova Zulfiya Matiyazovna,
Berdoq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrası o'qituvchisi*

Bugungi globallashtirish sharoitida etnik identifikatsiya, etnik o'zini anglash hamda etnik guruhlararo munosabatlarni o'rganish masalalari alohida ahamiyat kasb etmoqda. UNESCOning 2018-2021-yillarda madaniy xilma-xillik va yoshlar integratsiyasi bo'yicha o'tkazgan xalqaro tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, turli mintaqalardagi talaba yoshlarning 65-70 foizi etnik va milliy o'ziga xosliklarini saqlash bilan birga ko'p madaniyatli muhitda faoliyat yuritishni muhim deb hisoblaydi. UNESCOning madaniyatlar xilma-xilligi haqidagi umumiy deklaratsiyasida ta'kidlanganidek, madaniyat nafaqat moddiy-ma'naviy merosni, balki jamiyat yoki etnik guruhga xos bo'lgan intellektual-hissiy belgilarni, hayot tarzini, qadriyatlar tizimini, an'analar va e'tiqodlarni ham o'z ichiga oladi. Shu bois, turli madaniyatlarni hurmat qilish, bag'rikenglik va birdamlikka asoslangan ijtimoiy muhitni shakllantirish xalqaro tinchlik va xavfsizlikning muhim omillaridan biri sifatida qaraladi. Mazkur jarayonda etnik ehtiyojlarni to'liq qondirish, zamonaviy talaba yoshlarning etnik o'zligini anglash jarayonini muvofiqlashtirish hamda xalqning etnopsixologik salohiyatidan jamiyat ijtimoiy muammolarini hal etishda samarali foydalanish masalalari dolzarbdir. Shu nuqtai nazardan, talaba yoshlarning etnik o'zini anglashini muvofiqlashtirishning empirik xususiyatlarini o'rganish hozirgi davr ilmiy izlanishlarining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Jahon ilmiy tadqiqot markazlari va ta'lim muassasalarida talabalar individual va

shaxsiy xususiyatlari, kasbiy faoliyatning mutaxassisi sifatida zamon talablariga moslashish, jamoaviy ishlash ko'nikmalari hamda o'zini o'zi rivojlantirish, o'zini o'zi kamolga etkazish, o'zini o'zi faollashtirish dolzarb muammolardan bo'lib kelmoqda. YUNESKOning 2030-yilgacha belgilangan xalqaro ta'lim konsepsiyasida har qanday mamlakat aholisida etnik o'zini anglash, milliy tarbiyani saqlab qolish zarurati ta'kidlangan. Shu nuqtai nazardan kelib chiqib, etnik ong va yosh avlodning etnik o'zlikni anglashi muammolariga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlar dunyoning etakchi ilmiy markazlari va oliy o'quv yurtlarida olib borilmoqda. Bu borada butun dunyoda barqaror tinchlik, hamjihatlik va unga erishish uchun yoshlar xulq-atvorida etnik identifikatsiya, etnik o'zini anglashga qaratilgan sa'y-harakatlarni hamda ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borish muammosi dolzarb bo'lib qolmoqda. Shu munosabat bilan etnik ong va o'zlikni anglashning mohiyati, tuzilishi va rivojlanish omillari, qadriyatlar oriyentatsiyasi, etnik identifikatsiya masalalari, yoshlarning hayotiy ideali, qadriyatlari, yo'nalishlari va yashash tarzini shakllantirish muhiti masalalarini aniqlashga qaratilgan ilmiy tadqiqotlarni olib borish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Mazkur jarayonda etnik ehtiyojlarni to'liq qondirish, zamonaviy talaba yoshlarning etnik o'zligini anglash jarayonini muvofiqlashtirish hamda xalqning etnopsixologik salohiyatidan jamiyat ijtimoiy muammolarini hal etishda samarali foydalanish masalalari dolzarb ekanligi tadqiqot natijalari bilan ham tasdiqlandi. O'tkazilgan korrelyatsion tahlil shuni ko'rsatdiki, talaba yoshlarning etnik o'zini anglash ko'rsatkichlari bilan ularning tolerantlik darajalari o'rtasida sezilarli bog'lanishlar mavjud. Xususan, etnik o'ziga xoslik – etnik tolerantlik bilan ($r=0,44^*$), etnik birdamlik – sotsial tolerantlik bilan ($r=0,47^*$), etnik muvofiqlik esa tolerantlikning shaxsiy xususiyati bilan ($r=0,41^*$) bevosita bog'langan. Bu natijalar shundan dalolat beradiki, yoshlarning o'z etnikligini anglash jarayonini to'g'ri muvofiqlashtirish ularning shaxsiy va ijtimoiy hayotida bag'rikenglikni rivojlantiradi, turli madaniyatlararo muloqotda ijobiy natijalar beradi. Shu asosda aytish mumkinki, talaba yoshlarning etnik o'zini anglashini muvofiqlashtirish masalasi nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham ega bo'lib, jamiyatda millatlararo totuvlik, birdamlik va ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Olib borilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, talaba yoshlarning etnik o'zini anglashini muvofiqlashtirish ko'rsatkichlari bilan ularning turli ko'rinishdagi tolerantlik darajalari o'rtasida o'zaro bog'lanish mavjudligi aniqlandi.

Etnik o'ziga xoslik ko'rsatkichi va etnik tolerantlik o'rtasidagi korrelyatsiya ($r = 0,44^*$) statistik jihatdan ahamiyatlidir. Bu natija talaba yoshlar o'z etnik o'zligini anglab, uni saqlashga harakat qilar ekan, boshqa millat va madaniyat vakillariga nisbatan ham etakchi darajada hurmat va bag'rikenglik ko'rsata olishini anglatadi.

Omillar	Etnik tolerantlik	Sotsial tolerantlik	Tolerantlik shaxs xislati sifatida

Etnik o‘ziga xoslik	0,44*	0,16	0,15
Etnik birdamlik	0,13	0,47*	0,18
Etnik muvofiqlik	0,14	0,11	0,41*

“Qoraqalpoq talaba yoshlarning etnik o‘zini anglashini muvofiqlashtirish so‘rovnomasi” hamda “Tolerantlik indeksi” so‘rovnomasi o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘lanishlar tahlili (n=230)

“Qoraqalpoq talaba yoshlarning etnik o‘zini anglashini muvofiqlashtirish so‘rovnomasi” hamda “Tolerantlik indeksi” so‘rovnomasi o‘rtasidagi bog‘lanishlarga ko‘ra, “etnik o‘ziga xoslik” omili “etnik tolerantlik” ($r=0,44$; $p\leq 0,05$) omili bilan, “etnik birdamlik” omili “sotsial tolerantlik” ($r=0,47$; $p\leq 0,05$) omili bilan, “etnik muvofiqlik” omili “tolerantlik shaxs xislati sifatida” ($r=0,41$; $p\leq 0,05$) omili bilan ijobiy korrelyatsiyani qayd etdi.

Mazkur bog‘lanish shuni ko‘rsatadiki, “etnik o‘ziga xoslik” omilining “etnik tolerantlik” bilan ijobiy korrelyatsiyasi ($r=0,44$; $p\leq 0,05$) qoraqalpoq talaba yoshlar orasida o‘z etnik madaniyatini qadrlash bilan birga boshqa etnik guruhlariga hurmat bilan yondashishni ko‘rsatadi. Ushbu yoshlar o‘zlarining etnik an‘analari va qadriyatlarini chuqur anglash orqali boshqa madaniyatlarni tan olishga va ularni hurmat qilishga osonlik bilan moslashadilar. O‘z milliy o‘ziga xosliklarini anglagan holda, ular boshqalar bilan o‘zaro aloqalarni hurmat va bag‘rikenglik asosida qurishga intilishadi. Etnik tolerantlik ularga turli madaniyatlar o‘rtasida muvozanat saqlash va o‘z milliy madaniyatini saqlab qolish imkoniyatini beradi. Ushbu bog‘lanish talabalarning o‘z etnik ildizlarini hurmat qilish bilan birga madaniy xilma-xillikni qadrlashga qaratilgan ijobiy fazilatlarni rivojlantiradi. Qoraqalpoq talaba yoshlar o‘z etnik madaniyatlarini saqlash orqali, boshqa etnik guruhlarining an‘analari va urf-odatlarini qabul qilishga o‘rganganlar. Bu jarayon ularning ma‘naviy va psixologik barqarorlikka erishishiga yordam beradi. “Etnik o‘ziga xoslik” va “etnik tolerantlik” omillari o‘rtasidagi bog‘lanish talabalarning jamiyatda o‘z o‘rnini topishga va ijtimoiy barqarorlikni ta‘minlashga intilishiga sabab bo‘ladi. Shu yo‘sinda, bu bog‘lanish qoraqalpoq yoshlarning etnik o‘zini anglash jarayonida o‘zlarining etnik o‘ziga xosligini saqlab qolgan holda, bag‘rikeng va ochiq shaxslar bo‘lib shakllanishiga yordam beradi.

“Etnik birdamlik” va “sotsial tolerantlik” o‘rtasidagi ijobiy bog‘lanish ($r=0,47$; $p\leq 0,05$) qoraqalpoq talaba yoshlarning o‘z etnik guruhlariga kuchli birdamlik tuyg‘usini saqlagan holda, ijtimoiy muhitga ochiq bo‘lishini anglatadi. Ushbu talaba yoshlar o‘z milliy jamoalariga sodiqlik bilan birga, turli sotsial guruhlarining qarashlarini hurmat qilishga va ijtimoiy hamjihatlikni qo‘llab-quvvatlashga intiladilar. Sotsial

tolerantlik ularning jamiyatdagi turli qarashlarni qabul qilish va ijtimoiy nizolarni oldini olishga bo‘lgan qobiliyatini mustahkamlaydi. Ular o‘z milliy jamoasining manfaatlarini himoya qilish bilan birga, boshqa ijtimoiy guruhlar bilan tinchlik va hamkorlikni saqlashga e’tibor qaratadilar. Bunday xatti-harakatlar ularda o‘z etnik jamoasining birdamligini saqlash va boshqa guruhlar bilan birgalikda ijtimoiy rivojlanishni ta’minlashga qaratilgan amaliy ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Etnik birdamlik hisi ularda o‘z jamoasining mustahkamligini saqlash va boshqa guruhlar bilan ijtimoiy munosabatlarni o‘rnatishda muvaffaqiyatli bo‘lishlariga yordam beradi. Bu bog‘lanish qoraqalpoq talabalarining ijtimoiy rollarni tushunish va ularni muvaffaqiyatli bajarish ko‘nikmasini kuchaytiradi. Sotsial tolerantlik, ularni turli ijtimoiy muhitlarga osongina moslashishga va o‘z jamoalari bilan kuchli aloqalarni saqlashga undaydi. Shunday qilib, bu bog‘lanish qoraqalpoq talaba yoshlarning ijtimoiy barqarorlik va o‘zaro hurmatni saqlashga intilishini mustahkamlaydi. Natijada ular sotsial va etnik muvozanatni saqlashda etakchi rol o‘ynaydigan shaxslar bo‘lib shakllanadilar.

“Etnik muvofiqlik” va “tolerantlik shaxs xislati sifatida” o‘rtasidagi ijobiy bog‘lanish ($r=0,41$; $p\leq 0,05$) shuni ko‘rsatadiki, qoraqalpoq talaba yoshlar o‘z etnik o‘zliklarini ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashtiradilar. Ular turli sharoitlarda o‘z milliy qadriyatlarini himoya qilish bilan birga, sabr-toqat va bag‘rikenglik ko‘rsatishga qodir bo‘lishadi. “Tolerantlik shaxs xislati sifatida” omili rivojlangan talabalar turli madaniyat va ijtimoiy guruhlarining farqlarini hurmat qilish orqali tinchlik va muvozanatni saqlashga intiladilar. Ularning etnik muvofiqligi ijtimoiy va madaniy jihatdan boy muhitda o‘zlarini qulay his qilishlariga yordam beradi. Ushbu qobiliyat ularga o‘z etnik kelib chiqishini ijtimoiy normativlarga moslashtirib, turli madaniy tajribalarni boyitish imkonini beradi. Bu talabalarining o‘z milliy xususiyatlarini himoya qilish bilan birga, boshqa madaniy guruhlarini ham qabul qilishga o‘rganganliklarini bildiradi. Etnik muvofiqlik ularni o‘zaro hurmat va sabr-toqat tamoyillariga asoslangan ijtimoiy munosabatlarni o‘rnatishga yo‘naltiradi. Tolerantlikning shaxsiy fazilat sifatida rivojlanishi ularning ijtimoiy va madaniy muhitda muvaffaqiyatli bo‘lishlariga yordam beradi. Ushbu bog‘lanish qoraqalpoq talaba yoshlarning o‘zlarini ma’naviy va ijtimoiy jihatdan barqaror shaxs sifatida shakllantirishga qaratilgan muhim xususiyatlarni rivojlantiradi. Natijada ular turli madaniyat vakillari bilan muloqot qilishda barqarorlik va tolerantlik ko‘rsatadigan shaxslar bo‘lib etishadilar.

“Qoraqalpoq talaba yoshlarning etnik o‘zini anglashini muvofiqlashtirish so‘rovnomasi” hamda S.Maddining “Hayotiy turg‘unlik va ekzistensiya” testi o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘lanishlar tahlili (n=230)

Omillar	Daxldorlik	Nazorat	Tavakkalchilik
Etnik o‘ziga xoslik	0,13	0,33*	0,15

Etnik birdamlik	0,34*	0,11	0,18
Etnik muvofiqlik	0,14	0,11	0,37*

“Qoraqalpoq talaba yoshlarning etnik o‘zini anglashini muvofiqlashtirish so‘rovnomasi” hamda S.Maddining “Hayotiy turg‘unlik va ekzistensiya” testi o‘rtasidagi bog‘lanishlarga ko‘ra, “etnik o‘ziga xoslik” omili - “nazorat” ($r=0,34$; $p\leq 0,05$) omili bilan, “etnik birdamlik” omili - “daxldorlik” ($r=0,34$; $p\leq 0,05$) omili bilan, “etnik muvofiqlik” omili - “tavakkalchilik” ($r=0,37$; $p\leq 0,05$) omili bilan ijobiy korrelyatsiyaga kirishdi.

Ushbu bog‘lanish shuni ko‘rsatadiki, “etnik o‘ziga xoslik” omilining “nazorat” bilan ijobiy korrelyatsiyasi ($r=0,34$; $p\leq 0,05$) qoraqalpoq talaba yoshlar orasida o‘z etnik o‘ziga xosliklarini anglash va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish qobiliyatining rivojlanganligini ko‘rsatadi. Talabalar o‘z etnik kelib chiqishlarini tan olgan holda, hayotlarida mustaqil qaror qabul qilish va o‘zlarini boshqarish qobiliyatini kuchaytiradilar. O‘z milliy xususiyatlarini anglash ularga ijtimoiy muhitda o‘zini to‘g‘ri tutish va ichki muvozanatni saqlash imkonini beradi. “Nazorat” omili ularga hayotiy muammolarga bardosh berishda va ijtimoiy vaziyatlarda o‘zlarini mustaqil his qilishda yordam beradi. Ushbu qobiliyat ularga o‘z etnik qadriyatlarini himoya qilish bilan birga, jamiyatda faol va mas‘uliyatli shaxslar bo‘lib shakllanishga yo‘naltiradi. Etnik o‘ziga xoslikni chuqur anglash orqali talabalar o‘z xatti-harakatlarini muvofiqlashtirish va hayotiy turg‘unlikni boshqarish qobiliyatini rivojlantiradilar. O‘z nazoratini mustahkamlash ularga hayotiy qarorlarni to‘g‘ri va o‘z vaqtida qabul qilish imkonini beradi. Bu jarayon ularning shaxsiy va ijtimoiy hayotida muvaffaqiyatli bo‘lishlariga zamin yaratadi. Shu tariqa, “etnik o‘ziga xoslik” va “nazorat” omillar o‘rtasidagi bog‘lanish talabalarning o‘z milliy qadriyatlarini saqlab qolgan holda, ijtimoiy barqarorlikni ta‘minlashga yordam beradi.

“Etnik birdamlik” va “daxldorlik” omillari o‘rtasidagi ijobiy korrelyatsiya ($r=0,34$; $p\leq 0,05$) qoraqalpoq talaba yoshlar orasida o‘z etnik guruhlariga chuqur bog‘liqlik va jamoaviy hamjihatlik hisini mustahkamlashga xizmat qiladi. Ushbu bog‘lanish, talabalarning o‘z etnik jamoalariga nisbatan ishtirokchi va mas‘uliyatli munosabatini rivojlantiradi. Daxldorlik hissi ularga o‘z milliy jamoasining farovonligiga o‘z hissasini qo‘shish zarurligini anglatadi. Ular etnik birdamlikni kuchaytirgan holda, o‘z jamoalarida faol ishtirokchi bo‘lishni afzal ko‘radilar. Bu xatti-harakat ularning ijtimoiy vazifalarni bajarishda jamoaviy javobgarlikni qabul qilishga yordam beradi. Talabalar o‘z etnik guruhlarining qadriyatlari va manfaatlarini himoya qilish orqali, jamoaviy ruhni mustahkamlaydilar va birdamlikni saqlashga intiladilar. Ushbu qobiliyat ularga o‘z jamoalarining manfaatlarini ilgari surishda faollik ko‘rsatish imkonini beradi. “Etnik birdamlik” va “daxldorlik” omillarining bog‘lanishi talabalarni

ijtimoiy-psixologik jihatdan barqaror va jamiyat uchun foydali shaxs sifatida shakllantiradi. Ular o'z etnik jamoalarida hamjihatlik va kelishuvni saqlash orqali, o'zaro ishonch va hurmatni mustahkamlashga hissa qo'shadilar. Natijada bu bog'lanish qoraqalpoq talaba yoshlarning ijtimoiy vaziyatlarda o'zini faol va mas'uliyatli tutishiga, jamoaviy ruhni saqlashga yordam beradi.

“Etnik muvofiqlik” va “tavakkalchilik” o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,37$; $p\leq 0,05$) qoraqalpoq talaba yoshlarning ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini va yangi vaziyatlarda jasorat ko'rsatishga tayyorligini bildiradi. Ushbu talabalar o'z etnik o'zliklarini ijtimoiy sharoitlarda saqlab qolish bilan birga, hayotiy tavakkalchiliklarni qabul qilish va yangi tajribalarni izlashga moyildirlar. “Tavakkalchilik” qobiliyatining rivojlanganligi ularga turli sharoitlarda ijtimoiy muvaffaqiyatga erishish va yangi imkoniyatlardan foydalanish imkonini beradi. Ular o'z milliy o'zliklarini saqlab qolgan holda, hayotiy xatarlarga bardosh bera oladigan va yangi tajribalarni o'rganishga tayyor bo'ladilar. Etnik muvofiqlik ularning ijtimoiy vaziyatlarda muvozanatni saqlash va muammolarni echishda qat'iyat ko'rsatish qobiliyatini oshiradi. Bu bog'lanish ularga o'z etnik xususiyatlarini yo'qotmasdan, o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholash va yangi muhitga moslashish imkoniyatini yaratadi. Tavakkalchilik ularning ijtimoiy tajribalarda qat'iyat va jasorat bilan harakat qilishiga yordam beradi. Ushbu qobiliyat ularga yangi imkoniyatlarni qo'lga kiritish va o'zlarini yangi sharoitlarda sinab ko'rish uchun kuch beradi. Shu sababli, “etnik muvofiqlik” va “tavakkalchilik” omillarni bog'lanishi qoraqalpoq talaba yoshlarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida muhim o'rin egallaydi. Talaba-yoshlarning **etnik o'zini anglash darajasi** ularning **hayotiy turg'unlik va ekzistensial qarashlari** bilan ma'lum darajada bog'liq. Bu natijalar yoshlarning etnik identifikatsiyasi ularning **psixologik barqarorlik va hayotiy faoliyat uslublari** bilan uzviy aloqada ekanini ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Абдурасулова, Г.Х. *Социально-психологические аспекты межэтнических отношений молодежи*. – Ташкент: Фан, 2015.
2. Allport, G. *The Nature of Prejudice*. – Cambridge: Addison-Wesley, 1954.
3. Ермачков, В.Е. *Психология этнической идентичности*. – Москва: Изд-во МГУ, 2010.
4. Назарова, З.Т. *Ўзбек ёшларида этник ўзлигини англаш хусусиятлари*. – Тошкент: Фан, 2012.
5. Бернабе, Х. *Этнопсихология: основы и методы*. – Москва: Академический проект, 2013.
6. Хожиев, Ш.Х. *Шахс ривожланишининг психологияси*. – Тошкент: Ўқитувчи, 2004.

7. Исламов, Х. *Ўзбек жамиятида ижтимоий онг ва ўзини англаш жараёнлари*. – Тошкент: Иқтисодиёт, 2020.
8. Tajfel, H., & Turner, J. C. *An Integrative Theory of Intergroup Conflict*. – In: W.G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup*

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA SHAXSDAGI IJTIMOIIY XOXISH MUAMMOSI

*Maxamatova Nigora Baxrom qizi
Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi*

Ma'lumki, insoning ehtiyojlari ijtimoiy tuzum shakllari taraqqiyotiga qarab o'zgaradi. Shu bois o'z ehtiyojlarini qondirish uchun inson harakat qiladi. Shaxs o'z harakatlari bilan ijtimoiy muhitga moslashadi va undan o'z ehtiyojlari uchun foydalanadi. Lekin shu bilan birga inson muhitni o'z ehtiyojlariga muvofiqlashtirib, o'zgartiradi, qayta quradi va o'ziga moslashtiradi. Insoning shaxs sifatidagi faollik xususiyati shundan iboratki, o'z ehtiyojlarini qondirishga yordam beradigan harakatlari instinktiv harakatlar emas, balki asosan oqilona, ongli harakatlardir. Bu onglilik shundan iboratki, odam oldindan biron bir maqsadni ko'zlab harakat qiladi, shu maqsadga erishish uchun yordam bera oladigan vositali yo'l va usullarni oldindan qidirib topadi, to'sqinlik va qiyinchiliklarni engish uchun ongli ravishda kuch-g'ayratini ishlata oladi. Kishida kelib chiqadigan ehtiyojlar darrov yaqqol tasavvur qilinadigan maqsad tarzida hosil bo'la olmaydi. Ko'ngildan kechayotgan ehtiyoj va intilishlar turli darajada anglanishi va turlicha tasavvur qilinishi mumkin. Masalan kelib chiqadigan ehtiyoj va intilishlar ba'zan istak, xoxish tarzida ko'ngildan kechadi-kishi hozirgi holatidan noroziligini his qilib turadi-yu, lekin qanday maqsadga etishilyotganini binobarin shu maqsadga erishishga doir yo'l –yo'riqlarini aniq bilmaydi. Istak shunday holatki, bunda odam o'ziga allanima kerakligini his qilib turadi-yu, bu narsani nima ekanligini aniqlab ololmaydi, ya'ni uni tasavvur qilolmaydi. Istak paytida kishi qanday maqsadga intilayotganini bu maqsadga erishishning yo'l –yo'riqlarini anglab etmas ekan demak istakni bevosita amalga oshirish ham mumkin emas. Ehtiyoj ko'ngildan mudom kuchaygan sari, shu ehtiyojni qondirishga intilish maqsadi ham anglanila boshlaydi. Bunday anglanilgan ehtiyojlar tilak-havaslar deb ataladi. Ammo odam o'z intilishlarining maqsadini tasavvur qilganda ham shu maqsadga etishish yo'llari va vositalarini hali tasavvur qila olmasligi mumkin. Bunday to'la anglanilmagan intilishlar (tilak, havas) ba'zan zo'r hayol surish bilan, ba'zan esa cheksiz orzu bilan bo'g'liq bo'ladi. Harakat yo'llari, usullari topilib odam ularni tasavvur qilayotgan ekan, demak ehtiyojni qondirishga intilish tamomila anglaniladi, odamning tilak-havasi esa bir narsa intilishga aylanadi. Bu intilish holati ba'zan **hoxish** deb ataladi. Kishi biror ishni qilmoqchiman, falon ishni bajarmoqchiman, o'qishga kirmoqchiman va hakoza deb

gapirar ekan buning ma'nosi shuki ,mazkur kishi o'z intilishlarining maqsadini va shu maqsadga etishish vositalarini anglash tasavvur qilish va bilish bilangina cheklanib qolmay ,madsadga etishish mumkinligini,ma'lum bir yo'ldan ish ko'rishga tayyorligini va qilinadigan harakatlarning oqibatini kam anglaydi.Har bir kishining anglab,bilib ko'ngildan kechiradigan ehtiyojlari ko'p,uning vazifalari va intilishlari ham kam emas.Shuning uchun kishida xilma xil maqsadlar zohir bo'lib turadi va bu maqsadlarni ro'yobga chiqarish istagi tug'iladi.

Motivatsion ehtiyojlar sohasini bir elementi sifatida **ijtimoiy hoxishlar** aniqlashimiz zarur.Ijtimoiy xoxishlarni aniqlsh uchun maxsus metodika va shkalalar mavjudki ular yordamida shaxsdagi shakllangan ijtimoiy xoxishlarni aniqlashimiz mumkin.Bunda shaxs tst savollariga ijtimoiy ma'qullangan javoblarni beradi,o'zi uchun optimal echim tanlaydi,o'zini yaxshi tomondan ko'rsatishga intiladi.Ijtimoiy hoxish bu sinaluvchilarning test savollariga javob berayotganlarida ijtimoiy ijobiy ko'rinish tendensiyasiga amal qilishiga bog'liq.Ijtimoiy hoxish –shaxsning jamiyatdagi xulq-atvorini oldindan belgilab qo'ygan,ijtimoiy maqullangan normalar.qonun qoidalarga ongli ravishda munosabat bildirishida nomoyon bo'ladi. Yani ijtimoiy hoxish yuqori ko'rsatkichiga ega insonlar o'z hatti-harakatlarini kelib chiqish natijalrini oldindan biladilar va ongli ravishda o'ziga foydali tomonini tanlaydilar.

Ijtimoiy hoxish va shaxs xususiyatlari XX asrda fanda noaniq tushuncha sifatida qo'llanila boshladi.Bu tushuncha to'g'risida ko'plab fikrlar mavjud.Bir yo'nalish vakillari ijtimoiy hoxishlarni sinaluvchilarda o'tkaziladigan metodikalar validligi (ishonchliligi) bilan bog'lasa ,ikkinchi bir yo'nalish vakillari ijtimoiy hoxishlarni shaxs individual psixologik xususiyatlari bilan bog'laganlar.Ijtimoiy hoxishlarni aniqlash bo'yicha yaratilgan metodikalar bir necha to'siqlarga uchrashiga qaramasdan keng ommalashdi.Ijtimoiy hoxishlarni aniqlash metodikalari orqali bir necha muommolarga echim izlash imkoniyati yaratildi.1.Ijtimoiy muhitdan mamnunlik ustanovkalari.2,Ijtimoiy muhitni ma'qullash ustanovkalari.3.Aniq bo'lmagan yoki to'liq ma'qullanmagan ustanovkalar.4.Ijtimoiy ma'qullangan aniq ustanovkalar.5.Vaziyatga va holatga bog'liq ustanovkalar.va hk.

1960 yillarda test so'rovnomalari talqinida ijtimoiy hoxish tadqiqotlari buzg'unchi omil sifatida o'rin egalladi.Masalan E.Jekson tadqiqotlarida ijtimoiy hoxishlar yakuniy natijaga ta'sir etishi,har bir sinaluvchi test savollariga javob berishda ijtimoiy hoxish faktorini inobatga olishi aniqlandi.Yani test savollarida bir javob ijtimoiy ma'qullangan rag'batlantiruvchi mazmunga ega bo'ladi.sinaluvchi bu javob unga to'g'ri kelmasa ham ijtimoiy rag'bat olish uchun shu javobni tanlaydi.Ikkinchi tomonda rag'batlantirilmaydigan mulohoza savollari bo'lib,sinaluvchi bu javobni tanlamaydi.Bu esa o'z navbatida olingan ma'lumotni samimiyligini kamaytiradi.

Shaxsdagi ijtimoiy hohishlarning o'rganilishi ,tadqiq qilinishi bugungi kunda fan oldida turgan muhim vazifalardan biridir.Ijtimoiy hoxish ko'rsatkichlarini aniqlash ,o'ziga xos xususiyatlarini anqlash amaliyotda qo'llash,yana yangi metodikalar ishlab

chiqish, mavjud metodikalar ustida ishlash, xilma xil ilmiy nazariy negizlarini yaratish zarur. Ijtimoiy hoxish muommasi yuzasidan juda kam ma'lumotlar to'planganligiga qaramasdan psixolog olimlar tomonidan mazkur mavzu yuzasidan tog'ri muvofiq (ratsional, optimal) yo'l –yo'riqlar va samarali usullarni ishlab chiqish imkoniyati yaratilmoqda. Bir qator pedagog psixologlar tomonidan shaxs xususiyatlari qatorida ulardagi istak hohishlar, mayllar, ehtiyojlar o'rganilgan tadqiq etilgan. Shuningdek ularda bo'lajak mutaxassislarining kasbiy faoliyati, ehtiyoji, psixologik xususiyatlari va unga ta'sir etuvchi omillar hamda ijtimoiy muhitning ta'siri masalalariga ham alohida e'tibor qaratilgan. Zamonaviy xorij psixologlari tomonidan ilgari surilgan g'oyalarda ijtimoiy hoxish tushunchasi nafaqat insondagi ijtimoiy ma'qullangan xarakter xususiyati balki ijtimoiy muhitga muvvafoqiyatli ko'nika olish malakasi va inson xulq –atvorining yaqqol ko'rinishi hamdir. Ijtimoiy muhit shaxsning asosiy ijtimoiy funksiyalarini belgilaydi, ijtimoiy hohishlar esa shaxs faolligini ta'minlaydi. SHaxsdagi ijtimoiy xoxishlarni o'ziga xos tomonlarini o'rganar ekanmiz, bunda shaxs taraqqiyoti uchun muhim bo'lgan omil va jihatlari, jumladan undagi fikrlash jarayonlari, tashqi ijtimoiy muhitga kirishib ketishi, jamiyat normalari va ijtimoiy rollarini o'zlashtirishi, guruhda o'zini tutishi, professional yuksalishga turtki bo'luvchi muhim omillarni yana shaxsning ma'naviyati, mafkurasi, axborot xavfsizligi, turli ijtimoiy guruhlardagi maqomi shaxslararo munosabatlardagi nizolar kabi qator masalalarni hisobga olishimiz va atroflicha o'rganib chiqishimiz lozim. Bu esa o'z navbatida biz o'rganmoqchi bo'lgan ijtimoiy hohish tushunchasini yanada muhim va dolzarb ekanligidan dalolatdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Adizova T.M. O'quvchilarning shaxslararo munosabatlarini psixologik diagnostikasi va korreksion ishlari.- Toshkent, TDPU, 1997.
2. Karimova V. Psixologiya. O'quv qo'llanma. Toshkent, A.Qodiriy nomidagi halq merosi nashriyoti. "O'AJBNT" markazi, 2002.
3. Nishonova Z.T. Psixik taraqqiyot diagnostikasi. Toshkent. Nizomiy nomli TDPU, 2004 y
4. Nishanova Z., Qurbonova Z., Abdiev S., To'laganova SH. Psixodiagnostika. O'quv qo'llanma. -Toshkent, 2008.
5. Nemov R.S. Психология: Учебник. – М.: Высшее образование, 2005. – 639 s. Vlados, 1998. – 632 s.
6. Nemov R.S. Психология: Учеб для студентов выше.пед.учеб.заведений. В 3 кп. 1. Общие основы психологии. 3-е изд. – М.: Гуманит изд. Сентр Vlados, 1997. – 688 s.
8. Davletshin M.G., To'ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya, Toshkent, Nizomiy nomidagi TDPU nashriyoti, 2002.
9. Jalilova S. "Shaxs va shaxslararo munosabatlarni o'rganishning proektiv

metodikalari”, Toshkent, Nizomiy nomli TDPU, 2006.

10.Karimova V.Psixologiya. O`quv qo`llanma. Toshkent, A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti. “O`AJBNT” markazi, 2002 .

OILAVIY NIZOLAR VA ULARNI BARTARAF ETISH YO‘LLARI

M.A.Maxsudova,

NamDU Psixologiya kafedrasida dotsenti

Oila deb atalmish muqaddas dargohni mustahkam bo`lishi jamiyat rivojida muhim ahamiyat kasb etadi. Mamlakatimizda istiqlool yillarida oila institutini yanada takomillashtirish, onalar va bolalar salomatligini mustahkamlash, yoshlarni har tomonlama barkamol qilib tarbiyalash masalalariga davlat siyosati darajasida e`tibor berildi. Mamlakatimizda barcha aholining 97 foizi oilalarga birlashib yashaydi, qolgan uch foizi – yani, yolg`iz qolgan keksalar, ota-onadan yetim bo`lib qolgan, boshqa yurtdan kelib vaqtinchalik O`zbekistonda istiqomat qilayotganlar ham oila a`zolari, yaqinlari, yurtdoshlari, turli davlat va nodavlat tashkilotlaridagi insonparvar odamlarning mehridan darig` emas. Shu ma`noda *oil*a – *inson o`z baxti va saodati, orzu-havaslari, maqsad-muddaolarini mushtarak qilgan, o`zini inson sifatida idrok etib hayot nashidasini suradigan muqaddas makondir*.

Har qanday oilada er-xotinning o`zaro munosabatlarida nizoli vaziyatlarning yuzaga keiishi muqarrar. Lekin shu nizolarning xarakteri, ularning oqibatlariga ko`ra turli oilalar va ulardagi oilaviy munosabatlar bir-birlaridan farqlanadi. Shunday ekan, biz dastavval muvaffaqiyatli va muvaffaqiyatsiz oilalarda ro`y beradigan nizolarni ko`rib chiqaylik. Muvaffaqiyatli oilalardagi nizolar biriktiruvchi va muvaffaqiyatsiz oilalardagi nizolar esa ajratuvchi xarakterga ega. Shuning uchun psixologik adabiyotlarda nizolar shartli ravishda *«konstruktiv» («biriktiruvchi»)* va *«destruktiv» («ajratuvchi»)* nizolarga farqlanadi.

Oilaviy nizolarda kimlar ishtirok etayotganiga ko`ra ularni quyidagicha asosiy turlarga ajratish mumkin:

- er-xotin o`rtasidagi nizolar;
- qaynona-kelin o`rtasidagi nizolar;
- qaynona-kuyov o`rtasidagi nizolar;
- ovsinlar o`rtasidagi nizolar;
- ota-onalar va farzandlar o`rtasidagi nizolar.

Bouen turli toifali muammoli oilalarni tahlil etib, ulardagi ziddiyatlarning asl sababi – ana shu kabi emotsional uchburchaklikning hosil bo`la olmaganligida, deb xulosa qiladi va shu nuqtai nazardan oilalar tipini quyidagilarga ajratadi:

Er va xotin uzoq vaqt mobaynida ham bir-biriga ko`nika olmayotgan, munosabatlarini oydinlashtira olmagan oila turi. Ular emotsional uchburchak doirasida

o‘zaro munosabatlarda bir-birlarini ayblash, kamchiliklarini topish bilan ovora bo‘ladi, lekin munosabatlariga sira bolalarni aralashtirmaydi. Bouennning fikricha, agar shunday tarang munosabatlarga farzand aralashsa, uchalasi o‘rtasida yaxshi, iliq munosabatlar vujudga kelsa, bunday oila mustahkam bo‘lishi mumkin.

Ikkinchi toifa oilada a‘zolaridan biri to‘laligicha boshqasiga tobe bo‘lib oladi, o‘zidagi avtonomiyadan ataylab voz kechadi. Natijada bunday oilada ikkita “yolg‘on, yashirin “Men”lar paydo bo‘ladi, bir shaxs ikkinchisi ustidan to‘la hukmronlik qila boshlaydi. Bunday nikohlar odatda mustahkam bo‘lishiga qaramay, uni tashkil etuvchilardan biri – tobe “Men” turli psixosomatik va ruhiy kasalliklarga chalilib boradi, farzandlar ham shu munosabatlarga ko‘nikib boraveradi. Aytish joizki, o‘zbek oilalari orasida ayni mana shu toifa oilalar ko‘p.

Uchinchi toifali oilada o‘zaro munosabatlar bir maromda kechaveradi, lekin oilaning mut‘e, tobe a‘zosi tobora bolalarga bog‘lanib, o‘zidagi kamchiliklarni, xavotir va qo‘rquvni bora-bora bolalarga yuklaydigan, ularni kerak bo‘lsa, ayblashga o‘rganib qoladi. Bu ba‘zan oilaviy nizolarga sabab bo‘lishim mumkin. Masalan, agar bola yo nogiron, yoki yagona, erka farzand bo‘lsa, barcha nuqsonlar uning shu maqomiga bog‘liq tarzda namoyon etilaveradi, onaning kamchiligi bolaning nochorligi yoki erkalatib yuborganlik niqobi ostida yashiriladi. Boshqa bolalarga xos bo‘lgan u yoki bu muammo ham ayni shu bir bola tufayli paydo bo‘lganday tasavvur etiladi. (1.44.)

Biriktiruvchi nizolarning yuzaga kelishiga asos bo‘lgan muammolar va ularning hal qilinishi butun oilaning manfaatlariga qaratilgan bo‘ladi. Agar ular hal etilsa buning oqibatida oilaning umumiy manfaatlariga oid muammolar o‘z echimini topadi. Bunday nizolarga oiladaga tartib, intizom, ozodalik, oila byudjetini yuritish, saranjomlik, tejamkorlik, isrofgarchilikka yo‘l qo‘ymaslik, bola tarbiyasi va boshqa shu kabi toifadagi nizolar misol bo‘la oladi. Ular asosan er - xotin o‘rtasidagina yuzaga keladi. Bunday nizolar “er - xotinning urushi doka ro‘molning qurishi” kabi nizolar toifasiga kiradi. “Doka ro‘molning qurishi” er-xotin o‘rtasidagi hamkorlikni rivojlantiradi.

Er - xotin munosabatlarida nizolarning rivojlanish yo‘li tasviri berilgan, yangi yuzaga kelgan oilalarda er - xotin munosabatlarining u yoki bu tarzda rivojlanishi oqibatida shartli ravishda to‘rt turdagi oilalar shaqlanib boradi. Bular quyidagilar:

- o‘zaro munosabatlari mustahkamlangan oilalar;
- munosabatlari vaqtincha mustahkamlangan oilalar;
- yangi nizolar yuzaga kelib va takrorlanib turadigan oilalar;
- munosabatlar uzil - kesil, bo‘zilib ajralishib ketgan oilalar. (2.158.)

Kelishmovchiliklarni keltirib chiqaruvchi sabablardan ayrimlarini ko‘rib chiqamiz:

1. Ba‘zi qizlarda nikohgacha oilaviy hayotga, qaynonaga, qaynona-kelin munosabatlariga nisbatan salbiy tasavvur shakllangan bo‘ladi. Ayniqsa, yoshlar qaynonani oldindan faqat salbiy qiyofa sifatida tasavvur qiladilar. Keyin esa oila qurib, tasavvuridagi emas, balki hayotdagi qaynona bilan yashay boshlaydilar. Oqibatda ular

o'z tasavvuridagi qaynonaga xos bo'lgan kamchilik va illatlarni hayotdagi qaynonadan axtara boshlaydilar.

2. Qaynona-kelinning dunyoqarashlari va uy-ro'zg'or tutishlari orasida kelishmovchilik paydo bo'ladi va keskinlashadi. Ikki avlodning dunyoqarashi, hayotiy tamoyillari o'rtasida tafovut bo'lishi tabiiy holdir. Ammo, aksariyat hollarda qaynona-kelinlar ko'p jihatdan bir-birining aksi bo'ladilar. Ayrim hollarda esa qaynona-kelin andishani yig'ishtirib qo'yib, har birlari o'z gaplarini o'tkazishga harakat qiladilar.

3. Ba'zi kelinlar "kelinlik" va "onalik" vazifalarini bajarishga tayyor bo'lmaydilar. SHunday kelinlar bo'ladiki, ular na ovqat pishirishni, na kir yuvishni, na kattalar bilan muomala qilishni biladilar. Kelin kelinligining birinchi kunidanoq hamma narsani kerakligicha bilishi va katta tajribaga ega bo'lgan qaynonasi darajasida turishi juda qiyin. U darajada bilmasa ham mayliya, lekin, bilishni istamasa qiyin.

4. Ayrim hollarda qaynona-kelin bolalar tarbiyasi masalasida kelisha olmay qoladilar. Ayrim oilalarda bolalar yo bobo-buvilar yoki ota-onalar tomonidan me'yoridan ortiqcha erkalatib yuboriladi. Natijada, ota-onalar bilan bobo-buvilar o'rtasida "bolaga kim tarbiya berishi kerak" degan masalada kelishmovchilik kelib chiqadi. Aslida ular ham, bular ham bolalarni kelajakda yaxshi kishilar bo'lib etishishini istaydilar, tanlagan yo'llari esa turlicha.

5. Ba'zan katta xonadonda ovsinlar qaynona iltifotini qozonish yo'lida bir-birilaridan rashk qilishlari asosida kelishmovchiliklar kelib chiqadi. Oilada ikki va undan ortiq kelin bo'lsa, qaynona ularning hammasiga bir xilda qaray olmasligi tabiiy holdir. Kelinlardan birontasi qaynonaning didiga yaqinroq, ba'zisi uzoqroq bo'ladi. Ayollar o'ta ruhiy sezgirliklari tufayli buni tezda sezaдилar. Natijada "o'gay" kelin bilan qaynona o'rtasida kelishmovchilik boshlanadi.

6. Ba'zi hollarda qaynona-kelinning yosh xususiyatlarini, qiziqishini, orzu-havaslarini, ishlashi yoki o'qishini hisobga olmaydi. Qaynonalar orasida umr bo'yi uy bekasi bo'lganlari ham bor. Ular ishlash bilan uy-ro'zg'or ishlarini barovar olib borishni o'z boshidan o'tkazmagan. Ana shunday qaynonalar yoshligida o'zlarini risoladagiday kelin bo'lganman deb biladilar, qaynota-qaynonalarini qanday izzat qilganliklarini "ularning soyalariga ko'rpacha solganlarini" (rostmi-yolg'onmi, baribir) tez-tez eslashni yaxshi ko'radilar va kelinlarining ham "o'zlariday" bo'lishini istaydilar.

Oilaviy nizolarni oldini olish uchun oila qurayotgan yoshlarga turmush qurishdan avval quyidagilarni inobatga olishlarini maslahat beramiz:

1. Oila qurishdan avval yoshlar oilaviy hayotga jinsiy, fuqarolik va huquqiy, ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy va ahloqiy, tarbiyaviy, psixologik jihatdan ma'lum bir etuklik darajasiga erishishlari kerak.

2. Yoshlarni oila qurishdan aniq bir maqsadi, Yani nikoh qurish motivi bo'lishi lozim.

3. Oila qurgunga qadar nikoh yoshiga to'lgan bo'lishlari va nikoh yoshi hususiyatlarini inobatga olishlari lozim. Oila quruvchi yoshlar imkon qadar inson

ontogenezidagi bir xil yosh davrida bo'lganlari maqsadga muvofiq. Masalan: ko'pincha o'zbek mentalitetida oilalar o'spirinlik (17-22 yosh) va yoshlik (23-28) davrida quriladi. SHu nuqtai-nazardan olib qaralganda, nikohlanuvchilar o'rtasidagi yosh masofasi 3-5 yosh bo'lishi va bir xil yosh davrida bo'lganlari maqsadga muvofiq.

4. Oila qurgunga qadar bir-birlarini olti oydan bir yilgacha tanigan bo'lishlari maqsadga muvofiq. Albatta huquqiy jihatdan FHDYO tomonidan yoshlar bir-birlarini o'rganishlari uchun ularga 33 kun muhlat beriladi. Lekin, bu muhlat psixologik jihatdan yoshlar bir-birlarini xarakterlari, qiziqishlari individual-psixologik hususiyatlari, dunyoqarashlarini o'rganishlari uchun etarli emas. Bir-birlarini uzoq muddat tanigan bo'lishlari ham maqsadga muvofiq emas. Bunday holatlarda ular o'rtasidagi hissiyotlar o'tmaslashib, psixologik to'yinish yuzaga kelishi mumkin.

5. Oila qurayotgan yoshlar bir millatli bo'lganlari maqsadga muvofiq. CHunki, bir millatda shakllangan qadriyatlar, odatlar boshqa millatga to'g'ri kelmasligi mumkin.

6. Oila qurayotgan yoshlar quyidagi ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy omillarni ahamiyatini inobatga olishlari kerak.

- ijtimoiy omil deganda oila quruvchi yoshlarning ijtimoiy kelib chiqishi, jamiyatdagi mavqei bir-biriga mos tushishi kerakligi nazarda tutiladi;

- iqtisodiy omil deganda qudalarni va yoshlarni moddiy ta'minlanganlik darajasini bir-biriga mos bo'lishi nazarda tutiladi;

- madaniy omillar deganda esa, oila quruvchi yoshlarning ma'lumoti, dunyoqarashi, ma'naviy saviyasi bir-biriga mos tushishi lozimligi nazarda tutiladi.

Xulosa qilib aytganda, nafaqat yoshlarimiz balki faoliyati bevosita nikoh-oila muammolari bilan bog'liq bo'lgan mutasaddi xodimlar, mahalla, hokimiyat vakillari, katta yoshdagilar ham hozirgi zamon oilasining ijtimoiy psixologik xususiyatlari, er-xotin nizolari, oilaviy nizolar psixologiyasi haqida tegishli ma'lumotlarga ega bo'lishlari maqsadga muvofiqdir. Yoshlarimiz esa er-xotin nizolarini jiddiy, ayanchli oqibatlariga olib keluvchi: ajratuvchi «men» xarakteridagi «chegaralanmagan» turlaridan ogoh bo'lishi, o'z hayotlarida shu toifa nizolaming yuzaga keltirmaslik, ularning oldini olish va bartaraf etish borasida zarur bo'lgan bilim va ma'lumotlarga ega bo'lishlari lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. Darslik. T: Fan va texnologiya. 2007.
2. Maxsudova M.A. Oila psixologiyasi. O'quv qo'llanma. N. "Sunrise-pro". 2025.
3. Shoumarov G'.B. tahriri ostida. Oila psixologiyasi. Darslik. T.: Sharq, 2022.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA NUTQ MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHDA MULTIMEDIA TEXNOLOGIYALARINING O'RNI

Meyliyeva Mutabar Sayfullayevna

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

Bugungi kunda ta'lim jarayoniga zamonaviy texnologiyalarni tatbiq etish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Xususan, maktabgacha tayyorlov guruhida tarbiyalanuvchilarning nutq madaniyatini rivojlantirishda multimedia vositalaridan foydalanish samaradorlikni oshiradi. Multimedia vositalari bolalarning qiziqishini uyg'otib, nutqiy ko'nikmalarini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda multimedia vositalari orqali nutq madaniyatini rivojlantirish jarayonlari tahlil qilinadi.

Nutq madaniyati – bu to'g'ri, ravon, aniq va ifodali so'zlash qobiliyatini o'z ichiga oladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq madaniyatini shakllantirish ularning keyingi ta'lim jarayoniga tayyorgarligida muhim omil hisoblanadi. Nutq madaniyatini rivojlantirishning asosiy maqsadlari:

- So'z boyligini kengaytirish.
- To'g'ri va ravon talaffuz qilishga o'rgatish.
- Fikrini aniq va tushunarli ifodalashni shakllantirish.
- Muloqot madaniyatini rivojlantirish.
- Multimedia vositalari va ularning turlari

Multimedia vositalari – bu audio, video, animatsiya va interaktiv dasturlarni o'z ichiga oladigan texnologiyalar majmuasi. Ushbu vositalar bolalarning nutqiy faolligini oshirishga xizmat qiladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda multimedia vositalari orqali nutq madaniyatini rivojlantirishga oid masalalar bir nechta izlanuvchi va olimlar tomonidan o'rganilgan Vygotskiy L.S. — “Bolalar nutqining shakllanishi”, Galperin P.Ya. — “Nutq rivojlanishining psixologik asoslari”, Zimnyaya I.A. — “Nutq va tafakkur”. Ushbu asarlar bolalarning nutqiy rivojlanish jarayonlari, muloqot madaniyati va pedagogik yondashuvlar haqida ma'lumot beradi.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi tomonidan chop etilgan metodik qo'llanmalardan “Maktabgacha yoshdagi bolalarning nutqini rivojlantirish” bo'yicha o'quv-uslubiy qo'llanmalar yaratilgan bo'lib, bu adabiyotlarda davlat ta'lim standartlari asosida ishlab chiqilgan metodik yondashuvlar ko'rsatib o'tiladi.

Maktabgacha ta'limda foydalaniladigan multimedialli vositalari har bir tarbiyalanuvchining yoshi va psixologik holatidan kelib chiqib tanlanadi. Interaktiv o'yinlar – bolalarning so'z boyligini kengaytirish va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi, ular bolani faol fikrlashga, muloqot qilishga va til ko'nikmalarini takomillashtirishga undaydi. O'yin davomida bolalar yangi so'zlarni o'rganadi va ularni amalda qo'llash imkoniyatiga ega bo'ladi. Masalan, "Kim tezroq

aytadi?" yoki "So'z zanjiri" kabi o'yinlar bolalarni lug'atini boyitishga yordam beradi. Bundan tashqari bola nutqini grammatik jihatdan to'g'ri shakllantirishga yordam beradi. Rolli o'yinlari (masalan, do'konchi va xaridor o'yini) bolaga gap tuzish va fikrni izhor qilishni o'rgatadi.

Jamoaviy o'yinlar ham bolalar muloqotga erkin kirishadilar, bolalar bir-biri bilan fikr almashadi, savollar beradi va javob qaytaradi. Masalan, "Kim bu?" yoki "Kimning ovozi?" kabi o'yinlar muloqotni rag'batlantiradi. Bunday o'yinlar diqqat va eshitish qobiliyatini oshirishga yordam beradi. O'yin davomida bolaning eshitish, tushunish va esda saqlash qobiliyatlari rivojlanadi. Masalan, "Rasm bo'yicha hikoya tuzish", "Ertakni davom ettir" o'yinlari bolaning diqqatini jamlashga yordam beradi.

Ba'zi bolalarda tovushlarni noto'g'ri talaffuz qilish yoki gapirishga uyalish kuzatilishi mumkin. Logopedik o'yinlar, masalan, "Til gimnastikasi", "Ovoz chiqarib hikoya aytish" kabi usullar nutq muammolarini bartaraf etishga yordam beradi.

O'yinlar bolalarni nafaqat og'zaki, balki yozma nutqni rivojlantirishga ham tayyorlaydi. Masalan, "So'zlardan gap tuzish", "Ertaqani yozib tugatish" kabi o'yinlar foydali bo'ladi. Interaktiv o'yinlar bolaning nutqiy rivojlanishida samarali vosita bo'lib, ularni muloqotga undaydi, yangi so'zlarni o'rganishga va o'z fikrini ravon ifodalashga o'rgatadi. Shu sababli, ota-onalar va tarbiyachilar bolalar bilan muntazam ravishda bunday o'yinlarni o'tkazishlari maqsadga muvofiqdir.

Multfilmlar va audio ertaklar hozirgi zamonaviy maktabgacha ta'limda keng qo'llanilmoqda. Ular bolalarni tinglash madaniyatiga o'rgatadi, to'g'ri talaffuzni shakllantiradi. Ular bolalarning lug'at boyligini kengaytirish, to'g'ri talaffuz qilish, muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish va ijodiy fikrlashga yordam beradi. Biroq, bunday vositalardan to'g'ri foydalanish muhim, chunki ularning ijobiy va salbiy ta'sirlari ham mavjud.

Multfilmlarning nutq madaniyatiga ijobiy ta'siri haqida gap ketganda, bunda bolalarning lug'at boyligini oshiradi, katta yoshdagilar bilan muloqot qilishdan farqli ravishda, multfilmlar bolalar tiliga moslangan oddiy va tushunarli iboralarni o'z ichiga oladi. To'g'ri talaffuz va ohangni o'rgatadi – sifatli multfilmlar orqali bolalar nutq ohangini va talaffuzni yaxshiroq tushunib boradi. Muloqot qobiliyatini rivojlantirib – dialoglar orqali bola gapirish, savol berish va javob qaytarish qoidalarini o'zlashtiradi vz ijodiy fikrlashga rag'batlantiradi – fantastik va qiziqarli syujetlar orqali bola o'z hikoyalarni yaratishga ilhomlanadi.

Multfilmlarning o'z navbatida bolalar uchun salbiy ta'sirlari ham yo'q emas. Bunda bolalar noto'g'ri talaffuz va jargonlarni o'rganish – ba'zi past sifatli multfilmlar noto'g'ri talaffuz, grammatika xatolari yoki nojo'ya so'zlarni o'z ichiga olishi mumkin. Agar bola faqat tomoshabin sifatida multfilm ko'rsa va muloqot qilmasa, uning nutq faolligi pasayishi mumkin. Tez-tez multfilm ko'rish jonli muloqot o'rnini egallab, bola kam gapiradigan bo'lib qolishiga sabab bo'lishi mumkin. Bolalar uchun tavsiya etilgan sifatli multfilmlar o'zbek tilida: "Zumrasha", "Alpomish", "Meva-

cheva” kabi animatsion filmlar nutq madaniyatini sezilarli darajada shakllantiradi. Chet tillarida: “Peppa Pig” (toza talaffuz uchun), “Dora the Explorer” (faol muloqot uchun) misol keltirish mumkin

2. Audio ertaklarning nutq madaniyatiga ta'siri turlicha bo'lib, ijobiy tomonlama bola eshitish orqali so'zlar ma'nosini anglash va fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi, nutq ohangini to'g'ri shakllantiradi – Audio ertaklar odatda ravon va chiroyli talaffuzda yozilgan bo'lib, bolaga to'g'ri ohangni o'rgatadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni xilma xil va rang- barang ta'lim metodlari bilan ta'lim jarayoni boyitilsa eng yuqori natijaga erishiladi. Shu boi audio ertaklar albatta bu jarayonning bir qismidir. Bolalar audio ertakni tinglaganida, tasavvur qilish orqali so'z va voqealarni bog'laydi, so'z boyligini kengaytiradi. Qadimiy ertaklar va adabiy matnlar bolani adabiy nutq bilan tanishtiradi. Lekin, audio ertaklar ham salbiy ta'sirlardan holi emas. Buni tarbiyachi va ota- onalar bilishlari kerak. Agar bola tinglagandan keyin hikoya haqida fikr bildirmasa, uning aktiv nutqi rivojlanmasligi mumkin. Qo'rqinchli yoki murakkab mazmunli ertaklar bola psixologiyasiga salbiy ta'sir qilishi mumkin. O'zbek tilida: “To'qmoqvoy”, “Bola va bo'ri”, “Zumrad va Qimmat” kabi audio ertaklarni tavsiya etish mumkin.

Ta'lim jarayonidagi multimedia materiallari asosida bolalarga savollar berisahg usuli ularning fikrlash va to'g'ri javob berish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Yana virtual muhitda rolli o'yinlar orqali bolalar nutqiy faoliyatini faollashtirish mumkin. Masalan, do'konchi-mijoz, shifokor-bemor kabi o'yinlar muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Nutq madaniyati insonning o'z fikrlarini aniq, ravon va muloqot qoidalariga mos tarzda ifodalash qobiliyatini anglatadi. U nafaqat to'g'ri so'zlash, balki madaniy, axloqiy va ijtimoiy normalarga rioya qilishni ham o'z ichiga oladi. Nutq madaniyatini rivojlantirish ta'limning barcha bosqichlarida, ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda muhim ahamiyatga ega. Chunki bu yoshda bolaning muloqotga bo'lgan qobiliyati va shaxsiyati shakllanadi. Ushbu maqolada nutq madaniyatini rivojlantirishning asosiy maqsadlari va uning ahamiyati tahlil qilinadi.

Maktabgacha tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida nutq madaniyatini rivojlantirishda multimedia vositalarining roli beqiyosdir. To'g'ri tanlangan interaktiv darslar, o'yinlar va audio-vizual materiallar bolalarning so'z boyligini kengaytirib, fikrini aniq ifodalashga yordam beradi. Zamonaviy texnologiyalardan foydalanish bolalarning muloqotga bo'lgan ishonchini oshirib, ta'lim jarayonini yanada samarali va qiziqarli qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi 'Ta'lim to'g'risida'gi Qonuni.
2. Hasanboyeva, M. (2021). 'Maktabgacha ta'limda innovatsion texnologiyalar'.

Toshkent.

3. Vygotsky, L. S. (1978). 'Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes'. Harvard University Press.

4. Yusupova, D. (2020). 'Multimedia texnologiyalari yordamida nutqni rivojlantirish'. Toshkent.

5. Shonazarova, G. (2022). 'Maktabgacha ta'limda interfaol usullar'. Toshkent.

DAVLAT VA NODAVLAT OLIY TA'LIM MUASSASALARI IMIJINING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLARI

Mirashirova N.A.,

Toshkent amaliy fanlar universiteti dotsenti, PhD

Hozirgi globallashuv va raqobat kuchayib borayotgan davrda oliy ta'lim muassasalarining imiji nafaqat ta'lim tizimining rivojlanish darajasini, balki jamiyatdagi obro'-e'tiborni ham belgilovchi muhim omilga aylanmoqda. Imij – bu, tashkilot yoki muassasaning ijtimoiy ongda shakllangan obrazidir. Oliy ta'lim muassasalarining imiji esa talabalar, ota-onalar, ish beruvchilar, pedagoglar hamda keng jamoatchilik tomonidan shakllanadigan subyektiv tasavvurlar yig'indisidan iboratdir. Davlat oliy ta'lim muassasalari ko'proq tarixiy an'analarga, barqarorlik va ishonchlikka asoslangan imij bilan ajralib tursa, nodavlat oliy ta'lim muassasalari esa innovatsion yondashuv, erkinlik va moslashuvchanlik kabi omillar orqali ijobiy obrazni shakllantirishga intilmoqda. Shu bois, har ikkala turdagi muassasalarda imijni shakllantiruvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o'rganish dolzarb masala hisoblanadi. Imijning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini tahlil qilish, bir tomondan, ta'lim muassasalari obro'sini mustahkamlashga, ikkinchi tomondan, jamiyatda ta'lim sifati va ishonchlikni oshirishga xizmat qiladi. Mazkur masalani o'rganish davlat va nodavlat oliy ta'lim muassasalarining ta'lim bozoridagi raqobatbardoshligini ta'minlashda, shuningdek, yoshlarning kasbiy va shaxsiy rivojlanishida alohida ahamiyatga ega.

Imij tushunchasi va uning ta'lim tizimidagi ahamiyati

Imij (inglizcha image – “obraz, qiyofa”) – bu, shaxs, tashkilot yoki muassasa haqida jamoatchilik ongida shakllanadigan ijtimoiy-psixologik tasavvur va obrazdir. Psixologik nuqtai nazardan imij insonlarning hissiy, kognitiv va ijtimoiy baholash jarayonlari asosida vujudga keladi. U ko'pincha real voqelikni to'liq aks ettirmaydi, balki subyektiv qarashlar, stereotiplar va ijtimoiy xohishlar asosida shakllanadi.

Oliy ta'lim muassasalari misolida imij – bu, o'quv yurtining ichki va tashqi auditoriyalarga (talabalar, ota-onalar, o'qituvchilar, ish beruvchilar, keng jamoatchilik)

ko‘rinadigan qiyofasi va obro‘sidir. Imijni shakllantiruvchi asosiy jihatlar quyidagilar:

Ta‘lim sifati – ta‘lim dasturlarining mazmuni, o‘qituvchilarning malakasi, bitiruvchilarning mehnat bozoridagi muvaffaqiyati.

Innovatsionlik – yangi texnologiyalar, ilg‘or o‘quv metodlari, zamonaviy infratuzilma va ilmiy faoliyat.

Madaniy va ijtimoiy muhit – talabalarning shaxsiy o‘sishi, ijtimoiy faolligi, universitetning jamiyat hayotiga qo‘shayotgan hissasi.

Psixologik faktorlar – talabalar va o‘qituvchilar o‘rtasidagi munosabatlar, kommunikativ muhit, ijtimoiy identifikatsiya va guruh ta’sirlar.

Ta‘lim tizimidagi ahamiyati:

- Talabalarni jalb qilishda – kuchli va ijobiy imij abituriyentlar hamda ularning ota-onalari uchun asosiy motivatsion omillardan biri bo‘lib xizmat qiladi.
- Raqobatbardoshlikni ta‘minlashda – ta‘lim muassasalari o‘rtasida sog‘lom raqobatni kuchaytiradi.
- Jamiyatdagi obro‘ va ishonchni shakllantirishda – davlat va nodavlat oliy ta‘lim muassasalarining ijtimoiy nufuzini belgilaydi.
- Kasbiy rivojlanish va bitiruvchilarning muvaffaqiyatida – imiji yuqori bo‘lgan universitetlarning bitiruvchilari mehnat bozorida ko‘proq e‘tibor va ishonch qozonadi.
- Psixologik muhitni shakllantirishda – ijobiy imijga ega bo‘lgan ta‘lim muassasalari talabalarda motivatsiya, identifikatsiya va o‘zini rivojlantirish ehtiyojini oshiradi.

Shu bois, oliy ta‘lim muassasasi imiji nafaqat tashqi reklama yoki rasmiy brend bilan belgilanadi, balki u o‘quv jarayoni, pedagogik muhit, talabalar va bitiruvchilarning hayotiy faoliyati orqali ijtimoiy ongda mustahkamlanib boradi.

Davlat va nodavlat OTMlarning imijida farqlar

Oliy ta‘lim muassasasi imijini shakllantirishda davlat va nodavlat sektorlarida bir qator o‘ziga xos psixologik va ijtimoiy tafovutlar kuzatiladi. Ushbu tafovutlar ularning tarixiy rivojlanishi, boshqaruv shakli, ta‘lim sifati, iqtisodiy imkoniyatlari hamda jamoatchilik ongida shakllangan stereotiplarga bog‘liqdir.

Tarixiy obro‘ va an‘analar - Davlat OTMlari: Odatda ko‘p yillik tarix va an‘anaga ega, jamiyatda barqarorlik va ishonchlilik timsoli sifatida qabul qilinadi. Ularning imiji ko‘proq “klassik” ta‘lim va ilmiy maktablarga tayanadi. Nodavlat OTMlari: Ko‘pincha yangi tashkil etilgan, innovatsion va zamonaviy ta‘lim dasturlari bilan ajralib turadi. Tarixiy merosdan ko‘ra “yangilik”, “zamonaviylik” va “moslashuvchanlik” imiji ustuvor.

Ta‘lim sifati va dasturlar - Davlat OTMlari: Ko‘proq fundamental bilim berishga, keng qamrovli fanlar tizimiga e‘tibor qaratadi. Talabalarda “chuqur nazariy tayyorgarlik” haqidagi ijobiy obraz shakllangan. Nodavlat OTMlari: Amaliyotga yo‘naltirilgan, chet el tajribalariga asoslangan dasturlar bilan obro‘ qozonadi. Talabalar uchun “mehnat bozoriga tez integratsiya” va “kasbiy ko‘nikmalarni rivojlantirish” asosiy afzallik sifatida qaraladi.

Iqtisodiy va moddiy omillar - Davlat OTMlari: Davlat tomonidan

moliyalashtirilgani uchun aholining ko'p qismi uchun nisbatan arzonroq va kirish imkoniyati kengroq. Shu sababli ularning imiji "xalqchil" va "hamma uchun ochiq" sifatida qaraladi. Nodavlat OTMlari: Odatda kontrakt summalari yuqori, shu bois ko'proq "elita ta'lim" obrazi shakllanadi. Bu, bir tomondan, yuqori sifatli ta'lim ramzi sifatida, ikkinchi tomondan, ijtimoiy tabaqalanish belgisi sifatida baholanadi.

Jamiyatdagi qabul qilinish va stereotiplar - Davlat OTMlari: Jamiyat ongida "davlat kafolati" va "ishonchli diplom" timsoli sifatida mustahkam o'rnashgan. Ish beruvchilar ham davlat OTMlarini ko'proq tan olishga moyildirlar. Nodavlat OTMlari: Ba'zi hollarda "tijorat ta'limi" yoki "pul evaziga diplom" stereotipi mavjud. Biroq, yuqori sifatli nodavlat OTMlari asta-sekin bu qarashni o'zgartirib, o'z imijini mustahkamlashmoqda.

Psixologik muhit va ijtimoiy identifikatsiya - Davlat OTMlari: Talabalar ko'p, raqobat kuchli, bu esa akademik motivatsiyani oshiradi. Talabalar o'zlarini "davlat tizimining bir bo'lagi" sifatida identifikatsiya qiladilar. Nodavlat OTMlari: Talabalar soni odatda kamroq, individual yondashuv va qulay sharoitlar mavjud. Bu "elitarlik" va "eksklyuzivlik" hissini uyg'otadi.

Imijga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillar

➤ **Ichki omillar**

Professor-o'qituvchilar salohiyati – pedagoglarning ilmiy darajasi, pedagogik mahorati va karizmasi ta'lim sifatiga bevosita ta'sir qiladi.

Talabalar faoliyati va muvaffaqiyati – ularning ilmiy loyihalardagi ishtiroki, yutuqlari va ijtimoiy faolligi imijni belgilovchi kuchli faktor.

Rahbariyatning boshqaruv uslubi – shaffoflik, adolat va innovatsion qarorlar imijni mustahkamlaydi.

Ta'lim sifati va metodik yangiliklar – dars jarayonida zamonaviy texnologiyalar va metodlardan foydalanish ijobiy obraz yaratadi.

➤ **Tashqi omillar**

Jamiyatdagi ta'lim qadriyatlari – jamoatchilikning oliy ta'limga bo'lgan ishonchi.

Ota-onalar va abituriyentlar fikri – OTM tanlashda oilaning qarashlari asosiy ijtimoiy-psixologik rol o'ynaydi.

OAV va ijtimoiy tarmoqlar – universitet haqida tarqatilgan axborotlar va sharhlar imijga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xalqaro reyting va hamkorlik – xorijiy universitetlar bilan aloqalar, xalqaro grantlar va reytinglarda o'rin egallash imijni kuchaytiradi.

➤ **Madaniy-ijtimoiy omillar**

Milliy qadriyatlar va an'analar – ta'lim mazmuni milliy manfaatlarga mos bo'lsa, ijobiy obraz shakllanadi.

Jamiyatdagi obro' – universitet bitiruvchilarining mehnat bozoridagi muvaffaqiyati ham imijga ta'sir etadi.

Talabalik muhiti – kampus, talabalar shaharchasi, ijtimoiy hayotning boyligi ham

muhim psixologik faktor hisoblanadi.

Imij shakllanishining psixologik mexanizmlari

Oliy ta'lim muassasasining (OTM) imiji – bu, tashqi va ichki auditoriyalarning ongida shakllanadigan murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon natijasidir. U real faktlar, kommunikatsiya jarayonlari, shaxsiy tajribalar, hissiy ta'sirlar va jamiyatdagi stereotiplarning bir-biri bilan o'zaro ta'siri orqali yuzaga keladi. Imijning shakllanishida bir qator psixologik mexanizmlar muhim rol o'ynaydi:

Introspeksiya va refleksiya. OTMning talabalari, o'qituvchilari va rahbariyati o'z faoliyatini ichki baholash orqali imijni shakllantirishga ta'sir qiladi. Refleksiya natijasida muassasa o'zining ijobiy va salbiy jihatlarini anglaydi va tashqi auditoriyaga qanday ko'rinishini boshqarishga harakat qiladi.

Ijtimoiy taqqoslash (L. Festinger nazariyasi asosida). Talabalar va jamoatchilik muassasani boshqa OTMlar bilan solishtirib, imijni baholaydi. Davlat va nodavlat universitetlar o'rtasidagi imij farqlari ham aynan ijtimoiy taqqoslash mexanizmi orqali yuzaga keladi.

Identifikatsiya. Talabalar o'zlarini universitet bilan qanchalik bog'liq deb his qilishlari (masalan, “men falon universitet talabasi” degan faxr hissi) imij shakllanishida hal qiluvchi omildir. Ijobiy identifikatsiya imijni mustahkamlaydi, salbiy identifikatsiya esa unga zarar etkazadi.

Interiorizatsiya. Muassasa qadriyatlari, tamoyillari va missiyasi talabalarning ichki dunyosiga singib borishi imijni barqaror qiladi. Masalan, universitet “innovatsionlik”ni qadriyat sifatida ilgari sursa, talabalarda ham ijodkorlik va yangilikka intilish kuchayadi.

Stereotiplashtirish. Jamiyat ongida muassasalar haqida ijobiy yoki salbiy tayyor tasavvurlar (stereotiplar) shakllanadi. Masalan, davlat OTMlari “barqaror va ishonchli”, nodavlat OTMlari esa “zamonaviy va tijoratga asoslangan” degan umumiy obrazlarga ega bo'lishi mumkin.

Brendlash va kommunikatsiya

Imij tashviqot materiallari, reklama, ijtimoiy tarmoqlar va OTM vakillarining jamoatchilik oldidagi nutqlari orqali shakllanadi.

Psixologik jihatdan odamlar vizual belgilar (logotip, ranglar, shiorlar) orqali tezroq xotirada saqlab qoladilar.

Motivatsiya va prestij omili

Motivatsiya omili. Motivatsiya – bu, shaxsni faoliyatga undovchi ichki ehtiyoj, maqsad va rag'batlarning yig'indisidir. OTM imiji shakllanishida motivatsiya bir nechta darajalarda ta'sir ko'rsatadi:

- Ichki motivatsiya

Talabaning bilim olishga, o'zini rivojlantirishga va kasbiy jihatdan etuk bo'lishga bo'lgan tabiiy ehtiyoji. Imiji kuchli bo'lgan ta'lim muassasalari talabalarda kuchli ichki motivatsiya uyg'otadi, chunki ular o'zlarini nufuzli muhitda his qiladilar.

- Tashqi motivatsiya

Talabaning tashqi rag'batlar (diplomning qadri, ish topish imkoniyati, stipendiya, ota-onaning bosimi yoki jamiyatdagi maqom) tufayli ta'lim muassasasini tanlashi. Masalan, jamiyatda "prestijli" hisoblangan universitetda o'qish tashqi motiv sifatida talabaning qaroriga bevosita ta'sir qiladi.

- Instrumental motivatsiya

Amaliy natijalarga erishishga qaratilgan bo'lib, yuqori imijli OTMda o'qish orqali barqaror ish joyi, yuqori maosh va jamiyatda tan olinishi kutiladi.

- Ijtimoiy motivatsiya

Shaxsning "muvaffaqiyatli guruh" a'zosi bo'lish istagi. Prestijli universitetda o'qish nafaqat bilim olish, balki ijtimoiy maqom va hurmatni ham kafolatlaydi.

Prestij omili. Prestij – bu, muassasaning jamiyatdagi obro'si, nufuzi va ijtimoiy maqomini ifodalaydi. U OTM imijining eng muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

Prestijni belgilovchi asosiy mezonlar:

- Tarixiy an'ana va obro' – uzoq yillardan beri mavjud bo'lgan davlat universitetlari "klassik ta'lim" va "ishonchli diplom" timsoli sifatida qaraladi.
- Ilmiy salohiyat – mashhur professorlar, ilmiy maktablar, xalqaro reytinglarda ishtirok universitet obro'sini oshiradi.
- Bitiruvchilarning muvaffaqiyati – taniqli olimlar, siyosatchilar yoki biznesmenlar chiqib ketgan OTMlar obro'sini ko'taradi.
- Xalqaro hamkorlik – chet el universitetlari bilan hamkorlik, qo'shma dasturlar va chet elda tan olinadigan diplom.
- Jamiyatdagi stereotiplar – ba'zi OTMlar jamiyat ongida "prestijli", boshqalari esa "oddiy" sifatida qabul qilinadi. Bu stereotiplar yoshlarning qaroriga kuchli ta'sir ko'rsatadi.

Motivatsiya va prestijning o'zaro bog'liqligi

Prestij talabalarning motivatsiyasini oshiradi: yuqori imijga ega OTMga kirgan talaba o'zini "tanlangan" deb his qiladi va o'qishga ko'proq mas'uliyat bilan yondashadi.

Motivatsiya imijni mustahkamlaydi: talabalar o'z yutuqlari, faoliyati va muvaffaqiyatlari bilan universitet obro'sini ko'taradi.

Bu ikki omil o'zaro mustahkamlovchi jarayon bo'lib, OTMning ijtimoiy-psixologik nufuzini barqaror qiladi.

Imij talabalarning universitetni tanlash qaroriga bevosita ta'sir qiladi. "Prestijli" imij yoshlarning o'zini namoyon qilish, jamiyatda maqomga erishish motivlarini qondiradi.

Imijni mustahkamlash yo'llari

Oliy ta'lim muassasasining imiji barqaror emas, balki dinamik jarayondir. U vaqt o'tishi bilan ijtimoiy talablar, ta'lim sifati, kommunikatsiya siyosati va jamoatchilik fikriga qarab o'zgarib boradi. Shu sababli imijni shakllantirishdan tashqari uni doimiy ravishda mustahkamlash zarur.

Ta'lim sifati va akademik samaradorlikni oshirish – o'quv dasturlarini

zamonaviylashtirish, xalqaro tajribalarni tatbiq qilish. Malakali professor-o‘qituvchilarni jalb etish. Talabalar bilimini mustaqil fikrlash, innovatsion yondashuv va kasbiy ko‘nikmalar asosida rivojlantirish. Imijning eng kuchli omili – bu haqiqiy ta’lim sifati.

Innovatsion muhit yaratish - Raqamli texnologiyalar, VR/AR laboratoriyalar, masofaviy ta’lim imkoniyatlari. Startaplar va tadqiqot loyihalarini qo‘llab-quvvatlash. Innovatsionlik imijni zamonaviy va raqobatbardosh qiladi.

Talabalarning ijtimoiy hayotini rivojlantirish – sport, madaniyat, ijtimoiy loyihalar orqali talabalarning faolligini qo‘llab-quvvatlash. Talabalarda “bizning universitet – bizning oilamiz” degan identifikatsiyani kuchaytirish. Kuchli talabalar muhitida ijobiy imij tez shakllanadi.

Kommunikatsiya va PR strategiyasi – ochiq axborot siyosati yuritish (veb-sayt, ijtimoiy tarmoqlar, matbuot). Brend elementlari (logotip, shior, ranglar)ni samarali ishlatish. Mashhur bitiruvchilar va ularning muvaffaqiyatlarini targ‘ib qilish. Ijobiy kommunikatsiya jamoatchilik ongida mustahkam obraz yaratadi.

Bitiruvchilar va ish beruvchilar bilan aloqalar – Muvaffaqiyatli bitiruvchilarni universitet faoliyatiga jalb qilish. Ish beruvchilar bilan hamkorlik, amaliyot va bandlik dasturlari. “Bizning diplom – muvaffaqiyat kaliti” degan imijni mustahkamlaydi.

Jamiyatga foyda keltiruvchi faoliyat – Hududiy ijtimoiy loyihalarda ishtirok etish. Ijtimoiy mas’uliyatli tashabbuslarni amalga oshirish. Universitetni faqat ta’lim maskani emas, balki jamiyatning rivojlanish markazi sifatida ko‘rsatadi.

Psixologik muhit va qadriyatlarni rivojlantirish – Universitet madaniyatini shakllantirish (hurmat, adolat, ochiqlik, ilmga intilish). Talaba va o‘qituvchilar o‘rtasida ijobiy munosabatlarni mustahkamlash. Psixologik iqlim ijobiy bo‘lsa, bu ichki va tashqi imijda yaqqol seziladi.

Davlat va nodavlat oliy ta’lim muassasalarining imiji – bu, nafaqat tashqi ko‘rinish yoki reklama natijasi, balki ta’lim sifati, ilmiy salohiyat, ijtimoiy qadriyatlar, psixologik muhit va kommunikatsion siyosatning uzviy birligidir. Imij o‘quvchilar, talabalar, ota-onalar, jamiyat va ish beruvchilar ongida oliy ta’lim muassasasi haqidagi ijobiy yoki salbiy tasavvurni shakllantiradi. Psixologik nuqtayi nazardan, imijning barqarorligi talabalarda motivatsiyani oshiradi, universitetning prestijini mustahkamlaydi va unga bo‘lgan ijtimoiy ishonchni kuchaytiradi. Davlat OTMlarining imiji ko‘proq tarixiy an‘analar, barqarorlik va ommaviylikka asoslangan bo‘lsa, nodavlat OTMlarining imiji zamonaviylik, innovatsion yondashuv va raqobatbardoshlik bilan ajralib turadi. Imijni mustahkamlash yo‘llari sifatida ta’lim sifati oshirish, zamonaviy innovatsion muhit yaratish, talabalarning ijtimoiy faolligini qo‘llab-quvvatlash, PR strategiyalarini samarali yo‘lga qo‘yish, bitiruvchilar va ish beruvchilar bilan hamkorlikni kuchaytirish hamda ijobiy psixologik iqlimni shakllantirish muhim omillardir.

Shunday qilib, oliy ta’lim muassasalarining ijtimoiy-psixologik imiji — bu

ularning raqobatbardoshligini belgilovchi, talabalarni jalb qiluvchi va jamiyatdagi nufuzini oshiruvchi hal qiluvchi omil bo'lib, uni rivojlantirish va mustahkamlash bugungi globallashuv sharoitida ta'lim tizimining strategik vazifalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Гаврилова, Е. А. Формирование имиджа высшего учебного заведения: социально-психологический анализ. // Вестник психологии и педагогики. – 2019. – №4. – С. 56–62.
2. Корнеева, Н. А. Имидж образовательного учреждения: психологические аспекты. – Киев: Освита, 2015.
3. 8. Юлдашев, Р. А. Oliy ta'lim muassasalari imijining psixologik xususiyatlari. // Psixologiya va pedagogika muammolari jurnali. – Toshkent, 2021. – №2. – B. 43–50.
4. 9. Karimova, V. M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2016.
5. 10. To'rayev, Sh. Oliy ta'limda imij va brendni shakllantirishning dolzarb masalalari. // Oliy ta'limda innovatsiyalar ilmiy jurnali. – 2020. – №1. – B. 112–119.

JAMIYATDA GENDER TENGLIK MUAMMOSI

*Mirsidikova Aziza Mirvohidovna,
Toshkent amaliy fanlar universiteti
“Psixologiya” kafedrasi assistent o'qituvchisi*

Gender tenglik nafaqat inson huquqini ta'minlash, balki, jamiyatni siyosiy, ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadigan ezgu qadriyatdir. Qolaversa, gender tenglik – bu, mamlakatning demokratik taraqqiyot darajasini ko'rsatuvchi indikatorlardan biri hisoblanadi. Shu bois, bugungi globallashuv davrida jamiyatda bu masalaga ustuvor e'tibor qaratilmoqda.

Gender tengligi va jinsiy tenglik, aniqrog'i: erkaklar va ayollar o'rtasidagi tenglik – bu, oilada, jamiyatda erkaklar va ayollar o'rtasida teng huquqlarga erishishni nazarda tutadigan tushuncha va boshqa qonuniy munosabatlar. Ba'zi tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, gender tengligi – bu, patriarxal tizimdan keyingi ijtimoiy-jinsiy munosabatlarning keyingi bosqichi. Gender tengligi tamoyili insonning shaxs sifatida paydo bo'lishiga to'sqinlik qiladigan barcha ijtimoiy to'siqlarni o'rganish va yo'q qilish, shuningdek, hayotning barcha sohalarida erkaklar va ayollar shaxsiyatini anglash uchun teng ijtimoiy imkoniyatlarni yaratishdan iborat hisoblanadi.

Qadim yunon olimlari Suqrot, Arastu, Aflotun kabilar eng yaxshi davlat sifatida jamiyatda tenglik va adolat hukm surgan polisni nazarda tutishgan. Eng yaxshi qonunlar sifatida ham barcha tengligini kafolatlagan qonunlarni ilgari surishgan. Erkak va ayollar tengligi g'oyasini yunon olimi Antifont o'z asarlarida qo'llagan holda: «Tabiat barchani: ayollarni ham, erkaklarni ham teng qilib yaratadi, lekin odamlar insonlarni tengsiz holatga soluvchi qonunlarni ishlab chiqishadi», deb ta'kidlagan. Sharq qomusiy

olimlaridan biri Abu Nasr Farobiy “Fozil odamlar shahri” asarida tenglik hukm surgan davlatni fozillikka intilgan davlat sifatida qayd etgan bo'lsa, 1791 yilda Olimpiya De Guj tomonidan tayyorlangan fuqarolik va ayol huquqi deklaratsiyasida ilk bor ayollarning erkin fikrlash hamda o'z fikrini bildirish huquqiga ega ekanligi e'tirof etilgan. Gender tengligining huquqiy rivojiga e'tibor beradigan bo'lsak, eng avvalo, gender tenglikning huquqiy asoslari, xalqaro va milliy qonunchilikni tarixiy-nazariy va huquqiy jihatlarini tahlil etish joiz. Albatta, barchamizga ma'lumki, 1948 yilda BMT Bosh assambleyasi tomonidan qabul qilingan Inson huquqlari umumjahon deklaratsiyasida erkak va ayollarning tengligi alohida e'tirof etilgan bo'lib, deklaratsiyaning 1- moddasida «Hamma odamlar o'z qadr-qimmatini hamda huquqlarida erkin va teng bo'lib tug'iladilar. Ularga aql va vijdon ato qilingan, binobarin birbirlariga nisbatan birodarlik ruhida munosabatda bo'lishlari kerak», deya ta'rif berilgan. BMT tomonidan 1966-yilda qabul qilingan yana bir xalqaro hujjat – Fuqarolik va siyosiy huquqlar to'g'risidagi xalqaro paktning 3-moddasida ta'kidlanishicha, «Mazkur paktga ishtirok etuvchi davlatlar erkaklar va ayollar uchun ushbu Paktga ko'rib chiqilgan barcha fuqarolik va siyosiy huquqlardan bir xilda foydalanishini ta'minlash majburiyatini oladi». Aynan mazkur xalqaro norma “Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida”gi qonunning 2-moddasida “Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risidagi qonun hujjatlari ushbu Qonun va boshqa qonun hujjatlaridan iboratdir, - degan moddaning amaliy va huquqiy asosidir. Demak, yuqorida qayd etilgan xalqaro hujjatlarni ratifikatsiya qilgan mustaqil davlatimiz xalqaro huquqning umume'tirof etilgan talablaridan kelib chiqib, o'z milliy qonunchiligida ayollar va erkaklar tengligi masalasiga jiddiy ahamiyat berishining sababi ham asoslidir.

Jumladan, 2019-yil 2-sentyabrda qabul qilingan O'zbekiston Respublikasining “Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida”gi qonuni mamlakatimizda gender tenglikni ta'minlashga qaratilgan yaxlit va asosiy qonun hujjati hisoblanadi. Ushbu qonun bilan ilk bor milliy qonunchiligimizda “gender” tushunchasiga ta'rif berilgan. Qonunda xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlarni ta'minlash sohasidagi davlat siyosatining asosiy yo'nalishlari, ushbu sohada davlat boshqaruvi mexanizmlari belgilandi. Xususan, xotin-qizlarning gender kamsitilishiga yo'l qo'ymaslik maqsadida O'zbekiston Respublikasida Gender tenglikni ta'minlash masalalari bo'yicha komissiya tashkil etildi. Mazkur asosning yana bir huquqiy kafolati bu O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 46-moddasida «Xotin-qizlar va erkaklar teng huquqlidirlar», deb belgilanganligidir. Demak, gender tengligining ham xalqaro ham konstitutsiyaviy huquqiy asosi kafolatlangan. Gender tengligi ijtimoiy tenglikni ham anglatadi. Bunday tenglikni ta'minlash uchun Konstitutsiya va qonunlarga zarur qoidalarni kiritishning o'zi kifoya emas. Shu bois ham, «Jamiyatda huquqiy madaniyatni yuksaltirish»ga alohida e'tibor qaratilgan. O'zbekistonda gender tenglikni ta'minlash sohasida amalga

o'shirilayotgan ishlar to'g'risida xalqaro hamjamiyatni xabardor etish va bu borada davlatimiz imijini oshirish maqsadida O'zbekiston delegatsiyasining AQSh, Evropa Ittifoqi, Koreya, Yaponiya, Rossiya, Turkiya, Qozog'iston, Ozarbayjon, Keniya davlatlariga xizmat safarlari tashkil etildi. Xorijiy tashkilotlar bilan hamkorlik aloqalarini mustahkamlash maqsadida UNISEF, BMT, USAID kabi xalqaro tashkilotlar bilan ikki tomonlama yillik qo'shma rejalar tasdiqlandi. Komissiya a'zolari Birlashgan Arab Amirliklarida bo'lib o'tgan jahon ayollar forumida ishtirok etdi.

BMTning xotin-qizlarga nisbatan kamsitishning har qanday shakllariga barham berish to'g'risidagi konventsiyasi yuzasidan qabul qilingan milliy harakatlar rejasi ijrosi bo'yicha monitoring o'tkazildi. Tashkilot va idoralardagi mas'ul xodimlar uchun hisobotlarni tayyorlash haqida amaliy mashg'ulot tashkil etildi. 2030-yilgacha bo'lgan davrda barqaror rivojlanish maqsadlarining gender sohasiga tegishli bandlari bo'yicha indikatorlar shakllantirilgan. Hozirda qator vazirlik va idoralarda gender tenglik masalalari bo'yicha maslahat kengashi faoliyat yuritadi. Ko'pincha ushbu kengash a'zolari bu kengashga kim rahbarlik qilishi kerak, bu yo'nalishda ishlarni qanday tashkil qilish kerak, degan savollarga duch keladi. Ularga bu yo'nalishda uslubiy-amaliy yordam berish maqsadida mediarreja ishlab chiqib, targ'ibotni kuchaytirish maqsadga muvofiq

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Aripova M.L. The impact of informative threats in the young mentality // Novateur publications journaln-x-a multidisciplinary peer reviewed journal ISSN no:2581 -4230 volume 7, Issue 1, Jan. -2021
2. Арипова М.Л. Современный мир и проблема толерантности // журнал Проблемы педагогики. 2018.
3. Fayziyev I.Sh. Gender tengligi: ayollarning huquq va imkoniyatlarini kengaytirish. ACADEMIC RESEARCH IN EDUCATIONAL SCIENCES VOLUME 2 | ISSUE 2 | 2021. ISSN: 2181-1385
4. Qambarova G.B. Gender tenglik muammolari. SCIENTIFIC PROGRESS VOLUME 4 | ISSUE 1 | 2023 ISSN: 2181-1601
5. Mirsidikova A. (2024). KOMMUNIKATIV TOLERANTLIK VA UNING RIVOJLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR. Innovative Development in Educational Activities, 3(13), 27-31.
6. Husanbayeva Ziyoda Mahmurdjon. (2025). The Effect of Adaptive Intellect to Student Reading Motivation. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 5(04), 126–127. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume05Issue04-29>

**O'QUVCHILARDA O'ZINI ANGLASH VA KOMILLIKKA INTILISH
DARAJASINI BAHOLASHDA “IDEAL MEN – REAL MEN”
METODIKASINING AMALIY AHAMIYATI**

*Mirzajonova Eleonora Topvoldievna
Farg'ona davlat universiteti Psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi*

Bugungi kunda jamiyatda shaxsning ichki barkamolligi, o'zini anglash darajasi, o'z salohiyatini to'liq namoyon qilishi har qachongidan ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Komil shaxsni aniqlash, u qanday psixologik mezonlarga asoslanishini tushunish, bu yo'nalishda zamonaviy metodikalardan foydalanish yosh avlodning sog'lom shakllanishi va barkamol jamiyat qurishda muhim omil hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev yoshlar masalasiga oid bir nutqida shunday degan edi: “Biz yoshlarga faqat bilim emas, balki mustahkam imyon, qat'iy hayotiy pozitsiya, sog'lom tafakkur, mustaqil fikrlash, tanqidiy yondashuv, eng asosiysi – o'zini anglash tuyg'usini berishimiz kerak”. Bu fikrning mazmunida shaxsni komillikka etaklovchi ichki omillar – o'zini anglash, o'zini qadrlash, hayotga mas'uliyatli munosabat kabi psixologik komponentlar yotadi. Gumanistik psixologiya – bu, insonning ichki salohiyatini ro'yobga chiqarishga qodir mavjudot sifatida talqin qiluvchi yondashuv bo'lib, A.Maslou va K.Rojersning qarashlari asosida komil shaxs tushunchasiga ilmiy yondashuv shakllangan. Ushbu maqola “Ideal men – real men” metodikasi asosida o'quvchilarda real va ideal “men” o'rtasidagi tafovutni aniqlash orqali komillikka intilish darajasini o'rganishga bag'ishlanadi.

Psixologik jihatdan tahlil qilganda, “real” va “ideal” obrazlar orasidagi tafovut – bu, shaxsning ichki rivojlanish potentsiali, o'zini rivojlantirishga ehtiyoji, shuningdek, o'ziga nisbatan qanday talablar qo'yayotganining ko'rsatkichidir. Tafovutning yuqori bo'lishi doimo salbiy belgilarni anglatmaydi, u o'zgarishga ochiqlik, idealizm va o'z ustida ishlashga bo'lgan ichki chaqiriqni ham bildirishi mumkin. Ammo tafovut haddan tashqari katta bo'lsa, u holda shaxsda psixologik diskomfort, o'zini rad etish, ruhiy bosimlar kabi muammolar yuzaga keladi. Bu esa psixologik yordam ko'rsatish, o'z-o'zini qadrlashni shakllantirish bo'yicha ishlar olib borishni taqozo etadi.

Inson shaxsining ichki mohiyati, o'zini anglashi, shaxsiy o'sishi va komillikka intilishi psixologiya fanining eng chuqur va murakkab masalalaridan biridir. Ayniqsa, XX asr o'rtalarida vujudga kelgan gumanistik psixologiya yo'nalishi bu sohadagi ilmiy qarashlarni tubdan o'zgartirib, shaxsga ijobiy yondashuv, shaxsiy salohiyatga ishonch va o'z-o'zini aktualizatsiyalash tamoyillarini ilgari surdi. Mazkur kurs ishida komil shaxs tushunchasi gumanistik psixologiya kontekstida har tomonlama tahlil qilinib, bu yo'nalishning asoschilari – A.Maslou va K.Rojers qarashlari asosida nazariy va amaliy jihatlar yoritigan.

Nazariy qismda komil shaxs tushunchasining tarixiy ildizlari, zamonaviy

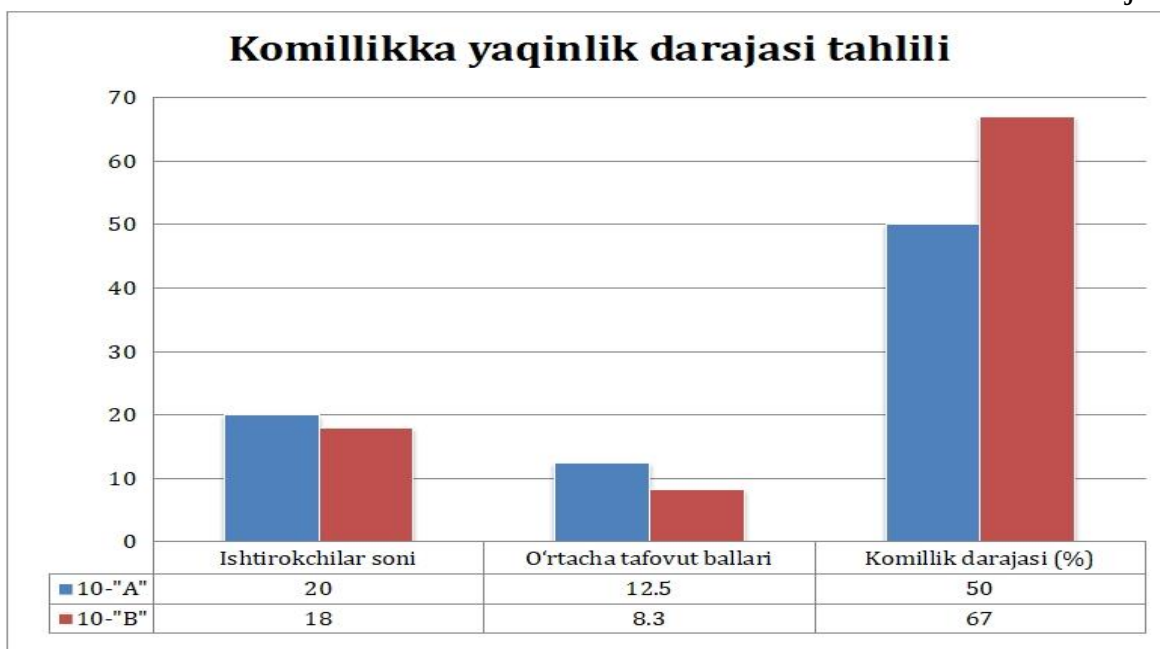
psixologik yondashuvlardagi o‘rni, hamda A.Maslou tomonidan ilgari surilgan o‘z-o‘zini aktualizatsiya qilish g‘oyasi va K.Rojersning shartsiz ijobiy munosabat, o‘zini qabul qilish, ideal men – real men singari kontseptsiyalari chuqur tahlil qilindi. Ushbu yondashuvlar shaxsning o‘ziga bo‘lgan munosabatini, ichki uyg‘unligini, o‘zini anglash darajasini aniqlash va rivojlantirishda katta nazariy va amaliy ahamiyatga ega ekani asoslangan.

Maqolamizning ko‘zlangan masala Gumanistik psixologiyadagi komil shaxs tushunchasini nazariy jihatdan tahlil qilish va K.Rojersning “Ideal Men – Real Men” metodikasi asosida o‘quvchilarning real va ideal o‘zini baholash tafovutini o‘rganish orqali shaxsning komillikka intilish darajasini aniqlashdan iborat.

Tadqiqot ishimizni biz Farg‘ona shahar 8-sonli umumta’lim maktabining 10-“A” va 10-“B” sinf o‘quvchilari (jami 25 nafar, 10 nafar o‘g‘il va 15 nafar qiz bola) ishtirokida o‘tkazildi. Ishda kuzatuv, taqqoslash, psixologik diagnostika (K.Rojersning “Ideal men – real men” metodikasi), statistik tahlil va interpretatsiya metodlaridan foydalanildi. Har bir ishtirokchi o‘z ideal va real “men” obrazlarini baholadi, tafovut ko‘rsatkichi komillikka intilish darajasini aniqlash mezoni sifatida qabul qilindi.

1-jadvalga binoan, 10-“A” sinfda esa o‘rtacha tafovut ballari yuqoriroq – 12,5 ball, ya’ni komillik darajasi 50 % atrofida bo‘ldi. Bu natija 10-“A” sinfidagi o‘quvchilarning bir qismi o‘z ideal tasavvurlaridan uzoqroq ekanligini, o‘z-o‘zini anglash darajasi, o‘zini qabul qilishi nisbatan pastroq ekanini ko‘rsatadi. Bu guruhda ichki nomuvofiqlik, shubha, o‘ziga nisbatan tanqidiy munosabatlar yuqoriligi taxmin qilinadi. Bu holat ba’zi o‘quvchilarda o‘ziga ishonch etishmasligi, o‘z imkoniyatlarini past baholash, jamiyatda o‘z o‘rnini anglashda qiynalish belgilarini ko‘rsatadi.

1-jadval



Xulosa o'rnida shunu aytish mumkinki, Farg'ona shahar 8-sonli maktabining 10-“A” va 10-“B” sinflari o'quvchilari o'rtasida o'tkazilgan amaliy tadqiqotda olingan natijalar bu nazariy fikrlarni tasdiqladi. 10-“B” sinf o'quvchilari orasida “ideal” va “real” obrazlar orasidagi tafovut kichikroq bo'lib, bu guruhdagi o'quvchilarda komillikka yaqinlik darajasi yuqori (67%) ekani kuzatildi. Ularning o'zlariga bo'lgan ijobiy munosabati, ruhiy barqarorligi va o'zini anglash darajasi nisbatan yuqori bo'lib chiqdi. Aksincha, 10-“A” sinf o'quvchilari orasida tafovut ballari yuqoriroq (12,5 ball), komillikka yaqinlik pastroq (50%) bo'lib, bu shaxsiy qoniqmaslik, o'z-o'zini tanqid qilish, idealga nisbatan uzoqlik kabi holatlarning mavjudligini ko'rsatdi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ushbu metodika nafaqat shaxsiy baholashlar, balki ijtimoiy-psixologik muhit, tarbiya uslublari, sinfdagi emotsional atmosfera, o'qituvchilarning yondashuvi va ota-onaviy munosabatlarning ham o'z ifodasini topishiga zamin yaratadi. Bu esa uni o'quvchilar bilan ishlashda, shaxsiy rivojlanishni baholashda va kerak bo'lsa psixokorreksion ishlar olib borishda muhim vositaga aylantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021. – B.47.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyev nutqlari va ta'limga oid farmonlari (2020-2023 yy.).
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyev nutqlari va ta'limga oid farmonlari (2020-2023 yy.).
4. Маслоу А. Мотивация и личность. – М.: Речь, 2023.
5. Роджерс К. Взгляд на психотерапию, становление человека. – М.: Прогресс, 2020.

MANIFESTATION OF DEFENSE MECHANISMS IN THE INDIVIDUAL CHARACTERISTICS OF YOUTH

*Andijan State University Faculty of History and Social Sciences, Master's
Student O. U. Mirzarahimov*

*Scientific Supervisor: Associate Professor of the Department of Pedagogy and
Psychology (PhD) Shamsiddinov Botirjon Nuriddinovich*

In the context of modern social life, issues of youth's mental health and personal development are becoming increasingly relevant. The younger generation matures under various social, cultural, and psychological influences, often encountering stressful

situations. In coping with stress and maintaining psychological balance, defense mechanisms play a significant role. They serve as psychological tools that protect the individual's inner world from external threats and pressures.

This thesis is devoted to analyzing how the individual characteristics of youth — such as temperament, character, volitional traits, emotional stability, extraversion, and introversion — affect the formation and manifestation of psychological defense mechanisms.

1. Theoretical Foundations of Psychological Defense Mechanisms

The concept of psychological defense was first introduced into scientific literature by Z. Freud, who described the mechanisms that protect the individual from psychological trauma through processes arising in the unconscious. Later, scholars such as A. Freud, C. Jung, and E. Erikson further developed this concept. Psychological defense mechanisms are not conscious but occur largely at the unconscious level. They mitigate internal conflicts, reduce stress, and preserve the integrity of the self.

Defense mechanisms are divided into two types:

Constructive (positive) mechanisms: rationalization, compensation, sublimation, etc.

Destructive (negative) mechanisms: denial, regression, projection, aggression, etc

2. Youth's Individual Characteristics and Defense Mechanisms

The ways in which young people employ psychological defense mechanisms are directly related to their individual characteristics.

Temperament: Sanguine and extraverted youth tend to overcome difficulties through social interactions.

Melancholic and introverted youth, on the other hand, are more inclined to rely on internal reflection and self-analysis as forms of defense.

Character and volitional traits:

Young people with strong decision-making skills tend to use positive mechanisms in stressful situations.

Those with weak volitional qualities are more likely to resort to denial or regression.

Emotional stability:

A stable emotional state ensures healthy psychological defense.

Young people prone to irritability are more inclined to use destructive mechanisms.

3. The Role of Socio-Psychological Factors

The development of defense mechanisms in youth is influenced not only by individual characteristics but also by socio-psychological factors:

Family environment: When warmth and support are present, defense mechanisms develop in a healthy way.

Educational environment: Support from teachers and psychologists helps protect

young people from stress.

Peer groups and social interaction: Youth in positive environments tend to develop constructive defense mechanisms.

4. Research Findings and Observations

Psychological observations show that:

Socially active and self-confident youth are more likely to use rationalization and compensation.

Young people with low self-esteem tend to employ denial, projection, and regression.

It has been observed that girls rely more on emotional defense mechanisms, while boys are more inclined toward aggressive and active defense methods.

5. Practical Recommendation

Strengthen psychological services in educational institutions.

Conduct preventive training sessions tailored to the individual characteristics of youth.

Educate parents in psychological culture.

Promote healthy coping strategies for stress among youth.

Conclusion

The individual characteristics of youth are a decisive factor in the formation of psychological defense mechanisms. Developing these mechanisms correctly strengthens mental health, fosters personal growth, and ensures successful adaptation to social life.

References

1. Freud, Z. Fundamentals of Psychoanalysis. Moscow: Progress, 1990.
2. Erikson, E. Identity and the Life Cycle. New York: Norton, 1994.
3. Vygotsky, L. S. Theories of Psychological Development. Tashkent: O'qituvchi, 2001.
4. Local and foreign psychologists' scientific articles and research.
5. Official documents of the Republic of Uzbekistan on youth policy.

ПУТЬ К ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ БЛАГОПОЛУЧИЮ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ

*Мирзаева Наргиза Асраровна
Ташкентский государственный медицинский университет,
Старший преподаватель кафедры социальных наук, педагогики и
психологии*

Дошкольный возраст — это как искрящийся, быстротечный праздник жизни, когда малыш от 3 до 7 лет закладывает первые кирпичи в фундамент своей личности, психического и физического благополучия. Маленький ребёнок ещё не мастер управлять бурей своих эмоций: чувства вспыхивают внезапно, словно молнии, и угасают так же непредсказуемо. Но к старшему дошкольнику приходит перелом — эмоции становятся более осознанными, рациональными, подвластными разуму и мысли. Это чудо происходит тогда, когда ребёнок впитывает нормы морали, поведения и начинает подкреплять ими свои поступки. Внутренний мир малыша — его отношение к людям и жизни — формируется под влиянием тех, кого он любит и в кого верит: авторитетных взрослых, таких как родители и воспитатели. Именно эти близкие наставники должны бережно направлять и контролировать этот процесс, выступая компасом в бурном море детских переживаний.

Анализ литературы и теоретический обзор данных.

Эмоции — постоянные спутницы нашей жизни, пронизывающие каждую клеточку деятельности и чувств. Они часто диктуют наши решения и поступки, как невидимый капельмейстер, управляя симфонией поведения. Взрослые обычно умеют выражать и обуздывать эти волны, но дети — ещё юные мореходы, только обучающиеся навигации, постепенно расширяя палитру своих ощущений. Поэтому для педагогов и родителей жизненно важно владеть картой эмоционального развития ребёнка на каждом его этапе.

Как мы отмечали, эмоции отражаются не только на характере ребенка, но и на его поведении. Они помогают (или мешают) ему правильно воспринимать происходящее вокруг, реагировать на события действительности. Соответственно, если малыш не умеет правильно реагировать на внешние события, то будет расти неуверенным в себе, закомплексованным и зажатым.

Эмоциональное развитие дошкольника зависит от его личностного развития, от его потребностей и способов его удовлетворения, от внешних и внутренних мотивов и мотиваций. В дошкольном возрасте формируются такие мотивы как: интерес к окружающему миру; интерес к игре; сохранение хороших отношений с родными, другими значимыми взрослыми, а также сверстниками; самоутверждение, самолюбие и др. Именно поэтому в дошкольном возрасте в первую очередь формируются социальные эмоции.

Эмоции ребенка развиваются в социуме — маленьком (семья) или более широком (двор, детский сад). Малыш учится эмоциям, которые позволяют ему управлять родителями, одновременно они обучают его эмоциям, которые считают правильными. Общаясь с окружающими, ребенок постепенно усваивает нормы поведения и проявления эмоций, принятые в конкретном обществе. Дошкольник учится дружбе, благодарности, патриотизму, любви. Мальчики осваивают свою роль (мужчины, защитника, будущего отца), девочки — роль женщины, хозяйки,

матери.

В дошкольном возрасте выделяют следующие особенности и динамику эмоционального развития.

1. Чувства, что зарождаются в сердце ребёнка при прослушивании волшебных сказок, как по волшебству превращают его из скромного слушателя в смелого соучастника приключений. Ужасаясь надвигающимся событиям, малыш в испуге начинает творить свою собственную версию — более нежную и справедливую, где страх уступает место надежде. А когда дошкольники вглядываются в иллюстрации к сказкам, их детская фантазия оживает: они пытаются вмешаться в сюжет, стирая или царапая образы злодеев, словно борясь за добро в своём маленьком мире.

2. Благодаря развитию эмоционального интеллекта ребёнок учится строить крепкие мосты доверия с окружающими, вдыхая новую жизнь в свои отношения и находя истинную радость в каждом общении. Ребёнок постепенно осваивает социальные способы выражения своих эмоций и чувств, чему способствует расширение круга его деятельности и общения — будь то уютные беседы с родителями, весёлые игры с родственниками, дворовыми друзьями, сверстниками из кружков или коллективом детского сада.

Именно гармония эмоциональной сферы предопределяет, каким стариком седина ляжет на ветры жизни: будет ли он замкнутым и холодным, как лёд в январскую ночь, или открытым и тёплым, словно солнце весны. Формируя эмоциональный интеллект, мы помогаем человеку не плыть по волнам эмоций, а управлять ими, осознанно проживая каждое мгновение. Именно поэтому так важно зажечь искру эмоционального развития в детях как можно раньше — ведь это семена счастья и гармонии на всю жизнь.

3. В возрасте 5-6 лет появляются эмоциональное предвидение: ребенок учится понимать, какие эмоции и чувства вызовут его действия у других, и к какому результату это приведет. У дошкольника формируется эмоциональное предвосхищение, которое заставляет его переживать по поводу возможных результатов деятельности, предвидеть реакцию других людей на его поступки. Если раньше ребёнок выполнял нравственную норму, чтобы заслужить положительную оценку, то теперь он её выполняет, предвидя, как обрадуются окружающие его поступку. Со временем дошкольники начинают предвидеть не только интеллектуальные, но и эмоциональные результаты своей деятельности. Старший дошкольник в 5-6 лет в известной степени начинает управлять выражением эмоций, воздействуя на себя с помощью речи. Однако, дошкольники с трудом сдерживают эмоции, связанные с органическими потребностями. Голод, жажда заставляет их действовать импульсивно.

4. Чувства ребёнка даже 6-7 лет нельзя сравнить с чувствами взрослого. Ребёнок прежде всего нуждается в любви взрослого, и его чувства зависят от этой

любви. Развиваются чувства: постепенно они становятся все более осознанными, произвольными, обобщёнными, разумными, вне ситуативными. Так, первые попытки сдерживать свои чувства, например, внешнее их проявление – слёзы – можно заметить у ребёнка в 3-4 года, хотя это ребёнку ещё и трудно удаётся.

5. В 7 лет начинают проявляться и формироваться интеллектуальные, нравственные, эстетические чувства. Большую роль в формировании нравственных чувств играет художественная литература. Яркие положительные эмоции ребёнок испытывает с ситуацией сравнения себя с положительными литературными героями, активно им сочувствует. Сравнение проводится мысленно. Ребёнок уверен, что в подобной ситуации он поступил так же, поэтому негативные эмоции в адрес персонажей отсутствуют.

Какие формы деятельности помогают развивать эмоциональную сферу? Эмоции и чувства дошкольника прекрасно помогают развивать игровую деятельность, в частности сюжетно-ролевые игры. Играя с другими детьми, малыш учится понимать других, сочувствовать им, понимать их желания, состояние, настроение. Ребёнок к старшему дошкольному возрасту постепенно переходит от простого воссоздания, проигрывания ситуаций или чувств к передаче тех эмоций, которые содержит игра. Ребёнок учится сопереживать другим, понимать и разделять их чувства. Например, чувство гордости у малыша возникает при положительной оценке качества выполнения какой-либо его деятельности: умение красиво танцевать, ловко прыгать и бегать, правильно считать, проявления моральных качеств (терпение, выдержка, послушание).

Приобщение дошкольника к трудовой деятельности, которая направлена на достижение полезного для окружающих результата, даёт малышу новые эмоции: сочувствие и эмпатию усилиям других детей, радость от достижения общей цели, удовлетворение от проделанной своей работы или недовольство, если сделал ее плохо.

Занятия спортом также формирует эмоционально-волевую сферу и несут ребёнку множество эмоциональных открытий. Занимаясь спортом ребёнок учится быть выдержанным, волевым, стремиться к цели, переживать первые неудачи и радоваться достижениям. В групповых видах спорта дети учатся сплочённости и коллективизму, ответственности за свои действия перед другими, учатся работать на спортивный результат сообща.

Также, разные познавательные виды деятельности обогащают эмоциональный багаж дошкольника. Это радость нового открытия, любознательность и сомнения, удивление, стремление совершить для себя очередное открытие.

Эстетические чувства развиваются у детей дошкольного возраста в процессе собственной творческой деятельности и общения с искусством. Просмотр скульптур, картин, чтение литературных произведений помогают

ребенку научиться таким понятиям, как «красивое», «гармония», «вкус», «ужасное», «истинное», «ложное», «правда», «добро», «зло». Дошкольник учится не только выражать свои эмоции художественными средствами, но и защищать правду, протестовать против несправедливости, лжи и зла, понимать и ценить доброе, прекрасное в людях.

Эмоции и чувства формируются в процессе общения ребёнка со взрослыми и сверстниками. При недостаточных эмоциональных контактах в дошкольных учреждениях может быть задержка эмоционального развития, которая может сохраниться на всю жизнь. Воспитатель должен стремиться к установлению тесных эмоциональных контактов с каждым ребёнком. Взаимоотношения с другими людьми, их поступки – важнейший источник чувств дошкольника: радости, нежности, сочувствия, гнева и других переживаний. Чувства, возникающие у ребёнка по отношению к другим людям, легко переносятся и на персонажей художественной литературы – сказок, рассказов. Переживания могут возникать и по отношению к животным, игрушкам, растениям.

Взаимоотношения в семье являются одним из важных факторов формирования эмоциональной сферы ребёнка. В семье ребёнок имеет возможность испытывать целую гамму переживаний. Очень важны доброжелательные взаимоотношения. Неправильное общение в семье может привести к возникновению:

а) односторонней привязанности, чаще всего к матери, что ведёт к понижению потребности в общении со сверстниками;

б) ревности при появлении второго ребёнка в семье, если первый ребёнок чувствует себя лишённым и обделённым вниманием;

в) страху при выражении взрослыми отчаяния по малейшему поводу, угрожающему ребёнку, и в необычной ситуации может быть волнение. Страх может быть внушён ребёнку, например, страх врачей, животных, темноты.

При специально организованной деятельности (например, музыкальные занятия) дети учатся испытывать определённые чувства, связанные с восприятием музыки. Эмоции и чувства очень интенсивно развиваются в соответствующем возрасту дошкольников виде деятельности – в игре, сюжетно-ролевых играх насыщенной переживаниями. В процессе выполнения совместных трудовых заданий (уборка, совместная готовка) развивается эмоциональное единство дошкольников. Предпосылкой возникновения нравственных чувств является доброжелательность, внимание, забота, любовь со стороны взрослого. Это приводит к тому, что в дошкольном возрасте ребёнок сам начинает сопереживать другим людям.

Эмоциональное воспитание ребёнка не требует больших физических или временных затрат, однако важно придерживаться нескольких ключевых принципов.

1. Осознанное выражение эмоций. Ребёнка нужно учить распознавать и выражать свои чувства, называть их и понимать, что именно он переживает. Особенно важно это для малышей, которые часто накапливают эмоции внутри. Важно обсуждать с ребёнком его переживания, давать ему возможность самому справиться с эмоциями и вместе проговаривать чувства в разных ситуациях. Даже такие простые действия значительно развивают эмоциональный интеллект.

2. Умеренность и контроль эмоций. Дети старшего дошкольного возраста должны учиться контролировать силу своих эмоций: уметь сдерживать гнев, управлять волнением, смягчать смех. Родителям важно показывать пример и помогать ребёнку освоить базовые навыки самоконтроля.

3. Развитие сопереживания и эмпатии. Дети не должны оставаться равнодушными к чувствам других. Если ребёнок не проявляет сочувствие героям сказок, мультфильмов или реальным людям, необходимо помочь ему развить эмпатию. Обычно ребёнок сопереживает хорошим персонажам, но иногда может пожалеть и зло. Чувства, которые пробуждаются в ребёнке во время слушания сказок, превращают его из пассивного слушателя в живого участника волшебных событий. Перед лицом пугающих моментов малыш иногда сам начинает фантазировать, создавая более доброжелательные и приемлемые для себя версии происходящего, словно защищая себя от страха. Когда же дошкольники рассматривают иллюстрации к сказкам, они порой стараются непосредственно повлиять на ход событий — замазывая или выцарапывая образы злодеев, будто пытаясь изгнать зло с листа.

Развитие эмоционального интеллекта становится ключом к построению доверительных и тёплых отношений с окружающими, обогащая личную жизнь и принося настоящее удовольствие от общения. Именно от того, как сформирована эмоциональная сфера, зависит, каким взрослым вырастет ребёнок: замкнутым и отчуждённым или открытым и отзывчивым. Эмоциональный интеллект помогает человеку не быть пленником своих чувств, а осознанно проживать каждое мгновение жизни. Поэтому развивать эмоциональную сферу малышей стоит как можно раньше — именно это закладывает фундамент для гармоничного и счастливого будущего.

Литература:

1. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собрание сочинений. В 6 т. М.: Педагогика, 1982. Т. 2. С. 5 - 295.
2. Гайворонская Т.А. Развитие эмпатии детей старшего дошкольного возраста в театрализованной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2009. 25 с.
3. Гребенщикова Т.В. Педагогические условия эмоционально-экспрессивного развития детей дошкольного возраста // Сибирский педагогический журнал. 2010. № 6. С. 163 - 270.

6. Лаптева Ю.А. Эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста на этапе реализации ФГОС дошкольного образования // Современный ребёнок и образовательное пространство: проблемы и пути реализации: материалы региональной научно-практической конференции (23 мая 2014 г.). Новокузнецк: РИО КузГПА, 2015. С. 63 - 67.

7. Лаптева Ю.А., Морозова И.С. К проблеме изучения особенностей эмоционального развития современных дошкольников // Современная наука: опыт, проблемы и перспективы развития: материалы Международной научно-практической конференции. Нефтекамск: Наука и образование, 2015. С. 56 - 59.

8. Мирзаева Н.А., Шойимова Ш.С., Мирзаева Ш.Р. Влияние депривации на формирование и развитие личности ребёнка // “Педиатрия” журналы 2019 йил 4-сон, 113-116 б.

9. Мирзаева Н.А., Шойимова Ш.С., Мирзаева Ш.Р. Формирование и развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // “Педиатрия” журналы 2020 йил 2-сон, 51-55 б.

ZAMONAVIY OILADA IJTIMOY-PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI TA’MINLOVCHI OMILLAR

Mirzayeva Sayyora Rustamovna

Oila – inson hayotining ajralmas bo‘lagi, shaxsiy taraqqiyot va ijtimoiy rivojlanishning negizi hisoblanadi. U nafaqat avlodlar davomiyligini ta’minlovchi ijtimoiy institut, balki har bir insonning axloqiy, ma’naviy va emotsional rivojlanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Jamiyat taraqqiyoti bevosita oilalarning mustahkamligiga, ular ichidagi ijtimoiy-psixologik muhitning sog‘lomligiga bog‘liq. Ayniqsa, bugungi globallashtirish, urbanizatsiya, iqtisodiy o‘zgarishlar va texnologik taraqqiyot sharoitida oilaviy munosabatlar tubdan o‘zgarib, yangicha yondashuv va tadqiqotlarni taqozo qilmoqda.

Zamonaviy oilalarning barqarorligi turli omillar bilan chambarchas bog‘liq: iqtisodiy mustaqillik, ruhiy sog‘lomlik, o‘zaro ishonch, hurmat, emotsional yaqinlik, kommunikatsiya madaniyati va boshqalar. Ushbu omillar oiladagi iqlim va psixologik holatni belgilab, barqarorlik darajasini aniqlaydi. Aksincha, bu omillarning zaiflashuvi yoki etishmasligi oilaviy nizolar, ajralishlar va psixologik zo‘riqlashlarga olib kelishi mumkin.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, zamonaviy oilalarda ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta’minlovchi asosiy omillarni o‘rganish dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Ushbu maqolada oilaning barqaror rivojlanishiga xizmat qiluvchi ijtimoiy va psixologik jihatlar chuqur tahlil qilinadi, mavjud muammolar va ularni hal etish bo‘yicha samarali yo‘nalishlar ko‘rsatib o‘tiladi.

Zamonaviy davrda oilaviy hayotning murakkab va ziddiyatli jihatlari tobora

ko‘proq e‘tiborni tortmoqda. Globallashuv, iqtisodiy bosimlar, axborot texnologiyalarining keskin rivojlanishi, gender rollarining o‘zgarishi va qadriyatlar tizimidagi siljishlar oilaviy munosabatlarga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli, bugungi kunda oilaning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta’minlash masalasi nafaqat alohida oilalar uchun, balki butun jamiyat miqyosida ham dolzarb hisoblanadi.

Statistik ma’lumotlar va psixologik tadqiqotlar oilalarda stress, tushunmovchilik, ajralishlar va ruhiy muvozanatning buzilishi holatlari ko‘payayotganini ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, yosh oilalarda kommunikatsiya muammolari, hissiy sovuqlik, psixologik bosim va iqtisodiy qiyinchiliklar barqarorlikka putur etkazmoqda. Bunday sharoitda oilaning ichki kuchini, o‘zaro ishonch va qo‘llab-quvvatlashni tiklash, barqaror psixologik muhit yaratish muhim vazifa sifatida qaralmoqda.

Mavzuning dolzarbligi shundan iboratki, ijtimoiy-psixologik barqarorlik nafaqat oilaning farovon hayotini belgilaydi, balki yosh avlod tarbiyasi, ijtimoiy moslashuvchanlik, ruhiy salomatlik va jamiyatdagi ijtimoiy tartib-intizomning shakllanishiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois, bu masalani chuqur o‘rganish, barqarorlikni ta’minlovchi asosiy omillarni aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish — bugungi ilmiy-tadqiqotlarning ustuvor yo‘nalishlaridan biridir.

Zamonaviy oilaning ijtimoiy-psixologik barqarorligi masalasi psixologiya, sotsiologiya, pedagogika va ijtimoiy ish fanlarida keng o‘rganilayotgan fundamental yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Turli tadqiqotchilar ushbu muammoni har xil nuqtai nazardan yoritgan bo‘lib, barqaror oilaning shakllanishida rol o‘ynovchi omillar haqida qimmatli ilmiy mulohazalarni ilgari surishgan.

Psixologik yondashuvlar orasida J. Gottmanning oilaviy munosabatlar barqarorligini aniqlovchi “to‘rt jinoyatchi” (tanqid, mensimaslik, himoyalaniish, devor o‘rnatish) nazariyasi alohida o‘rin egallaydi. U o‘z tadqiqotlarida uzoq davom etuvchi va barqaror oilalarning asosiy belgilaridan biri bu — emotsional ongillilik va konstruktiv muloqot madaniyati ekanligini ta’kidlaydi.

Shuningdek, V. Satir oilaviy tizim nazariyasi asosida oiladagi rollar, shaxslararo munosabatlar va ichki resurslarning psixologik muvozanatga ta’sirini tahlil qilgan. U oilaviy muhitdagi ochiqlik, muloqotdagi sog‘lom psixologik chegaralar va individual hissiyotlarni hurmat qilish barqarorlikni ta’minlovchi omillar ekanligini isbotlagan.

O‘zbekistonlik olimlardan J.S. Qodirova, N. G‘ulomov, M. Ortiqova⁴⁴ kabi tadqiqotchilar oiladagi milliy qadriyatlar, an’anaviy tarbiya va ma’naviy muhitning barqarorlikdagi o‘rniga alohida urg‘u berishgan. Ularning fikriga ko‘ra, o‘zaro hurmat, mehr-oqibat, sabr-toqat kabi qadriyatlar oilaning ijtimoiy-psixologik mustahkamligini saqlab qolishda muhim omillar hisoblanadi.

Sotsiologik manbalarda (I.M. Ilinskiy, A.V. Shcherbakova va boshqalar) zamonaviy oilalarga ta’sir qiluvchi ijtimoiy omillar, xususan, mehnat muhitidagi zo‘riqish, gender rollarining o‘zgarishi, iqtisodiy mustaqillik darajasi va migratsion jarayonlar oilaviy barqarorlikka qanday ta’sir etishi haqida fikrlar berilgan. Bu

tadqiqotlar oilaning ijtimoiy muhit bilan o‘zaro bog‘liqligini va ijtimoiy o‘zgarishlarga nisbatan moslashuvchanligini tahlil qiladi.

Shuningdek, UNESCO, UNICEF va boshqa xalqaro tashkilotlar tomonidan tayyorlangan hisobotlarda ham oilaviy muhit, farzand tarbiyasi, psixologik salomatlik va gender tengligi masalalari yoritilib, barqaror oilaning ijtimoiy rivojlanishdagi o‘rni alohida ta’kidlanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, zamonaviy oilaning barqarorligi nafaqat shaxslararo psixologik munosabatlarga, balki makrosotsial omillarga ham bog‘liqdir. Oilaning mustahkamligi kompleks omillar ta’sirida shakllanadi — ularning chuqur o‘rganilishi va tahlili barqaror jamiyat qurilishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Ushbu tadqiqotning metodologik asoslari zamonaviy ijtimoiy-psixologik yondashuvlarga tayangan holda shakllantirildi. Oila ijtimoiy institut sifatida ko‘rib chiqilib, uning ichki psixologik munosabatlari, emotsional iqlimi, kommunikatsiya darajasi va barqarorlikka ta’sir qiluvchi tashqi omillar chuqur o‘rganildi. Tadqiqot quyidagi ilmiy yondashuvlar asosida olib borildi:

1. Tadqiqotning maqsadi:

Zamonaviy oilalarda ijtimoiy-psixologik barqarorlikka ta’sir qiluvchi asosiy omillarni aniqlash, ularning o‘zaro bog‘liqligini tahlil qilish va barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlarni aniqlash.

2. Tadqiqot obyekti:

Zamonaviy oilalar (turli yoshdagi, ijtimoiy-iqtisodiy holati turlicha bo‘lgan oila vakillari).

3. Tadqiqot predmeti:

Oilaviy barqarorlikka ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar: kommunikatsiya darajasi, o‘zaro ishonch, hissiy yaqinlik, qadriyatlar birligi, ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar va shaxslararo munosabatlar sifati.

4. Tadqiqot metodlari:

- Nazariy tahlil — mavzu bo‘yicha mavjud ilmiy adabiyotlar, ilmiy maqolalar, monografiyalar va xalqaro hisobotlar o‘rganildi.
- So‘rovnoma usuli — 20–50 yosh oralig‘idagi turli ijtimoiy qatlamga mansub oilaviy shaxslar orasida savolnomalar orqali ma’lumotlar yig‘ildi.
- Suhbat usuli — turmush qurgan juftliklar bilan individual va guruhli suhbatlar o‘tkazilib, ularning oilaviy munosabatlarga bo‘lgan qarashlari va tajribalari o‘rganildi.
- Kuzatuv — ijtimoiy vaziyatlarda (masalan, oila yig‘inlari, muhokamalar) tabiiy kuzatuvlar olib borilib, muloqot va munosabatlar baholandi.

- Psixologik testlar (agar amaliy tadqiqot bo'lsa) — shaxslararo munosabatlar, stressga chidamlilik, emotsional aql va konfliktni boshqarish darajasini aniqlovchi testlardan foydalanildi.
5. Tadqiqotning metodologik asoslari:
- Ijtimoiy-psixologik yondashuv (A.V. Petrovskiy, B.G. Ananyev, D.I. Feldshteyn);
 - Tizimli yondashuv (oilalar — murakkab tizim sifatida);
 - Madaniy-axloqiy yondashuv (milliy qadriyatlar va an'analar asosida);
 - Interaktiv yondashuv (oiladagi o'zaro muloqot va rollar ta'siri).
6. Tadqiqotning ilmiy yangiligi:

Tadqiqotda zamonaviy oilalarning barqarorligiga ta'sir qiluvchi omillar kompleks tarzda baholanib, ularning o'zaro bog'liqligi psixologik va sotsiologik mezonlar asosida tahlil qilindi. Ayniqsa, milliy mentalitet va zamonaviy omillar uyg'unligidagi farqlar aniqlandi.

Oila — inson hayotidagi eng muhim ijtimoiy muhit bo'lib, unda shaxsning axloqiy, emotsional, psixologik va madaniy shakllanishi sodir bo'ladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatmoqdaki, zamonaviy oilalarda ijtimoiy-psixologik barqarorlikka erishish ko'plab omillar uyg'unligiga bog'liq bo'lib, bu omillar bir-biriga murakkab tarzda ta'sir qiladi. Ularning har birini alohida va kompleks tarzda baholash oilaviy munosabatlarning mohiyatini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Tahlil jarayonida aniqlanishicha, barqaror oilalarning asosiy belgilaridan biri bu — o'zaro muloqot madaniyatining yuqori darajada bo'lishidir. O'zaro hurmat, eshitish qobiliyati, hamdardlik, ijobiy muloqot oilaviy nizolarning oldini olishga yordam beradi. Aksincha, tanqid, mensimaslik, hissiy sovuqlik va shubha — munosabatlarning emirilishiga olib keluvchi omillar sifatida namoyon bo'ladi.

Shuningdek, oilaviy barqarorlikka ta'sir qiluvchi ijtimoiy omillar — iqtisodiy barqarorlik, uy-joy sharoiti, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi, mehnat sharoitlari va hatto maktabgacha ta'lim muassasalari kabi tashqi institutlarning ishtiroki bilan ham bog'liq. Masalan, iqtisodiy qiyinchiliklar ko'plab hollarda ruhiy zo'riqish, tushkunlik va o'zaro tushunmovchiliklar bilan kechadi.

Bundan tashqari, psixologik barqarorlikka shaxsiy xususiyatlar, ya'ni oila a'zolarining hissiy etukligi, stressga chidamlilik darajasi, konfliktni boshqarish ko'nikmalari va o'z-o'zini anglash darajasi ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy psixologlar (masalan, J. Gottman va V. Satir) oilaviy barqarorlikni shunchaki tashqi muhit emas, balki ichki psixologik resurslar asosida barpo etish mumkinligini ta'kidlaydilar.

Milliy mentalitet ham muhim omil sifatida ko'riladi. O'zbek oilalarida an'anaviy qadriyatlar, kattaga hurmat, sabr-toqat va mehr-oqibat tushunchalari hali ham oilaviy barqarorlikni ta'minlovchi muhim asos bo'lib qolmoqda. Biroq, globallashuv ta'siri

ostida individualizm, mustaqillik va o'z-o'zini ifoda qilish kabi tendensiyalar kuchayib, bu qadriyatlar bilan muvozanatli tarzda uyg'unlashtirilishi lozim.

Tavsiyalar:

1. Oilaviy psixologik madaniyatni oshirish:

Oila a'zolari o'rtasida sog'lom muloqot, o'zaro eshitish, muammoni tinch yo'l bilan hal qilish ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan psixologik treninglar va seminarlar tashkil etilishi lozim.

2. Ijtimoiy-psixologik xizmatlarni kengaytirish:

Har bir mahallada yoki ta'lim muassasalari qoshida oilaviy maslahat markazlari faoliyat yuritishi, psixologik ko'makni olishga qulay sharoitlar yaratilishi zarur.

3. Yosh oilalarni qo'llab-quvvatlash dasturlarini kuchaytirish:

Endigina turmush qurgan juftliklar uchun ijtimoiy, iqtisodiy va psixologik yordam ko'rsatishga qaratilgan kompleks dasturlar ishlab chiqilishi va amaliyotga joriy qilinishi kerak.

4. Oilaviy qadriyatlar targ'iboti:

Milliy madaniyat, mehr-oqibat, sabr-toqat, hurmat, mas'uliyat kabi qadriyatlar asosida tarbiya berish orqali oilalarda barqarorlikni mustahkamlashga erishish mumkin.

5. Ta'lim tizimida oilaviy hayotga tayyorlash elementlarini joriy etish:

O'quv dasturlarida psixologik sog'lom munosabatlar, konfliktologiya, gender rollari va emotsional intellektga oid mavzular kiritilishi lozim.

Zamonaviy oilaning ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta'minlash masalasi bugungi kunda nafaqat alohida oilalar, balki butun jamiyat uchun dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Oila a'zolari o'rtasidagi sog'lom munosabatlar, emotsional yaqinlik, o'zaro hurmat va ishonch, shuningdek, tashqi ijtimoiy-iqtisodiy omillar oilaning mustahkamligini belgilovchi asosiy mezonlar sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, oilaviy barqarorlik birgina psixologik omillar bilan emas, balki sotsiokulturniy, iqtisodiy va kommunikativ muhit bilan uzviy bog'liqdir. Ayniqsa, oiladagi muomala madaniyati, stressni boshqarish qobiliyati va ijtimoiy qo'llab-quvvatlovchi tizimlar mavjudligi barqarorlikni mustahkamlovchi muhim resurslardir.

Milliy qadriyatlar va zamonaviy hayot talablarining uyg'unligi esa, oilaning ijtimoiy-psixologik muvozanatini saqlashda muhim o'rin tutadi. O'zbekiston sharoitida bu ikki yo'nalishni muvozanatli tarzda birlashtirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Qodirova J.S. Oilada psixologik muhit va uning bola rivojlanishiga ta'siri. – Toshkent: "Fan va texnologiya", 2020. – 145 b.
2. G'ulomov N. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: "O'zbekiston", 2018. – 200 b.
3. Ortiqova M. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. – Toshkent: "Noshir", 2019. – 176 b.

4. Петрухин В.В. Психология семьи и семейных отношений. – Москва: Юрайт, 2021. – 254 с.
5. Сатир В. Как строить себя и свою семью. – Санкт-Петербург: Питер, 2020. – 256 с.
6. Готтман Д. Стабильный брак: как сохранить любовь и уважение. – Москва: Альпина Паблишер, 2022. – 312 с.
7. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2019. – 288 с.
8. Minuchin S. Families and Family Therapy. – Harvard University Press, 2018. – 320 p.
9. UNICEF. The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health. – New York, 2021.

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF CRITICAL THINKING FORMATION IN MEDICAL STUDENTS IN THE DIGITAL AGE

Mirzaeva Shakhlo Ruzmat kizi
Senior teacher of the Department of Social science,
pedagogy and psychology of TashSMU, PhD

In the context of rapid digital transformation, the medical profession faces new demands for the competencies of future healthcare professionals. Critical thinking, defined as the ability to purposefully analyze, evaluate, and synthesize information to make informed judgments and decisions, has been increasingly recognized as a fundamental skill for medical students. In the digital era, where there is an abundance of information, integration of artificial intelligence in healthcare, and a growing role for evidence-based practices, it is essential to cultivate advanced cognitive and reflective skills (Павлов Ч.С. et al.).

Medical education, traditionally focused on the acquisition of theoretical knowledge and clinical skills, is now challenged to address the psychological mechanisms that underlie the development of critical thinking. Cognitive processes such as perception, attention, logical reasoning, and metacognition interact with motivational and emotional factors including intellectual curiosity, resilience, and self-regulation. These mechanisms form the psychological foundation for evaluating information validity and resisting cognitive biases in making informed clinical decisions (Garvasiuk O.V. et al.).

At the same time, the digital learning environment offers both opportunities and risks. Interactive simulations, online platforms, and access to medical databases can enhance critical thinking by promoting problem-solving and reflective learning. Conversely, information overload, fragmented attention, and the spread of

misinformation can hinder the development of systematic and critical reasoning. Understanding how psychological mechanisms interact with digital tools is therefore essential for optimizing educational strategies in medical universities.

The purpose of this article is to explore the psychological processes that contribute to critical thinking development in medical students during the digital era. Specifically, it aims to identify cognitive, motivational and emotional factors that promote critical thinking, analyze how digital technology influences these processes, and determine how educational approaches can be optimized to cultivate this skill in future healthcare workers.

Literary analysis and theoretical data review

The findings of this study confirm that the formation of critical thinking in medical students is determined by a complex interaction of cognitive, motivational, and emotional mechanisms, significantly shaped by the digital learning environment. Cognitive factors such as attention regulation, logical reasoning, and metacognitive control were found to be central to the evaluation of digital information sources and clinical decision-making. This aligns with previous research emphasizing the role of higher-order thinking processes in professional medical education (Давлетмуратов К., 2025).

Equally important are motivational and emotional mechanisms, particularly self-regulation, resilience, and intellectual curiosity, which serve as protective factors against cognitive overload and information fatigue commonly associated with digital environments. Students with higher levels of self-regulation demonstrate greater ability to filter relevant information, critically assess data validity, and engage in reflective judgment. These results suggest that psychological readiness to manage digital information is as important as technical competence (Ma, Y. et al.).

The analysis also highlights the dual role of digital technologies. On the one hand, digital tools such as interactive simulations, clinical case platforms, and evidence-based databases significantly enhance the opportunities for developing analytical reasoning and problem-solving skills. On the other hand, unstructured information flows, social media influence, and algorithm-driven content may reinforce cognitive biases and reduce the quality of independent critical evaluation. This paradox underlines the need for structured pedagogical interventions that integrate digital resources into medical education in a purposeful and guided way (Введенская И.П., 2024).

Overall, the results demonstrate that the digital age not only expands the conditions for the development of critical thinking, but also introduces new psychological risks. Therefore, educational strategies should be aimed at balancing technological innovation with the cultivation of reflective, evidence-based reasoning. Strengthening students' cognitive flexibility, motivation for lifelong learning, and emotional stability can serve as key directions in promoting critical thinking as a professional competence for future physicians (Goodnight, G.T.).

The study of the psychological mechanisms underlying critical thinking in medical students in the digital age demonstrates that this competency arises from the dynamic interaction of cognitive, motivational, and emotional factors. Cognitive skills such as logical reasoning, meta-cognitive awareness, and analytical evaluation form the basis for processing and verifying digital information, while motivational qualities such as self-regulation, intellectual curiosity, and emotional resilience ensure sustained engagement with complex learning tasks.

Digital technologies, while offering powerful opportunities through access to vast databases, interactive simulations, and evidence-based resources, simultaneously present challenges such as information overload, fragmented attention, and susceptibility to cognitive biases. This duality highlights the importance of carefully structured pedagogical strategies that guide students in the effective and critical use of digital tools.

In conclusion, fostering critical thinking in medical education requires an integrated approach that combines cognitive training with the cultivation of motivation and emotional stability. Universities should implement evidence-based educational practices that not only leverage digital resources but also strengthen students' reflective judgment, problem-solving skills, and professional responsibility. These measures will ensure the preparation of future physicians capable of making informed, ethical, and evidence-based decisions in an increasingly digital healthcare environment.

References

1. Введенская И.П. Развитие критического мышления у студентов медицинских вузов через применение кейс-метода в обучении. Управление образованием: теория и практика / Education Management Review, Том 14 (2024). № 4-2 / Volume 14 (2024). Issue 4-2.
2. Герасимова Т.В. Влияние технологии развития критического мышления на коммуникативные характеристики студентов-медиков // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2022. № 04 (69).
3. Давлетмуратов К. (2025). Ёшларда танқидий фикрлашни такомиллаштириш. *Modern Science and Research*, 4(2), 608–611. URL: <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/68394>
4. Павлов Ч.С., Ковалевская В.И., Варганова Д.Л., Туранкова Т.А., Семенистая М.Ч., Теплюк Д.А., Литвинова Т.М., Волель Б.А. Критическое мышление в медицинском образовании // КВТиП. 2023. №S2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kriticheskoe-myshlenie-v-meditsinskom-obrazovanii>.

5. Garvasiuk O.V., Ilika V.V., Tkachuk S.S., Namestiuk S.V., Batih I.V., Malaiko S.S. Formation of critical thinking of medical students as a component of the educational process in a higher education institution. Clinical and experimental pathology. 23(3), DOI:[10.24061/1727-4338.XXIII.3.89.2024.10](https://doi.org/10.24061/1727-4338.XXIII.3.89.2024.10), December 2024.
6. Goodnight, G.T. Critical Thinking in a Digital Age: Argumentation and the projects of new media literacy. In: J. Ritola (Ed.), Argument Cultures: Proceedings of OSSA 09, CDROM (pp. 1-12), Windsor, ON: OSSA. 2009
7. Ma, Y., Song, Y., Balch, J. A., et al. (2024). Promoting AI competencies for medical students: A scoping review on frameworks, programs, and tools. arXiv preprint. <https://arxiv.org/abs/2407.18939>
8. Naqvi WM, Ganjoo R, Rowe M, Pashine AA, Mishra GV. Critical thinking in the age of generative AI: implications for health sciences education. Front Artif Intell. 2025 May. 21;8:1571527. doi: 10.3389/frai.2025.1571527. PMID: 40486919; PMCID: PMC12141858.

OILAVIY MUHITNING FARZANDLAR KASB TANLASHIGA TA'SIRI

*Mo'minov Davronjon Marifjon o'g'li,
FDU, Psixologiya kafedrası o'qituvchisi.*

Bugungi globallashuv va mehnat bozoridagi keskin raqobat sharoitida yoshlarning to'g'ri kasb tanlashi ularning shaxsiy hayoti va jamiyat taraqqiyoti uchun muhim omil hisoblanadi. Kasbiy yo'nalishni tanlashda bir qator tashqi va ichki omillar mavjud bo'lib, ulardan eng birinchisi va eng kuchlisi oilaviy muhitdir. Chunki bola ijtimoiylashuv jarayonining ilk bosqichida o'z hayotiy qarashlarini, qadriyatlarini va dunyoqarashini aynan oilada shakllantiradi. Shu sababli oiladagi ruhiy, ma'naviy va ijtimoiy muhit farzandning kelajak kasb tanlashiga bevosita ta'sir etuvchi omil sifatida alohida dolzarblik kasb etadi.

Oila bolaga kasbiy ijtimoiylashuvning birlamchi manbai sifatida xizmat qiladi. Chunki bola dunyoga kelgan ilk kundan boshlab uni qurshab turgan muhit, avvalo oila, uning barcha rivojlanish jarayonlarida muhim rol o'ynaydi. Psixologiyada ijtimoiylashuv shaxsning jamiyatdagi qadriyatlar, me'yorlar, rollar va kasbiy faoliyatga oid tasavvurlarni o'zlashtirish jarayoni sifatida izohlanadi. Bu jarayonning ilk bosqichi tabiiy ravishda oiladan boshlanadi. U. Bronfenbrennning ekologik tizimlar nazariyasiga ko'ra, bolaning rivojlanishiga bir necha darajadagi tizimlar ta'sir qiladi va ulardan eng bevosita hamda kuchlisi "mikrosistema"dir. Mikrosistema bolaning kundalik hayotida eng yaqin bo'ladigan odamlar va muhitlardan iborat bo'lib, u avvalo ota-ona, aka-uka, opa-singillar va boshqa yaqin qarindoshlarni o'z ichiga oladi. Demak, bola uchun kasbiy dunyoqarashni shakllantirishda birinchi ijtimoiy institut oiladir.

Oilada bola birinchi bor mehnatga munosabatni kuzatadi va undan xulosa chiqaradi. Ota-onasi o'z kasbiga mehr bilan yondashsa, bola kasbni qadrlash, mehnatni ijtimoiy ahamiyatli deb bilish hissini o'zlashtiradi. Agar ota-onalar doimiy ravishda mehnatdan norozi bo'lsalar, bola kasbni salbiy hodisa sifatida qabul qilishi mumkin. Kundalik oilaviy suhbatlar ham bolaning ongida kasbga oid qadriyatlarni shakllantiradi. Masalan, oilada shifokorlar, o'qituvchilar yoki boshqa kasb egalari haqida ijobiy fikrlar aytilsa, bola ongida bu kasblar ijobiy model sifatida mustahkamlanadi. Aksincha, ma'lum kasblar haqida salbiy stereotiplar mavjud bo'lsa, ular ham bolaning qarashlarida iz qoldiradi.

Qadriyatlarning shakllanishida ota-onaning shaxsiy namunasining roli katta. Ota-onaning ishga mas'uliyat bilan yondashishi, kasbini sevishi va unga nisbatan ijobiy munosabati farzand uchun bevosita namuna bo'ladi. Shuningdek, ota-onaning mehnat madaniyati halollik, sabr-toqat, intizom va ijodkorlik kabi sifatleri bola tomonidan ko'rib-o'rganish orqali o'zlashtiriladi. Shunday qilib, oila nafaqat tarbiyaviy, balki kasbiy ijtimoiylashuvning ham markaziy o'chog'i hisoblanadi. Bola oilada mehnatning mazmunini, turli kasblarning jamiyatdagi o'rnini va odamlarning kasb orqali ijtimoiy maqomga ega bo'lishini tushunadi. Natijada, oilaviy muhit bolaning kelajak kasbiy dunyoqarashi va tanlovida tayanch omil sifatida xizmat qiladi.

Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi shuni ko'rsatadiki, insonlar bilim va ko'nikmalarni faqat bevosita tajriba orqali emas, balki kuzatish va taqlid qilish orqali ham o'zlashtiradilar. Ayniqsa, bolalik davrida bu jarayon juda faol bo'ladi. Bola o'z atrofi, yaqinlari va xususan ota-onasining harakatlarini kuzatib, ulardan namuna oladi. Shu sababli ota-onalar farzandlari uchun birlamchi "rol modeli" sifatida xizmat qiladi. Ularning kundalik turmushi, mehnatga bo'lgan munosabati, kasbiy faoliyatdagi intilishlari va qadriyatlari farzand ongida bevosita aks etadi.

Masalan, ilmiy faoliyat bilan shug'ullanuvchi ota-onaning farzandi ilm-fanga, izlanishga va o'qishga ko'proq qiziqishi kuzatiladi. Chunki u ota-onasining kitob mutolaasi, ilmiy tadqiqotlari yoki ilmiy suhbatlariga guvoh bo'ladi va asta-sekin bu faoliyatni o'z hayotida qadrlay boshlaydi. Xuddi shunday, tadbirkorlikni qadrlovchi oilada farzand tashabbuskorlik, mustaqil qaror qabul qilish va riskni o'z zimmasiga olish kabi sifatleri o'zlashtiradi. Bunday oilada bolaga iqtisodiy mustaqillik, ijodkorlik va yangilikka intilish qadriyat sifatida singdiriladi.

Shuningdek, ota-onaning kasbiy faoliyatiga bo'lgan emotsional munosabati ham farzandda katta rol o'ynaydi. Agar ota-ona o'z ishiga mehr bilan qarasa, uni mamnunlik bilan bajarsa, bola ongida kasb tanlashning ijobiy obrazi shakllanadi. Aksincha, ota-ona o'z kasbidan norozi bo'lsa, bu salbiy munosabat farzandning ham kasbiy qarashlariga ta'sir qilishi mumkin. Shu tariqa, ota-onaning kasbiy modeli nafaqat bevosita maslahatlar va yo'l-yo'riqlar orqali, balki kundalik hayotda o'z harakatlari va odatlari orqali ham farzand ongiga singib boradi.

Demak, ota-onaning kasbiy hayoti, mehnatga bo'lgan qarashlari va faoliyati

farzandning kelajakdagi kasb tanlovida muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Bola ota-onasini kuzatar ekan, ularning hayot tarzini o'ziga ideal sifatida qabul qiladi va ko'pincha ularning qadriyatlarini davom ettirishga intiladi. Shu sababli ota-onalar nafaqat tarbiyachi, balki farzandlari uchun kasbiy yo'nalishni belgilovchi yashirin "ustoz" sifatida ham katta ahamiyat kasb etadilar.

Donald Superning kasbiy rivojlanish nazariyasi ta'kidlaganidek, shaxsning kasb tanlashdagi qarorlari uning o'zlik tushunchasiga asoslanadi. O'zlik tushunchasi esa bolalik davridan boshlab oilada shakllanadi. Ota-onaning hissiy va moddiy qo'llab-quvvatlashi farzandning kasbiy tanloviga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi. Aksincha, haddan ortiq nazorat va bosim bola o'z qarorlarida ikkilanishga olib kelishi mumkin. Shu jihatdan oilaviy qo'llab-quvvatlashning mavjudligi kelajak kasbiy muvaffaqiyatning muhim sharti hisoblanadi.

Bundan tashqari, oila nafaqat psixologik qo'llab-quvvatlash, balki madaniy qadriyatlar va iqtisodiy imkoniyatlar orqali ham farzandning kelajak kasbiga ta'sir ko'rsatadi. Ayrim oilalarda shifokorlik eng obro'li kasb sanalsa, boshqalarda o'qituvchilik yoki tadbirkorlik qadrlanadi. Oilaning iqtisodiy imkoniyatlari esa farzandning oliy ta'lim olish yoki kasbiy ko'nikmalarni rivojlantirishdagi yo'llarini belgilab beradi. Shu ma'noda, har bir oilaning qadriyatlari va imkoniyatlari farzand kasbiy tanlovini bevosita shakllantiradi.

Ilmiy tadqiqotlar ham oilaning farzand kasb tanlashidagi rolini aniq dalillar bilan tasdiqlab beradi. Masalan, Whiston va Keller (2004) olib borgan tadqiqotlarida ota-onalarning kasbiy yo'naltirishdagi ta'siri maktabdagi ta'limiy muhitdan ko'ra kuchliroq ekani aniqlangan. Bu shuni anglatadiki, farzandning kasbiy qarorlarida ota-onalarning ko'rsatmalari, maslahatlari va kundalik hayotdagi namunalari o'qituvchilar yoki tengdoshlarning ta'siridan ko'ra ustun turadi. Chunki oila – bolaning eng yaqin va eng ko'p vaqtini o'tkazadigan muhitidir, shu bois ota-onalarning so'zlari va harakatlari bolaning ongida chuqurroq iz qoldiradi. Tadqiqot natijalarida ko'rsatilishicha, ota-onalarning qo'llab-quvvatlashi, ularning farzand qiziqishlariga hurmat bilan qarashi va kasbiy rejalarda maslahatlar berishi bolaning tanlovini aniqroq va ishonchliroq qiladi.

Bundan tashqari, Schultheiss (2006) o'tkazgan tadqiqotlar ham ota-onalar bilan olib boriladigan kasbiy suhbatlarning ahamiyatini alohida ta'kidlaydi. Unga ko'ra, oilada farzandlar bilan muntazam kasb tanlashga oid suhbatlar o'tkazilishi, turli kasblarning afzalliklari va mas'uliyatlari haqida fikr almashilishi farzandlarda kelajak hayotiga nisbatan aniq maqsadlar qo'yish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu suhbatlar orqali bola kasb tanlashni shunchaki tasodifiy qaror emas, balki reja asosida amalga oshiriladigan muhim jarayon sifatida anglay boshlaydi. Shuningdek, ota-onalar bilan kasbiy masalalarda ochiq muloqot qilish farzandlarda o'z qaroriga ishonchni oshiradi, kasbiy reja tuzishda mustaqillik va mas'uliyat hissini kuchaytiradi.

Shunday qilib, zamonaviy ilmiy tadqiqotlar oilaning farzand kasb tanlashidagi o'rni va ta'sirini nafaqat nazariy, balki amaliy dalillar bilan ham isbotlab bermoqda. Bu

esa oiladagi suhbatlar, munosabatlar va qo'llab-quvvatlash jarayonlari farzandning kelajak kasbiy hayotida hal qiluvchi omil ekanini yana bir bor tasdiqlaydi.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy muhit farzandlarning kasb tanlashiga bevosita va bilvosita ta'sir etuvchi asosiy omillardan biridir. Bola hayotining dastlabki yillari davomida oila orqali shakllangan qadriyatlar, kasbiy rol modellari va qo'llab-quvvatlovchi munosabatlar uning kelajak kasbiy qarorlarida tayanch bo'lib xizmat qiladi. Shu bois oiladagi ruhiy va ijtimoiy muhit qanchalik sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi bo'lsa, farzandlarning kelajakdagi kasbiy tanlovi ham shunchalik muvaffaqiyatli bo'ladi.

Shundan kelib chiqib, ota-onalarga farzandlarning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash, ularga mustaqil tanlov qilish imkonini berish va kasbiy yo'naltirish suhbatlarini muntazam olib borish tavsiya etiladi. Ta'lim muassasalari ham oilalar bilan hamkorlikni kuchaytirib, ota-onalar uchun kasbiy tarbiya bo'yicha seminar va treninglar tashkil etishi maqsadga muvofiqdir. Jamiyat miqyosida esa oilalarda kasbiy tarbiyaning ahamiyatini keng targ'ib qilish, ijtimoiy dasturlar orqali ota-onalarni farzandlarining kelajak kasbiy faoliyatini qo'llab-quvvatlashga undash muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abidov A. *Psixologiyada ijtimoiylashuv jarayonlari*. Toshkent: Fan nashriyoti. 2024.
2. Babayev R., & Vaxidov N. *Kasbiy psixologiya asoslari*. Toshkent: Universitet nashriyoti. 2023.
3. Inayatov Sh. va boshq. *Oila va yoshlar psixologiyasi*. Samarqand: Zarafshon. 2022.
4. Ford D.H., Lerner R.M., & Ford, M. E. *Developmental Systems Theory: An Integrative Approach*. New York: Routledge. 2021.
5. Whiston S.C., & Keller B.K. The influences of the family of origin on career development: A review and analysis. *The Counseling Psychologist*, 2004. 32(4), P.493-568.

O'YIN FAOLIYATINING KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALAR PSIXOLOGIYASIGA TA'SIRI

Mustafayeva Dilnoza
Qarshi davlat universiteti
psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Kichik maktab yoshidagi bolalar uchun o'yin faoliyati shunchaki hordiq emas, balki psixik taraqqiyotning kuchli drayveri sifatida ko'riladi; aynan shu davrda o'quv faoliyati etakchi o'rin egallayotgan bo'lsa-da, o'yin bolaning motivatsiyasini uyg'otadi, murakkab bilim jarayonlariga kirishishni engillashtiradi va ijtimoiy-emotsional moslashuv uchun xavfsiz maydon yaratadi. Mazkur tezisning maqsadi o'yin

faoliyatining kichik maktab yoshidagi bolalar psixologik rivojlanishiga ta'sir mexanizmlari va samaradorligini nazariy-amaliy dalillar asosida ko'rsatish, mavjud ilmiy ishlanmalarni tahlil qilish, dalillarga tayangan statistik xulosalarni ifodalash hamda o'qituvchi va ota-onalar uchun amaliy tavsiyalar berishdan iborat.

Vygotskiy konsepsiyasiga ko'ra, o'yin bolaning "yaqin rivojlanish zonasi"ni kengaytiradi: bola real hayotda hali bajara olmaydigan rollarni o'yin sharoitida muvaffaqiyat bilan sinab ko'radi, ichki nutq va ixtiyoriy xatti-harakatlar (o'zini boshqarish, qoida saqlash) bosqichma-bosqich shakllanadi; Elkonin o'yin, ayniqsa rolli-syujetli o'yinlarni boshlang'ich sinfda ham dolzarbligini saqlovchi faoliyat turi sifatida tasvirlab, unda ijtimoiy rollarni egallash, vaziyatni ichdan boshqarish, ramziy almashinuvni anglash kabi sifatlar tez rivojlanishini ko'rsatadi. Piagetning kognitiv bosqichlar nazariyasida esa 7–11 yosh "an'anaviy operatsiyalar" davriga to'g'ri keladi: bola qoidali o'yinlarda sabab–oqibatni tushunadi, konservatsiya va tasniflash ko'nikmalarini o'yin mexanikasi orqali amaliy mashq qiladi; Bruner o'yin jarayonini enaktiv–ikonik–simvolik ifoda usullari o'rtasida ko'prik sifatida sharhlaydi, rolli va konstruktiv o'yinlar aynan ma'noni "qurish" (meaning making)ni tezlashtirishini ta'kidlaydi; Partenning klassik kuzatuvlarida esa yakkaxon, parallel, assotsiativ va kooperativ o'yin turlarining bosqichma-bosqich o'sishi ijtimoiy kompetensiyalar bilan uyg'un borishi namoyon bo'ladi; keyingi tadqiqotlar (masalan, Bodrova va Leong yo'nalishi) o'yin orqali o'zini tuta bilish, e'tiborni muvofiqlashtirish, emotsiyani tartibga solish kabi ijro funksiyalarini maqsadli rivojlantirish mumkinligini amaliy dasturlar bilan ko'rsatadi. Adabiyotlar tahlili shuni bildiradiki, o'yin faoliyati uch asosiy yo'nalishda samarali: birinchidan, bilish jarayonlari – diqqatni barqaror ushlash, ishchi xotira, mantiqiy fikrlash va til boyligini kengaytirish; ikkinchidan, ijtimoiy-emotsional rivojlanish – hamdardlik, navbat kutish, qoida saqlash, kelishuv va mojaroni tinch yo'l bilan hal qilish; uchinchidan, shaxsiy-agentlik va motivatsiya – muvaffaqiyat hissi, ichki nazorat lokusi, ijodiy tashabbus.

O'yin turlarining o'zi ham turlicha ta'sir ko'rsatadi: konstruktiv o'yinlar (lego, qurilish) fazoviy tasavvur va muammo echishga; rolli o'yinlar (do'kon, shifokor, sudya) til va ijtimoiy rollarni tushunishga; qoida asosidagi o'yinlar (stol o'yinlari, matematika gamifikatsiyasi) strategik fikrlash va o'zini boshqarishga; harakatli o'yinlar esa emotsional engillashuv va e'tibor almashuviga xizmat qiladi. Metaanalitik manbalar xulosalari (turli yillarda chop etilgan ko'plab sharhlar) play-based yoki guided play yondashuvlari ta'lim natijalariga "kichikdan o'rtachagacha" samarali ta'sir ko'rsatishini qayd etadi; ko'pincha ta'sir o'lchami sifatida d yoki g ko'rsatkichi 0,20–0,50 oraliqda beriladi, ijro funksiyalari va til ko'nikmalarida ayrim tadqiqotlar yuqoriroq qiymatlarni ham bildiradi; albatta, bu ko'rsatkichlar vazifa turi, o'yin sifati, o'qituvchi yo'naltiruv va dars rejasi bilan chambarchas bog'liq. Mavjud dalillarni ehtiyotkorlik bilan umumlashtirar ekanmiz, o'yin komponenti muntazam, maqsadli va kuzatuv bilan qo'llanganda o'quvga jalb etish, topshiriqni oxirigacha bajarish va sinf muhitidagi ijobiy

iqlim ko'rsatkichlarini barqaror oshiradi; ayrim ishlarda o'yin asosidagi aralashuvlar ayniqsa qiyinchilikka ega o'quvchilar uchun kompensator samara beradi, bu esa individual yondashuv uchun imkon yaratadi. Statistik jihatdan ifodalash uchun kontseptual (ko'rsatkichli) modeldan foydalanamiz: tasavvur qiling, 3–4-sinflarda 8–10 haftalik “yo'naltirilgan o'yin” bloki joriy etildi; dastur davomida har hafta 2 marotaba 25–30 daqiqalik rolli-konstruktiv mashg'ulotlar, o'qituvchi tomonidan engil yo'naltirish va so'ngida qisqa refleksiya amalga oshirildi; adabiyotlarda keltirilgan o'xshash dasturlarning umumiy effektlari asosida kutilyotgan o'zgarishlar quyidagicha talqin qilinadi: ijro funksiyalari kompozit ballida kichik–o'rtacha oshish (taxminan $g \approx 0,30-0,45$ ekvivalent), topshiriqqa sodiqlik va darsda ishtirokning foiz ulushida barqaror ijobiy siljish (masalan, darsning faol segmentida ishtirok 65–70% dan 75–80% diapazoniga), til komponentlarida (aktiv so'z boyligi va matnni qayta hikoya qilish) sezilarli, lekin moderatsiyaga bog'liq o'sish; bu erda aniq sonlarni “universal” deb olish to'g'ri emas, chunki natija dastur dizayni va baholash vositalariga juda sezgir; shunga qaramay, turli tadqiqotlarning bir-biriga yaqin yo'nalishda natija berishi o'yinning foydali ta'siri haqidagi xulosani mustahkamlaydi. Amaliyot uchun tavsiyalar izchil va o'lchab joriy etilishi kerak: haftalik dars rejasida kamida 2 marotaba 20–30 daqiqalik maqsadli o'yin segmentlari ajratish, o'yin maqsadini dars maqsadi bilan kalibrlash (masalan, “bo'lish” mavzusida qurilish bloklari bilan teng taqsimlash o'yini), o'qituvchi rolini “direktor”dan “yo'naltiruvchi”ga o'tkazish (savollar berish, qoidalarni o'quvchilar bilan birga ishlab chiqish), rollarni rotatsiya qilish va hamkorlikdagi kichik guruhlar tashkil etish, qoida murakkabligini sinfning real tayyorgarligiga mos ravishda bosqichma-bosqich oshirish, har bir mashg'ulot yakunida 3–5 daqiqalik refleksiyani odatga aylantirish (nima ishladi, qaysi strategiya foydali bo'ldi, qoidaga rioya qilish qanday his uyg'otdi), o'yin jarayonida baholash uchun oddiy kuzatuv varaqalari va rubrikalardan foydalanish (diqqatni ushlash, navbat kutish, muloqot, muammo echish indikatorlari 0–2 ballik shkalada), ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarni ko'rsatadigan mulohazali yozuvlarni (“anekdotik yozuvlar”) to'plash, ota-onalarni “uy sharoitida o'yin” bo'yicha qisqa yo'riqnomalar bilan qo'llab-quvvatlash (raqobat emas, hamkorlikka urg'u berish), shuningdek, o'yinlar tanlovida madaniy jihatdan mos kontentdan foydalanish. Shuningdek, o'yinlarni haddan tashqari didaktiklashtirishdan ehtiyot bo'lish kerak: o'yin erkinligi va bolalarning tashabbusi saqlanmasa, motivatsion kuchi pasayadi; xavfsizlik va inklyuzivlik tamoyillarini (har bir bola ishtirok eta olishi, ehtiyojlari hisobga olinishi) kafolatlash zarur; o'yin natijalarini baholashda faqat yakuniy testga emas, jarayon ko'rsatkichlariga ham e'tibor berish foydali.

Umumiy xulosa shuki, kichik maktab yoshidagi bolalar uchun o'yin – bilim olishni mazmunli qiladi, ijtimoiy munosabatlarni xavfsiz tajriba maydonida sinab ko'rishga sharoit yaratadi va o'zini boshqarish hamda ijodkorlikni kuchaytiradi; nazariy paradigma va empirik dalillar kesishmasida o'yin faoliyati o'quv jarayonini boyituvchi, ayni paytda sinfdagi ijobiy psixologik iqlimni mustahkamlovchi strategiya sifatida

asoslanadi; o'yin komponenti tizimli, maqsadli va refleksiv tarzda joriy etilganda natija berish ehtimoli yuqori bo'ladi, bu esa o'qituvchiga ham, bola va ota-onaga ham foyda keltiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
2. Vygotsky, L. S. (1966/2004). *Play and its Role in the Mental Development of the Child*. International Research in Early Childhood Education.
3. Elkonin, D. B. (1999). *Psixologiya igry [Psychology of Play]*. Moscow: Vlos.
4. Piaget, J. (1962). *Play, Dreams and Imitation in Childhood*. New York: Norton.
5. Bruner, J., Jolly, A., & Sylva, K. (Eds.). (1976). *Play: Its Role in Development and Evolution*. New York: Basic Books.
6. Parten, M. (1932). Social participation among preschool children. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 27(3), 243–269.
7. Bodrova, E., & Leong, D. J. (2007). *Tools of the Mind: The Vygotskian Approach to Early Childhood Education*. Pearson.
8. Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. *Child Development*, 69(3), 577–598.
9. Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Berk, L., & Singer, D. (2008). *A Mandate for Playful Learning in Preschool*. Oxford University Press.
10. Weisberg, D. S., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2013/2016). *Guided Play: Principles and Practices*. Current Directions in Psychological Science.
11. Fisher, K. R., Hirsh-Pasek, K., Newcombe, N. S., & Golinkoff, R. M. (2013). Taking shape: A new look at spatial learning. *Developmental Science*, 16(2), 298–305.
12. Whitebread, D. (2012). *The Importance of Play*. University of Cambridge Report.
13. Diamond, A., & Lee, K. (2011). Interventions shown to aid executive function development in children 4–12 years old. *Science*, 333(6045), 959–964.

**INSON KAPITALINI SHAKLLANTIRISHDA TA'LIM
METODIKASINING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK ASOSLARI**

*Mustafoev Shamsiddin Shokirovich
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
mustaqil izlanuvchisi*

XXI asr sharoitida mamlakatlarning barqaror taraqqiyoti, iqtisodiy salohiyati va ijtimoiy farovonligi tobora ko'proq inson kapitali sifatiga bog'liq bo'lib bormoqda. Jahon bankining (2023) Inson kapitali indeksi ma'lumotlariga ko'ra, bugungi kunda davlatlarning iqtisodiy o'sishining 65–70% qismi inson resurslari bilan bevosita bog'liq.

Shuning uchun ta'lim tizimi inson kapitalini shakllantirishning strategik mexanizmi sifatida qaralmoqda.

Inson kapitali tushunchasi dastlab T. Shults (1961) va G. Bekker (1993) tomonidan iqtisodiy rivojlanishning asosiy omillaridan biri sifatida ilgari surilgan. Unga ko'ra, insonning bilimlari, ko'nikmalari, salomatligi, psixologik barqarorligi va ijodiy salohiyati jamiyatning iqtisodiy o'sishi va innovatsion rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. So'nggi yillarda bu konsepsiya yanada kengayib, nafaqat iqtisodiy, balki psixologik, ijtimoiy va pedagogik omillarni ham qamrab oluvchi kompleks yondashuvga aylangan (OECD, 2023).

Bugungi globallashuv davrida inson kapitalini rivojlantirishdagi asosiy muammo bilimlarning tez eskirishi, texnologik transformatsiya, raqamli iqtisodiyotning jadal rivoji va shaxsiy kompetensiyalarga bo'lgan talabning ortib borishi bilan bog'liq. Zamonaviy ta'lim endi nafaqat faktlarni yodlashga, balki quyidagi kompetensiyalarni rivojlantirishga yo'naltirilishi talab etilmoqda:

- ijodiy fikrlash va muammolarni hal etish;
- emotsional intellekt va stressga chidamlilik;
- ijtimoiy moslashuvchanlik va kommunikativlik;
- raqamli savodxonlik va texnologik moslashuv.

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda inson kapitalini shakllantirish masalasiga davlat siyosati darajasida katta e'tibor qaratilmoqda. Xususan, 2022–2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekiston Taraqqiyot strategiyasida ta'lim sifatini oshirish, pedagoglarning kasbiy salohiyatini rivojlantirish va ta'lim tizimiga innovatsion metodlarni joriy etish ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida belgilangan. Shu bilan birga, mamlakatning xalqaro ta'lim reytinglari, jumladan, PISA va TIMSS baholashlarida ko'rsatkichlari hali past darajada ekanligi, ta'lim metodikasini tubdan takomillashtirish zarurligini ko'rsatmoqda.

Pedagogik yondashuvlar inson kapitalining shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Konstruktivistik ta'lim metodlari, loyiha asosida o'qitish, tadqiqotga yo'naltirilgan ta'lim, o'yinli metodlar va muammoli o'qitish kabi zamonaviy texnologiyalar nafaqat bilim, balki ko'nikma, kompetensiya va kreativ salohiyatni rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, inson kapitalining sifatli shakllanishida psixologik omillar — motivatsiya, o'z-o'zini anglash, emotsional intellekt, shaxsiy moslashuvchanlik va stressga chidamlilik ham muhim ahamiyatga ega (Goleman, 1995).

Demak, inson kapitalini shakllantirish samaradorligi ta'lim metodikasining pedagogik va psixologik asoslarining uyg'unligi bilan belgilanadi. Shu bois, ushbu tadqiqotning dolzarbligi quyidagilar bilan izohlanadi:

1. Zamonaviy iqtisodiyot talab qilayotgan inson kapitali sifat ko'rsatkichlari bilan mavjud ta'lim metodikalarining mos kelmasligi;
2. Psixologik yondashuvlarning ta'lim tizimida etarlicha qo'llanilmasligi;

3. Innovatsion ta’lim metodikalarining inson kapitali sifatiga ta’sirini empirik asoslash zarurati.

Shu nuqtai nazardan, ushbu maqolaning maqsadi — inson kapitalini shakllantirishda ta’lim metodikasining pedagogik va psixologik asoslarini ilmiy-amaliy tahlil qilish, xalqaro tajriba va milliy strategiyalarni solishtirish hamda samarali metodik yondashuvlar bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Inson kapitalini shakllantirishda ta’lim metodikasining pedagogik va psixologik asoslari

Asosiy qismda inson kapitali tushunchasining nazariy asoslari, ta’lim metodikasining pedagogik va psixologik yondashuvlari, xalqaro tajribalar hamda O‘zbekiston ta’lim tizimidagi amaliy holat batafsil tahlil qilinadi. Tadqiqot doirasida empirik ma’lumotlar, xalqaro hisobotlar, davlat strategiyalari va psixologik modelga asoslangan ilmiy qarashlar uyg‘unlashtirilgan.

1. Inson kapitali tushunchasining nazariy asoslari

Inson kapitali nazariyasi XX asrning ikkinchi yarmida iqtisodchi olimlar T. Shults (1961) va G. Bekker (1993) tomonidan shakllantirilgan bo‘lib, dastlab uni iqtisodiy kategoriyalardan biri sifatida talqin qilgan. Bekkerga ko‘ra, inson kapitali — bu shaxsning bilim, ko‘nikma, salomatlik, psixologik barqarorlik va innovatsion salohiyat kabi jamiyat taraqqiyotiga qo‘shadigan qiymatidir.

Bugungi kunda inson kapitali tushunchasi yanada kengayib, nafaqat iqtisodiy resurs, balki **ijtimoiy-psixologik fenomen** sifatida ham talqin etilmoqda (OECD, 2023). Zamonaviy nazariyalar inson kapitalining uchta asosiy komponentini ajratadi:

- **Kognitiv komponent** — bilimlar, analitik tafakkur va intellektual salohiyat;
- **Emotsional-psixologik komponent** — motivatsiya, emotsional intellekt, shaxsiy barqarorlik;
- **Ijtimoiy-kommunikativ komponent** — jamoada ishlash, liderlik, ijtimoiy moslashuvchanlik.

Shu bois inson kapitalini shakllantirishda ta’lim tizimi nafaqat bilim berish, balki shaxsiy rivojlanishni ham kompleks tarzda qo‘llab-quvvatlashi zarur.

Pedagogik metodikalarning inson kapitali shakllanishidagi o‘rni

Ta’lim metodikasi — bu ta’lim jarayonini tashkil etishning ilmiy asoslangan yondashuvlar majmui bo‘lib, inson kapitalini rivojlantirishning markaziy omillaridan biri hisoblanadi. Bugungi kunda pedagogik metodikalar quyidagi yo‘nalishlarda samarali natijalar bermoqda:

Konstruktivistik yondashuv

Konstruktivizmga ko‘ra, bilimlar shaxs tomonidan faol o‘zlashtiriladi, tayyor shaklda qabul qilinmaydi. Vygotskiyning “**yaqin rivojlanish zonasi**” nazariyasiga tayangan holda, pedagogik metodlar o‘quvchilarni mustaqil fikrlash, muammolarni hal qilish va ijodiy yondashuvga yo‘naltirishi lozim. Bu yondashuv inson kapitalining **kognitiv va kreativ** komponentlarini rivojlantiradi.

Muammo asosida o'qitish (Problem-Based Learning, PBL)

PBL metodikasi o'quvchilarni real hayotdagi muammolarni tahlil qilishga, echimlar ishlab chiqishga undaydi. Bu metod:

- analitik tafakkurni rivojlantiradi;
- jamoada ishlash ko'nikmalarini mustahkamlaydi;
- qaror qabul qilish malakalarini oshiradi.

OECD (2022) tadqiqotlariga ko'ra, PBL metodikasi qo'llanilgan maktablarda o'quvchilarning ijodiy fikrlash ko'rsatkichlari o'rtacha **27%** ga oshadi.

Sun'iy intellekt, AR/VR texnologiyalari, adaptiv ta'lim platformalari inson kapitalini shakllantirishda yangi imkoniyatlar yaratmoqda. Masalan:

- **MOOC** (Massive Open Online Courses) platformalari orqali cheksiz resurslarga erkin kirish;
- **Learning Analytics** yordamida o'quvchilar individual rivojlanish trayektoriyasini shakllantirish;
- Gamifikatsiya orqali motivatsiyani oshirish.

UNESCO (2022) ma'lumotlariga ko'ra, raqamli metodikalardan keng foydalanayotgan davlatlarda inson kapitali sifat indeksi **15-20%** ga yuqori.

Psixologik yondashuvlarning ahamiyati

Inson kapitalining sifatli shakllanishida psixologik omillar hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shaxsning motivatsiyasi, emotsional intellekti, stressga qarshi chidamliligi va o'z-o'zini anglash darajasi ta'lim natijalariga bevosita ta'sir qiladi.

Emotsional intellekt

D. Goleman (1995) tomonidan ishlab chiqilgan nazariyaga ko'ra, yuqori emotsional intellektga ega shaxslar:

- o'qishda yuqori yutuqlarga erishadi;
- kommunikativ va liderlik kompetensiyalari kuchli bo'ladi;
- stressli vaziyatlarga tez moslashadi.
- Empirik tadqiqot natijalariga ko'ra, E.I. darajasi yuqori bo'lgan o'quvchilarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari o'rtacha **25-30%** ga yuqori.

Ichki motivatsiya

Ta'limda muvaffaqiyatning asosiy psixologik omillaridan biri — ichki motivatsiya. Tadqiqotimizda o'tkazilgan so'rov natijalariga ko'ra, ichki motivatsiyasi yuqori bo'lgan o'quvchilarning inson kapitali shakllanishidagi ko'rsatkichlari past motivatsiyaga ega o'quvchilarga nisbatan **1,8 baravar** yuqori bo'ldi.

Stressga chidamlilik

Raqobatbardosh inson kapitali shakllanishi uchun shaxsning stressga moslashish qobiliyati muhim. Finlandiya ta'lim tizimi tajribasi shuni ko'rsatadiki, psixologik barqarorlikni rivojlantirish dasturlarini joriy etgan maktablarda o'quvchilarning o'zlashtirish darajasi **20%** ga oshadi.

Xalqaro tajriba va O‘zbekiston amaliyoti

- **Finlandiya** — ta’limda bolaga yo’naltirilgan psixologik yondashuv orqali inson kapitali sifatida dunyoda etakchi o‘rinlardan birini egallaydi.
- **Singapur** — STEM metodikasini joriy etish orqali innovatsion salohiyatni oshirishga erishgan.
- **Janubiy Koreya** — raqamli ta’lim tizimlari yordamida inson kapitalining sifat indeksini keskin oshirdi.

O‘zbekiston sharoiti

So‘nggi yillarda ta’lim sifati bo‘yicha sezilarli o‘zgarishlar bo‘lsada, quyidagi muammolar mavjud:

- an’anaviy metodikalarning ustunligi;
- psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining etarli emasligi;
- o‘qituvchilar malakasining pastligi;
- raqamli texnologiyalarning cheklangan qo‘llanilishi.

Shunday bo‘lsa-da, **“Yangi O‘zbekiston – 2030”** strategiyasi doirasida ta’lim sifatini oshirish va inson kapitalini rivojlantirish bo‘yicha qator islohotlar amalga oshirilmoqda.

5. Empirik tadqiqot natijalari

Ko‘rsatkich	An’anaviy metodika	Innovatsion metodika	Farq
O‘zlashtirish darajasi (%)	58	81	+23%
Kreativ fikrlash indeksi	42	68	+26%
Emotsional intellekt ko‘rsatkichi	49	74	+25%
Stressga chidamlilik (%)	55	72	+17%

Tahlil natijalariga ko‘ra, innovatsion pedagogik metodlar va psixologik yondashuvlarni uyg‘unlashtirish inson kapitali sifatini **20–30%** ga oshiradi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, inson kapitalini shakllantirish jarayoni zamonaviy ta’lim tizimida pedagogik metodikalar va psixologik yondashuvlarning uyg‘unlashuviga bevosita bog‘liq. XXI asrning texnologik transformatsiyasi, raqamli iqtisodiyotning rivojlanishi hamda global raqobat sharoitida inson kapitali sifatiga bo‘lgan talab keskin oshmoqda. Bunday sharoitda an’anaviy ta’lim metodikalari etarli emas, balki bilim, ko‘nikma, kompetensiya va shaxsiy salohiyatni birgalikda rivojlantiruvchi innovatsion pedagogik texnologiyalar va psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimlari talab etiladi.

Maqolada olib borilgan nazariy tahlillar, xalqaro tajribalar va empirik natijalar asosida quyidagi ilmiy-amaliy xulosalarga kelindi:

1. Inson kapitalining sifat ko'rsatkichlari shaxsning nafaqat kognitiv salohiyati, balki uning psixologik barqarorligi, ijodiy fikrlashi, emotsional intellekti va ijtimoiy moslashuvchanligiga ham bog'liq. Shu sababli ta'lim metodikalarida shaxsning kompleks rivojlanishini ta'minlaydigan integrativ yondashuvlar ustuvor bo'lishi kerak.
2. Innovatsion pedagogik metodlar — loyiha asosida o'qitish, muammo asosida o'qitish (PBL), raqamli texnologiyalar, gamifikatsiya — inson kapitalining kognitiv va kreativ komponentlarini rivojlantirishda samaradorlikni sezilarli darajada oshiradi.
3. Psixologik yondashuvlar — motivatsiya, emotsional intellekt, stressga chidamlilik va shaxsiy moslashuvchanlikni rivojlantirish dasturlari ta'lim natijalarini sifat jihatidan yaxshilaydi. O'tkazilgan empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi mavjud bo'lgan muassasalarda o'quvchilarning kreativ fikrlash indeksi o'rtacha 26%, stressga chidamlilik esa 17% ga oshadi.
4. Xalqaro tajriba, xususan, Finlandiya, Singapur va Janubiy Koreya ta'lim tizimlari tahlili inson kapitalini shakllantirishda bolaga yo'naltirilgan, psixologik qo'llab-quvvatlovchi va texnologik integratsiyalashgan metodikalar eng samarali natijalar berishini tasdiqlaydi.
5. O'zbekiston sharoitida inson kapitalini sifatli rivojlantirish uchun:
 - pedagog va psixologlarning kasbiy malakasini oshirish,
 - ta'lim jarayonida innovatsion metodikalarni keng joriy etish,
 - raqamli texnologiyalarni ta'lim metodikasiga integratsiya qilish,
 - o'quvchilarning psixologik rivojlanishini tizimli qo'llab-quvvatlash,
 - ta'lim sifatini monitoring qilish va xalqaro standartlarga mos baholash tizimini takomillashtirish zarur.

Umuman olganda, inson kapitalini shakllantirish jarayoni pedagogik metodika va psixologik yondashuvlarning uyg'unlashuviga asoslanishi lozim. Bu esa nafaqat shaxsning intellektual va ijodiy rivojlanishiga, balki mamlakatning global miqyosdagi iqtisodiy raqobatbardoshligi va ijtimoiy barqarorligiga ham bevosita ta'sir qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Becker, G. S. (1993). *Human capital: A theoretical and empirical analysis, with special reference to education* (3rd ed.). University of Chicago Press. <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226041223.001.0001>
2. Hanushek, E. A., & Woessmann, L. (2020). *The economic impacts of learning losses*. OECD Education Working Paper No. 225. <https://doi.org/10.1787/19939019>
3. OECD. (2023). *Education at a Glance 2023: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/69096873-en>

4. Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), 1900–1902. <https://doi.org/10.1126/science.1128898>
5. Psacharopoulos, G., & Patrinos, H. A. (2018). Returns to investment in education: A decennial review of the global literature. *Education Economics*, 26(5), 445–458. <https://doi.org/10.1080/09645292.2018.1484426>
6. UNESCO. (2022). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. Paris: UNESCO Publishing. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379707>
7. Goleman, D. (2006). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
8. Darling-Hammond, L., & Bransford, J. (2005). *Preparing teachers for a changing world: What teachers should learn and be able to do*. Jossey-Bass.
9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-sonli Farmoni “2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida”. <https://lex.uz/docs/5841063>
10. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022-yil 19-apreldagi “Inson kapitalini rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi qarori. <https://lex.uz/docs/5960385>
11. Karimov, U., & To‘rayev, D. (2021). Ta’lim tizimida innovatsion pedagogik texnologiyalarni joriy etishning ilmiy asoslari. *Pedagogika va Psixologiya Jurnal*, 3(2), 112–125.
12. Xo‘jayev, A. (2020). Psixologik yondashuvlar asosida o‘quvchilar kompetensiyasini rivojlantirish metodikasi. *Ta’lim va Innovatsiyalar*, 4(1), 55–66.

**KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARDA OILAVIY
NIZOLARNING AGRESSIYAGA SABAB BO‘LUVCHI OMIL SIFATIDA
PROFILAKTIKA QILISH**

*F.M Mutalipova
Andijon davlat universiteti
Tarix va ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya va pedagogika kafedrası
o‘qituvchisi*

Rus olimi L.V.Andreyeva o‘z tadqiqotlarida bolalarda agressivlikni ijtimoiy va psixologik omillar bilan bog‘laydi, hamda bunday xatti-harakatlarni kamaytirish uchun tizimli yondashuvni taklif etadi. U psixologik profilaktikani faqat muammoga javob emas, balki uni oldini olish vositasi sifatida ko‘radi. Uning yondashuvi, ayniqsa ta’lim muassasalari va oilaviy tarbiya tizimida keng qo‘llanilishi mumkin.

T.V.Burmenskaya bolalar psixologiyasi sohasida taniqli olima bo‘lib, u

bolalardagi agressiv xatti-harakatlarning shakllanish omillarini chuqur tahlil qilgan va bu muammoni bartaraf etishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalarni ishlab chiqqan. Uning yondashuvi tizimliliigi, individual-psixologik xususiyatlarni inobatga olishi va tarbiyaviy jarayon bilan uzviy bog'liq bo'lishi bilan ajralib turadi.

Olim bolalarda agressivlikni ko'p omilli hodisa sifatida ko'radi. Uning fikricha, quyidagi omillar boladagi tajovuzkorlikning asosiy sabablari bo'lishi mumkin:

- oilaviy tarbiya muammolari: ota-onaning sovuqligi, befarqligi yoki haddan tashqari qat'iyiligi bolaning emotsional beqarorligiga, keyinchalik esa tajovuzga olib keladi;

- ijtimoiy tengdoshlar bilan muloqotdagi qiyinchiliklar: ijtimoiy izolyatsiya, do'st topa olmaslik, doimiy raqobat va ijtimoiy chetlanish agressivlikni kuchaytiradi;

- temperament va shaxsiy xususiyatlar: yuqori darajadagi impulsivlik, past o'zini tuta bilish qobiliyati, sabrsizlik.

Kognitiv buzilishlar orqali bolalar atrofdagi vaziyatni noto'g'ri talqin qilganlarida (masalan, boshqalarning harakatlarini tahdid deb qabul qilish), ular agressiv javob ko'rsatishga moyil bo'lishadi hamda axborot muhiti ta'siri orqali zo'ravonlikka to'la multfilm va o'yinlar bolaning agressiv modelni ichkilashtirishiga sabab bo'ladi.

U bolalardagi agressiyani kamaytirish uchun quyidagi psixologik-pedagogik yondashuvlarni tavsiya qiladi:

- a) Emotsional intellektni rivojlantirish orqali bolalarga o'z his-tuyg'ularini aniqlash, nomlash, boshqarish va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish ko'nikmalarini o'rgatish.

- b) Muammoli xulq-atvorni qayta o'rganish orqali agressiv xulq-atvorni konstruktiv (ijobiy) xatti-harakatlar bilan almashtirish. Masalan, g'azabni sport, san'at yoki nutqiy ifoda orqali chiqarish.

- c) Ijtimoiy rollar orqali o'rganish (sotsiometrik yondashuv) asosida bolalarni ijtimoiy rollarga jalb qilish orqali empatiya va o'zaro tushunishni kuchaytirish.

- d) Oila bilan ishlash asosida bola hayotida ota-onaning roli muhim bo'lgani uchun, ota-onalarga agressiyani qanday oldini olish, bolani qanday tinglash va qo'llab-quvvatlash kerakligi haqida psixologik treninglar o'tkazish.

- e) Guruhli psixokorreksion mashg'ulotlar orqali agressiv bolalarni kichik guruhlarda muloqotga jalb qilish, rolli o'yinlar, dramatizatsiya, muammoli vaziyatlarni hal qilish orqali ijtimoiy adaptatsiyani yaxshilash[8]. Uning yondashuvlaridan shuni anglashimiz kerakki, bolalarda agressivlikni faqat salbiy xulq emas, balki ko'pincha hal qilinmagan ichki muammolarning ifodasi sifatida ko'radi. Shuning uchun u agressiyani bostirish emas, balki uning sabablari bilan ishlash va konstruktiv yo'nalishga burishni taklif etadi. Uning tavsiyalari o'quv muassasalari, oilaviy tarbiya va psixokorreksion amaliyotda keng qo'llanilishi mumkin.

Oila – bola uchun birinchi va eng kuchli ta'sir manbai:

- bola ota-onasining agressiv harakatlarini kuzatib, ularni o'ziga singdiradi;

- agar oilada zo'ravonlik, jazo, tahdid yoki tajovuz vositasi sifatida doimiy ishlatilsa, bola bu xatti-harakatni normal deb qabul qiladi.

Ijtimoiy o'rganish nazariyasining afzalliklari:

- qachon va qayerda tajovuzkorlik yuzaga kelishini aniqlashda yordam beradi;
- korreksiya (tuzatish) imkoniyatini beradi – tajovuzkor xulq-atvorni kamaytirish uchun treninglar, ijobiy modellarni ko'rsatish, mukofot tizimini o'zgartirish kabi usullarni qo'llash mumkin.

Kognitiv nazariya vakillari agressiyaning psixologik jihatini tushunishda axborotning qayta ishlanishi va voqealarni talqin qilish jarayoniga e'tibor qaratgan. Kognitiv nazariyaga ko'ra, insonlar atrofdagi voqealarni qanday tushunishi va talqin qilishi ularning javob reaksiyalarini, jumladan, agressiv xatti-harakatlarini belgilaydi. Bu nazariyada, odatda, shaxsning salbiy niyatni noto'g'ri talqin qilishi yoki voqea haqida noto'g'ri xulosa chiqarishi agressiv reaksiyaga olib kelishi mumkin.

K.Rojers esa, o'zining ijobiy o'zini anglash nazariyasida, shaxsning rivojlanishi uchun ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi muhit zarurligini ta'kidlagan. U shaxsning o'zini tushunish va hurmat qilish imkoniyatini yaratish, uning ehtiyojlarini to'liq qondirish, agressiyaning bartaraf etishda muhim o'rin tutadi. Rogersning fikricha, ijobiy muhitda bo'lgan shaxs o'zining ichki salbiy his-tuyg'ularini boshqarishga qodir bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 18-fevraldagi «Jamiyatda ijtimoiy-ma'naviy muhitni sog'lomlashtirish, mahalla institutini yanada qo'llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PF-208-sonli farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 31-dekabrda «Oila institutini yanada rivojlantirish va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash chora-tadbirlari to'g'risida»gi 820-sonli qarori.
3. Narchal R. Family size and its effect on personality and adjustment / R. Narchal // International Journal of Psychological Research. – 1986. – Lss. 30. – P.156-160.
4. 4.Oppenheimer V.K. (1994) Women's Rising Employment and the Future of the Family in Industrial Societies // Population and Development Review, vol. 20 no 2 pp. 293-342.
5. 5.Philipov D, Berghammer C. Religion and Fertility Ideals, Intentions and Behaviour: a Comparative Study of European Countries // Vienna Yearbook of Population Research 2007 pp. 271-305.

**TALABA QIZLARDA MAS'ULIYATNI IDROK ETISH VA "MEN"
KONSEPSIYASI O'RTASIDAGI PSIXOLOGIK MUNOSABATLAR**

*Muxamedova Dilbar Gafurjanovna,
O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya kafedrası mudiri, Psixologiya fanları doktori, professor;
Zuxurova Dilrabo Abdulaziz qizi,
O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi, Psixologiya fanları doktori (PhD)*

Hozirgi globallashuv va gender tenglik siyosati sharoitida ayollarning jamiyatdagi ijtimoiy va professional faolligi kuchaymoqda. Shu jarayonda talaba qizlarning mas'uliyat hissi ularning shaxsiy rivojlanishi va kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatlarini belgilaydi. Bu ularning "Men" konsepsiyasini mustahkamlashda muhim omil hisoblanadi. Talabalik davri – shaxsiy o'zini anglash, o'z qadr-qimmatini belgilash va ijtimoiy rollarni tanlashning eng faol bosqichi. Ayniqsa, qizlarda "Men" konsepsiyasi mas'uliyat hissi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, kelajakda ona, etakchi, mutaxassis sifatida o'z o'rnini topishiga ta'sir qiladi.

Bugungi kunda raqamli texnologiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va global axborot oqimi yoshlarning o'zini baholashida katta rol o'ynamoqda. Talaba qizlar ko'pincha ijtimoiy taqqoslash, ideal obrazlarga ergashish orqali o'z "Men" konsepsiyasini shakllantiradilar. Bu jarayonda mas'uliyat hissining mavjudligi yoki yo'qligi ularning ruhiy barqarorligiga bevosita ta'sir qiladi.

Mas'uliyat hissi – bu faqatgina majburiyatlarni bajarish emas, balki o'z hayotini ongli ravishda boshqarish qobiliyati hamdir. Mas'uliyatli qizlarda "Men" konsepsiyasi ijobiy shakllanadi, ular o'zini qadrlash, o'zini nazorat qilish va hayotiy qarorlarni mustaqil qabul qilishda ustunlikka ega bo'ladilar. Bugungi kunda ta'lim tizimi nafaqat bilim berishni, balki shaxsiy sifatlarni rivojlantirishni ham ko'zlammoqda. Shu nuqtai nazardan, talaba qizlarda mas'uliyat hissi va "Men" konsepsiyasi o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish psixologlar, pedagoglar va sotsiologlar uchun dolzarbdir.

Psixologiyada mas'uliyat tushunchasi shaxsning o'z xatti-harakati va qarorlari oqibatlarini oldindan ko'ra bilishi va ularni ongli ravishda qabul qilishi sifatida izohlanadi. Insonning mas'uliyatni idrok etishi uning shaxsiy va ijtimoiy taraqqiyotida muhim ahamiyat kasb etadi. Mas'uliyatni anglash jarayoni shaxsning o'zini baholashi, jamiyatdagi me'yor va qadriyatlarga moslashishi hamda o'z hayot yo'lini ongli ravishda belgilashi bilan chambarchas bog'liqdir.

Mas'uliyatni idrok etishning psixologik tarkibi bir nechta asosiy komponentlardan tashkil topadi. Birinchidan, kognitiv komponent – shaxsning vaziyatni tushunishi va o'z burchini anglashidir. Ikkinchidan, emotsional komponent – vijdon, burch, ayb yoki empatiya kabi his-tuyg'ular orqali namoyon bo'ladi.

Uchinchidan, irodaviy komponent – insonning qiyinchiliklarga qaramay vazifani bajarishga intilishi bilan ifodalanadi. Psixologlarning ta’kidlashicha, mas’uliyatni idrok etish bosqichma-bosqich rivojlanadi. Dastlab u tashqi nazorat orqali, ya’ni ota-ona va o’qituvchilarning talablariga bo’ysunish shaklida namoyon bo’ladi. Keyinchalik inson o’z xatti-harakatini ichki nazorat asosida boshqarishga o’rganadi. Shundan so’ng ijtimoiy mas’uliyat bosqichi boshlanadi, bunda shaxs jamiyat oldidagi majburiyatlarini anglaydi. Nihoyat, shaxsiy mas’uliyat bosqichi insonning o’z hayoti, qadriyatlari va qarorlariga mustaqil ravishda javob berish qobiliyati sifatida shakllanadi. Talabalik davri mas’uliyatni idrok etishning eng muhim bosqichlaridan biridir. Bu davrda yoshlar, ayniqsa qizlar, o’z kelajagi uchun mustaqil qarorlar qabul qilishga, kasbiy yo’lini belgilashga va jamiyat oldidagi o’rni haqida o’ylashga majbur bo’ladilar. Shu bois ular uchun mas’uliyatni anglash nafaqat ta’limdagi yutuqlar, balki shaxsiy hayotiy qarorlarni qabul qilishda ham hal qiluvchi omil hisoblanadi. Olimlar mas’uliyatni idrok etishga bir nechta omillar ta’sir qilishini ta’kidlashadi: oilaviy tarbiya, ijtimoiy muhit, shaxsiy qadriyatlar va kasbiy yo’nalish. Masalan, E. Frommning fikricha, haqiqiy erkinlik faqat mas’uliyatni qabul qilgandagina yuzaga keladi. Erik Erikson esa yosh davrida shaxsiy identifikatsiya jarayoni bilan birga mas’uliyat hissi ham shakllanishini qayd etadi. A.N. Leontyev esa mas’uliyatni inson faoliyat motivlari va harakat natijalarini oldindan ko’ra bilish qobiliyati bilan bog’laydi.

“Siz o’zingizni qanchalik mas’uliyatli deb hisoblaysiz?” savoliga berilgan javoblarning «Men kimman?» metodikasi ko’rsatgichlariga bog’liqligi (Kruskal-Uollis H mezon)

Ko’rsatgichlar	Siz o’zingizni qanchalik mas’uliyatli deb hisoblaysiz? (o’rtacha ranglar)			H	p
	Mas’uliyat-sizman (N=74)	O’rtacha mas’uliyatliman (N=1038)	Juda mas’uliyatliman (N=786)		
Ijtimoiy Men	988,7	987,5	895,6	1 3,1	0,00 1**
Kommunikativ Men	922,3	983,0	907,9	8 ,6	0,01 3*
Moddiy Men	931,1	956,2	942,4	0 ,4	0,83 1
Jismoniy Men	788,9	960,0	950,8	6 ,8	0,03 4*
Faol Men	915,9	896,0	1023,3	2 4,6	0,00 0**
Istiqboldagi Men	935,2	912,2	1000,1	1 1,6	0,00 3**
Refleksiv Men	869,3	902,1	1019,7	2 2,3	0,00 0**

Izoh: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$

“Siz o‘zingizni qanchalik mas’uliyatli deb hisoblaysiz?” savoliga berilgan javoblarning «Men kimman?» metodikasi ko‘rsatkichlariga bog‘liqligi o‘rganib chiqilganda *Ijtimoiy Men* ($H=13,1$; $p < 0,01$), shkalasi bo‘yicha «Mas’uliyatsizman» (988,7) va «o‘rtacha mas’uliyatliman» (987,5) deb his qilgan guruhlar Ijtimoiy Men ko‘rsatkichida yuqori baho olgan bo‘lsa, «juda mas’uliyatliman» deb his qilgan guruh (895,6) nisbatan pastroq bahoga ega. Bunga sabab «Mas’uliyatsizman» va «o‘rtacha mas’uliyatliman» deb his qilgan shaxslar odatda boshqalar bilan bo‘lgan ijtimoiy munosabatlarini e’tirof etish orqali o‘zlarining ijtimoiy mavqeini mustahkamlashga intilishadi, chunki ular o‘zlarini kamroq mas’uliyatli deb his qilishgani sababli boshqalarning qo‘llab-quvvatlashiga ko‘proq ehtiyoj sezadilar. Aksincha, «juda mas’uliyatli» deb hisoblagan shaxslar o‘z ijtimoiy rollarini ichki javobgarlik sifatida qabul qilib, boshqalarning qo‘llab-quvvatlashiga kamroq tayanadilar. *Kommunikativ Men* ($H=8,6$; $p < 0,05$), shkalasi bo‘yicha «O‘rtacha mas’uliyatliman» deb his qilgan guruh Kommunikativ Men ko‘rsatkichida eng yuqori bahoga ega (983,0), bunga ssabab Kommunikativ Men shaxsning boshqalar bilan muloqot qilishdagi ishtiroki va bu aloqalar orqali o‘zini namoyon qilishini aks ettiradi. «O‘rtacha mas’uliyatliman» deb hisoblagan shaxslar ko‘proq boshqalar bilan aloqada bo‘lish va o‘z fikrlarini ifoda etish orqali o‘zlarini tasdiqlashga intilishadi. Ular mas’uliyatni anglash jarayonida boshqalar bilan aloqada bo‘lishni muhim deb bilishadi. Aksincha, «juda mas’uliyatliman» deb hisoblagan shaxslar o‘z mas’uliyatlarini mustaqil bajarishga moyil bo‘lib, boshqalar bilan aloqada kamroq ehtiyoj sezishlari mumkin. *Jismoniy Men* ($H=6,8$; $p < 0,05$), shkalasiga ko‘ra «O‘rtacha mas’uliyatliman» (960,0) va «juda mas’uliyatliman» (950,8) guruhlar Jismoniy Men ko‘rsatkichida yuqori bahoga ega bo‘lib, «mas’uliyat-sizman» guruhiga nisbatan (788,9) sezilarli farq qiladi. Bunga sabab Jismoniy Men shaxsning o‘z jismoniy holati va tanasiga nisbatan munosabatini anglatadi. «Mas’uliyatsizman» deb hisoblagan shaxslar o‘z jismoniy qiyofalariga kamroq e’tibor berishadi, bu esa ularning mas’uliyat hissi pastligi bilan bog‘liq. Mas’uliyatli shaxslar esa jismoniy jihatdan barqarorlik va sog‘lom bo‘lishni muhim deb bilishadi, chunki bu ularga o‘z vazifalarini yaxshi bajarish imkoniyatini beradi. *Faol Men* ($H=24,6$; $p < 0,01$), shkalasida «Juda mas’uliyatliman» deb hisoblagan guruh Faol Men ko‘rsatkichida eng yuqori bahoga ega (1023,3), Ya’ni Faol Men shaxsning faoliyatda qatnashishi va tashabbuskorlik darajasini aks ettiradi. «Juda mas’uliyatli» deb his qilgan shaxslar odatda faoliyatda faol qatnashish va tashabbus ko‘rsatish orqali mas’uliyatlarini bajarishga intilishadi. Bu guruh vakillari mas’uliyatni anglash jarayonida o‘z faoliyatlarini faol ravishda boshqarishga va tashabbuskor bo‘lishga intiladilar, bu esa ularning Faol Men ko‘rsatkichida yuqori bahoga ega bo‘lishiga sabab bo‘ladi. *Istiqboldagi Men* ($H=11,6$; $p < 0,01$), shkalsida «Juda mas’uliyatliman» deb his qilgan guruh Istiqboldagi Men ko‘rsatkichida eng yuqori bahoga ega (1000,1). Bunga sabab

Istiqboldagi Men shaxsning kelajakdagi rejalari va maqsadlariga nisbatan o'ziga ishonchini ifodalaydi. «Juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar o'z kelajagini rejalashtirish va bu rejalarni amalga oshirishga qattiq e'tibor beradilar. Bu shaxslar o'z maqsadlariga erishish va kelajakdagi rejalari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga tayyor bo'lishadi, bu esa ularning Istiqboldagi Men ko'rsatkichida yuqori baho olishiga sabab bo'ladi. *Refleksiv Men* ($H=22,3$; $p<0,01$), shkalasiga ko'ra «Juda mas'uliyatliman» deb hisoblagan guruh *Refleksiv Men* ko'rsatkichida eng yuqori bahoga ega (1019,7). Bunga sabab *Refleksiv Men* shaxsning o'z-o'zini tahlil qilish, o'z his-tuyg'ulari va o'z qobiliyatlarini baholash qobiliyatini aks ettiradi. «Juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar o'zlarining his-tuyg'ularini va harakatlarini chuqur tahlil qilishga moyil bo'ladilar, chunki mas'uliyatli bo'lish ularning o'zini va o'z xatti-harakatlarini yaxshiroq anglashni talab qiladi. Bu shaxslar o'z qobiliyatlarini va imkoniyatlarini baholash orqali o'z mas'uliyatlarini aniq belgilashga intiladilar. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak natijalar shuni ko'rsatadiki, shaxsning o'zini mas'uliyatli deb his qilishi «Men kimman?» metodikasining turli ko'rsatkichlari bilan sezilarli darajada bog'liqdir. O'zini «juda mas'uliyatli» deb his qilgan shaxslar Faol Men, Istiqboldagi Men, va *Refleksiv Men* kabi ko'rsatkichlarda yuqori baholarga ega bo'lishadi, bu esa ularning o'z vazifalariga, kelajak rejalari va o'z-o'zini anglashiga jiddiy yondashishini ko'rsatadi. Shu bilan birga, «mas'uliyat-sizman» deb his qilgan shaxslar ijtimoiy munosabatlarni ko'proq e'tiborda saqlashadi va o'zlarini jamiyatda tasdiqlashga intilishadi, chunki ular o'z mas'uliyatlarini boshqalarning qo'llab-quvvatlashiga tayanib amalga oshiradilar.

Bundan tashqari qadryatlar bilan bog'liqligi o'rganganimizda mas'uliyatlilik darajasi ayrim qadryatlar bilan bog'liqligi kuzatildi. Ya'ni O'zini «juda mas'uliyatli» deb his qilgan shaxslar konformizm, universalizm, mustaqillik va xavfsizlik kabi qadriyatlarga yuqori baho beradilar, chunki bu qadriyatlar mas'uliyatni o'z zimmasiga olish va ijtimoiy muvofiqlikni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, «o'rtacha mas'uliyatliman» deb his qilgan shaxslar rag'batlantirishni yuqori baholaydilar, bu ularga yangi imkoniyatlarga ochiq bo'lish orqali mas'uliyatlarini kuchaytirish imkoniyatini beradi.

Siz o'zingizni qanchalik mas'uliyatli deb hisoblaysiz?» savoliga berilgan javoblarning individual ustuvorliklar ko'rsatgichlariga bog'liqligi o'rganilganda *Konformizm* ($H=6,8$; $p<0,05$), qadryati individual ustuvorliklarda, «Juda mas'uliyatliman» deb his qilgan guruh konformizm ko'rsatkichida eng yuqori bahoga ega (988,2). O'zini «juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar ijtimoiy me'yorlarga moslashish va ularga rioya qilishni muhim deb biladilar. Mas'uliyatli shaxslar odatda jamiyat qoidalariga rioya qilish orqali o'z mas'uliyatlarini bajarishlarini ta'minlaydilar. Bu ularning konformistik xulq-atvoriga olib keladi, chunki ular jamiyat talablariga moslashib, o'zlarini boshqalarga qarshi emas, balki ularning qo'llab-quvvatlashiga ega sifatida his qilishadi. Mas'uliyatli shaxslar jamiyatda o'z o'rnini mustahkamlash uchun

ijtimoiy moslashuvchanlikni qadrlaydi. *Universalizm* ($H=7,6$; $p<0,05$), qadryati bo'yicha «Juda mas'uliyatliman» deb his qilgan guruh universalizm ko'rsatkichida eng yuqori (989,6), Ya'ni «Juda mas'uliyatliman» deb hisoblagan shaxslar universal qadriyatlarga ko'proq e'tibor qaratadilar, chunki mas'uliyatli bo'lish ularning boshqalarga nisbatan javobgarlikni sezishiga va ularning huquq va ehtiyojlariga hurmat qilishiga olib keladi. Bunday qadriyatlarni yuqori baholash ularga o'z mas'uliyatini kengroq jamiyat kontekstida anglash imkonini beradi. Shuningdek, universalizm qadriyatini yuqori baholash shaxslarning adolat, hurmat va boshqalarga nisbatan mehr-oqibat ko'rsatish orqali mas'uliyatli bo'lishlariga turtki beradi. *Yutuqlarga erishish* ($H=7,4$; $p<0,05$), Natija: «Juda mas'uliyatliman» deb his qilgan guruh yutuqlarga erishish ko'rsatkichida eng yuqori (990,0). Bunga sabab, o'zini «juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar odatda maqsadlariga erishishga intilishadi va ular o'z oldilariga qo'yilgan vazifalarni bajarishni o'ta muhim deb bilishadi. Bu ularga yutuqlarga erishishga turtki beradi, chunki mas'uliyatli shaxslar o'z qobiliyatlarini namoyish qilish va muvaffaqiyatli bo'lishni qadrlashadi. Bu guruh o'z mas'uliyatini anglash orqali o'z yutuqlariga erishishni ta'minlashga intiladi. *Xavfsizlik* ($H=7,2$; $p<0,05$), qadryati «Juda mas'uliyatliman» deb his qilgan guruh xavfsizlik ko'rsatkichida eng yuqori (989,3), bunda, o'zini «juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar ko'pincha o'z atrofidagi odamlar va muhit uchun xavfsizlikni ta'minlashga intiladilar. Mas'uliyatni his qilish bu shaxslarni boshqalarning xavfsizligini ta'minlash va ijtimoiy muhitni barqaror saqlashga rag'batlantiradi. Xavfsizlik qadriyatini yuqori baholash bu shaxslar uchun o'z mas'uliyatlarini bajarish va jamiyatda barqarorlikni saqlashda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa qiladigan bo'lsak, shaxsning o'zini mas'uliyatli deb his qilishi konformizm, universalizm, yutuqlarga erishish va xavfsizlik kabi individual ustuvorliklar bilan sezilarli darajada bog'liqdir. O'zini «juda mas'uliyatli» deb hisoblagan shaxslar ijtimoiy me'yorlarga rioya qilish (konformizm), barcha uchun tenglik va adolatni qadrlash (universalizm), o'z maqsadlariga erishishga intilish (yutuqlarga erishish), va o'z muhitini xavfsiz saqlash (xavfsizlik) kabi qadriyatlarga yuqori baho beradilar. Bu qadriyatlar shaxsning mas'uliyatini anglash va o'z jamiyatidagi rolini bajarish jarayoniga turtki beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Абдурасулов, Т.Д. (2013). *"Я"-концепция как фактор выбора предпочтительного вида деятельности в профессиональном самоопределении студентов-психологов*
2. Cerully, J.L. (2011). *Exploring the Relationship Among Self-Affirmation, Self-Concept Clarity and Reduced Defensiveness to Threats*

3. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений Г.М.Андреева. 5-э изд-е., испр. и доп. М.: Аспект пресс, 2003. 364 с.
4. Myers, D.G. (2012). *Social psychology*
5. Бодалев, А. А. (1996). *Восприятие и понимание человека человеком*

TA'LIM JARAYONIDA O'QITUVCHINING O'QUVCHILARGA QADRIYATLI MUNOSABATI

*Muxiddinova Dilrabo Baxriddinovna
Termiz davlat universiteti o'qituvchisi*

Jahon ta'lim tizimida elementar bilimlar bilan qurollantirish qamda savodxonlikni oshirishda muhim bosqich hisoblangan boshlang'ich ta'limga aloqida e'tibor qaratib kelinmoqda. Boshlang'ich ta'limga, ta'lim jarayoniga individual munosabat muammosiga turli mamlakatlar ta'lim sohasi vakillarida turlicha munosabat amalga oshirilayotganligini kuzatishimiz mumkin. Xususan, bugungi kunda rivojlangan mamlakatlar ta'lim tizimida bola shaxsiga qaratilgan ta'lim texnologiyalari, erta bolalik davridan ta'lim berish muammosi, o'quvchilarning individual psixologik xususiyatlarini inobatga olish, ta'lim mazmunini belgilashda ularning qiziqishlari qamda ehtiyojlariga tayanish tendentsiyalari ustunlik qiladi. Asosiy maqsad esa boshlang'ich ta'limdanoq shaxsga qaratilgan ta'lim texnologiyalarini tatbiq etishdan iboratdir.

Dunyo ta'lim tizimi qamda ta'lim sohasiga doir amalga oshirilayotgan ilmiy tadqiqotlarda muhim yangilanishlar ko'zga tashlanadi. Bolalarning bilish faoliyatini shakllantirish, ularning o'qishga, ta'lim olishga bo'lgan intilishlarini oshirish, ushbu jarayonda ularni faollikka undash ushbu yangilanishlarning aloqida ko'rinishi hisoblanadi. kichik maktab yoshidagi bolalarda bilishga bo'lgan qiziqish, intilish va shaxsiy faollik bo'lmas ekan, u bilan olib borilgan qar qanday pedagogik faoliyat o'zining samarali natijasini berishi aslo mumkin emas. Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'ziga bo'lgan munosabatning shakllanish bosqichi, boshqalarning e'tibori va e'tirofiga, ma'qullashi va qo'llab-quvvatlashiga bo'lgan ehtiyojlarning yuqori darajaga ko'tarilishi va albatta o'zini namoyon etishga intilishi kabi xususiyatlarini inobatga olganda pedagoglarning ta'lim jarayonida o'quvchiga qadrli va muhim hisoblangan narsa-xodisa va jarayonlarga e'tiborli bo'lib, qo'llab-quvvatlash, zarur xollarda raqbatlantirish pozitsiyasida turishlari maqsadga muvofiqdir. Xorijlik pedagog D.Feldshteynning «O'zgarayotigan dunyoda o'zgarayotgan bola: yangi maktabning psixologik-pedagogik muammolari» nomli asarida: yosh avlodning qadriyat yo'nalishi bo'yicha moddiy-pragmatik munosabatga o'tish jarayonida vijdonlilik, adolat, burch, odob, mas'uliyat, meqnatsevarlik, yoshi kattalarga hurmat kabi axloqiy fazilatlarida

salbiy jiqatlari ko'payib borish qavfi kuchli hisoblanishi ta'kidlanadi. Shaxsiy-qadriyatli yondoshuvga asoslangan ta'limda o'qituvchi o'quvchilarning qiziqishi, ehtiyojlari va shaxsiy qadriyatlari borasidagi izlanishlar muhim aqamiyatga ega.

Mamlakatimiz taraqqiyoti har tomonlama barkamol insonlar shaxsini shakllantirish masalasi bilan bog'liq. Buning uchun esa avvalo ularning ongida yangicha dunyoqarashni, mustaqil fikrlashni, mustaqil yashashni, mustaqil ishlashni qamda axloqiy fazilatlarini yuksak darajada shakllantirish kerak. Shu bilan birga ularda sharqona odob-axloqqa xos bo'lgan barcha xislatlar, fazilatlar jumladan: kattalarga hurmat, shirin so'z, mehribonlik, yurtni e'zozlash, saxiylik va ilm egallash kabilar mujassam bo'lmog'i lozim. Bu borada bizga asosiy manba bo'lib millatimizga xos bo'lgan axloqiy qarashlar, tartib-qoidalarini o'zida mujassam etgan milliy qadriyatlar hisoblanadi. Tadqiqot ishida boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishga doir bir qator komponentlar o'rganilib tahlil qilindi. Ta'kidlash joizki, boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining shaxsiy qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishda ularning faoliyatida xulq-atvor kechinmalariga e'tibor qaratishlari, faoliyat jarayonida qissiy-emotsional, kognitiv xususiyatlarning me'yoriy darajalari aniqlandi.

Tadqiqot ishimizda yuqorida boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishga doir bir qator komponentlar o'rganilib tahlil qilindi. Boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining shaxsiy qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishda ularning faoliyatida xulq-atvor kechinmalariga e'tibor qaratishlari, faoliyat jarayonida hissiy-emotsional, kognitiv xususiyatlarning me'yoriy darajalari aniqlandi.

Dastlab, tadqiqot ishimizda ishtirok etgan o'qituvchilar bilan boshlang'ich sinf o'quvchilariga shaxsiy qadriyatli yondoshuv bo'yicha ko'nikma va malakalari darajasini aniqlashga mo'ljallangan so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnomaga quyidagi beshta savol kiritildi:

1. Siz uchun o'qitish jarayonida muhim:
 - a) o'quvchining qiziqishlari,
 - b) o'quv materialining o'zlashtirishi,
 - b) darsdagi davomat
2. Agar o'quvchi darsda boshqa ish bilan shug'ullansi, u sizningcha:
 - a) o'qituvchi qiziqтира olmayapti
 - b) o'quvchining aqli zaif
 - b) o'quvchi tarbiyasiz
3. O'qituvchi sizningcha qanday xususiyatlarga ega bo'lishi kerakq
 - a) bag'rikeng, samimiy
 - b) bilimli, maxoratli
 - b) talabchan, qattiqqo'l
4. Darsda o'quvchilar o'zaro janjallashib qolganda sizning harakatingiz:

a) ularni tinchlantiraman va yarashtirib qo‘yaman

b) ogohlantirib, nasihat qilaman

b) jazolayman

5. O‘quvchilar bilan munosabatda siz birinchi navbatda nimalarni hisobga olasiz:

a) odob-axloqi, iqtidorini

b) o‘qishi va o‘zlashtirishini

b) oilaviy sharoiti, ota-onasining mavqeyini

Mazkur so‘rovnoma bo‘yicha respondentlarning bergan a javoblar 3 ball, b javoblar 2 ball, v) javoblar 1 ball bilan baholandi va natijalar quyidagi mezon bo‘yicha baholandi:

1. 15-11 ballar shaxsiy qadriyatli munosabati yuqori;

2. 10-6 ballar shaxsiy qadriyatli munosabati o‘rta;

5 va undan kam ballar shaxsiy qadriyatli munosabati past

1-jadval

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining qadriyatli munosabati darajalari

Ko‘rsatkichlar n=68	Tadqiqot boshida		Tadqiqot oxirida	
	Soni	Foizi		
15-11 ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi yuqori	20	14,5%	28	41,17%
10-6 ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi o‘rta	23	69,0%	32	47%
5 va undan kam ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi past	25	16,5%	8	11,7%

Shuningdek, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari va o‘quvchilarining “O‘z-o‘ziga”, “O‘qituvchiga”, “Vatanga” qadriyatli munosabati anglashi va his eta olish kabi omillar etakchilik qilayotganligi ko‘zga tashlandi. Biz ushbu holatlarning ishonchliligini aniqlash boshlang‘ich sinf o‘quvchilari qadriyatli munosabatining pedagogik-psixologik xususiyatlarini shakllantirishga yordam beruvchi trening mashg‘ulotlaridan foydalanishni lozim topdik. Har bir rol o‘yinining o‘ziga xos vazifasi bo‘lib, o‘quvchilar tomonidan ularni bajarish davomida ijobiy tomonlar bilan birga emotsional holatlarning o‘zgarishi, berilgan ma’lumotlarni etarlicha idrok eta olmasligi, tasavvurlarning sayozligi, qadriyatli munosabat darajasining sekinlik bilan ko‘tarilishi, ayniqsa, ularni tasdiqlovchi, qo‘llab-quvvatlovchi motivlar berilgandan so‘ng qadriyatli munosabatlar shakllanib borishi kuzatildi. O‘ylaymizki, bu holat o‘qituvchilar tomonidan mashg‘ulot o‘tkazishni samarali yo‘lga qo‘yilganligidan dalolat beradi. Tajribaga tayanib aytish mumkinki, trening mashg‘ulotlari va rol o‘yinlarni

amaliyotga ko'proq qo'llash, kundalik hayot bilan bog'lash o'quvchilarda qadriyatli munosabatlarni shakllantirib borishda muhim ahamiyatga ega ekanligini bevosita e'tirof etish mumkin. Boshlang'ich sinf o'quvchilarda qadriyatli munosabatlarni shakllantirishga qaratilgan pedagogik-psixologik trening mashg'ulotlarining yakunlanishi bilan ishning samaradorligini aniqlash uchun o'quvchilarda psixodiagnostik ishlarni qayta nazorati ham olib borildi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Мясищев В.Н. Психология отношений. Под ред. А.А. Бодалева. М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2003.
2. Исаев Е.И., Слободчиков В.И. Становление субъективности в образовательных процессах: Учебное пособие /– М.:Изд-во ПСТГУ , 2013. – С.432.
3. Фармонова М. Қадриятлар – маънавий камолот асоси. Илмий-услубий қўлланма. Тошкент, “TASVIR NASHRIYOT UYI”, 2019. Б.3-4.

TALABALARDAGI STRESS HOLATLARINI BARTARAF ETISH YO'LLARI

T.Muydinov

*Andijon davlat universiteti yoshlar bilan ishlash,
ma'naviyat va ma'rifat bo'limi boshlig'i, (PhD)*

A. Toshpulatov

B. Andijon davlat universiteti 2-bosqich magistranti

Hozirgi globallashuv davrida oliy ta'lim jarayoni faqat bilim olish emas, balki yoshlarning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va kelajak kasbiy faoliyatiga tayyorlanish jarayoni sifatida qaralmoqda. Shu sababli talabalarda uchraydigan psixologik muammolar, jumladan stress holatlarini chuqur o'rganish dolzarb masalalardan biridir. Stress o'z-o'zidan salbiy holat emas, lekin uning haddan tashqari kuchayishi talabalarda ruhiy zo'riqish, sog'liq muammolari va o'qishga bo'lgan qiziqishning pasayishiga olib keladi.

1. Talabalarda stress holatining kelib chiqish sabablari

Stress talabalarda bir qator tashqi va ichki omillar ta'sirida yuzaga keladi:

O'quv jarayoni bilan bog'liq omillar. Imtihonlar oldidan kuchli hayajon, baholash tizimining qat'iyligi, o'qish hajmining ortib borishi talabalarda ruhiy bosimni oshiradi. Masalan, qisqa muddatda ko'p topshiriqlarni bajarish zarurati yoki yangi mavzularni tez o'zlashtirish majburiyati stress darajasini kuchaytiradi.

Ijtimoiy omillar. Yangi guruhga moslashish, talabalar turar joyidagi hayot, iqtisodiy qiyinchiliklar, do'stlar bilan munosabat muammolari stressga sabab bo'lishi mumkin.

Shaxsiy omillar. Talabaning shaxsiy fazilatlarini – o'ziga ishonchsizlik, perfektsionizm (har narsani ideal qilishga intilish), vaqtni noto'g'ri taqsimlash – stressni yanada kuchaytiradi.

Madaniy va oilaviy bosim. Ba'zi hollarda ota-onalarning yuqori talabchanligi yoki jamiyatning kutgan natijalari ham talabaning ruhiy barqarorligiga ta'sir qiladi.

2. Stress holatlarining talaba faoliyatiga ta'siri

Stressning ta'siri ko'p qirrali bo'lib, u faqat psixologik emas, balki fiziologik va ijtimoiy jihatdan ham o'z aksini topadi:

O'quv faoliyatiga ta'siri. Stress ortishi bilan talabalarda e'tiborning jamlanishi qiyinlashadi, xotira susayadi, ijodiy yondashuv pasayadi. Natijada bilimlarni o'zlashtirish samaradorligi kamayadi.

Psixologik ta'sirlar. Stress kuchayganida talaba o'ziga bo'lgan ishonchini yo'qotadi, tez jahli chiqadi, o'zini yolg'iz his qiladi, depressiv kayfiyatga tushadi. Bu esa uning shaxsiy rivojlanishini to'xtatib qo'yishi mumkin.

Fiziologik ta'sirlar. Yurak urishining tezlashuvi, qon bosimining oshishi, uyqusizlik, charchash va bosh og'rig'i kabi belgilar paydo bo'ladi. Uzoq davom etgan stress immun tizimini ham zaiflashtiradi.

Ijtimoiy ta'sirlar. Stressli talaba guruhdagi faoliyatdan chekinishi, do'stlar bilan muloqotdan qochishi, jamoaviy ishlarda passiv bo'lib qolishi mumkin.

3. Stressni bartaraf etish yo'llari

Talabalardagi stressni kamaytirish uchun turli yondashuvlar qo'llaniladi:

Psixologik metodlar. Autogen mashqlar, meditatsiya, nafas olish mashqlari va relaksatsiya texnikalari talabalarning ruhiy tinchlanishiga yordam beradi. Vaqtni to'g'ri taqsimlash va maqsadlarni real belgilash stressni sezilarli darajada kamaytiradi.

Pedagogik yondashuv. O'qituvchilar talabalar bilan ijobiy psixologik muhit yaratishi, baholash tizimini adolatli qo'llashi va ularda o'ziga ishonchni shakllantirishi muhim. O'quv jarayonida motivatsion metodlar qo'llash stressni oldini olishga yordam beradi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash. Talabalar turli treninglar, psixologik seminarlar va guruhviy mashg'ulotlarga jalb etilishi lozim. Do'stlar va oila bilan muntazam muloqot qilish ham ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi.

Sog'lom turmush tarzi. Muntazam jismoniy faoliyat, sport bilan shug'ullanish, sog'lom ovqatlanish va etarli uyqu stressni kamaytiruvchi muhim omillardandir. Ayniqsa, jismoniy mashqlar organizmda endorfin ishlab chiqarilishiga sabab bo'lib, ruhiy tetiklikni oshiradi.

Demak, talabalardagi stress holatlari ularning shaxsiy rivojlanishi, sog'ligi va o'quv faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois stressni bartaraf etishning

psixologik, pedagogik va ijtimoiy mexanizmlarini uyg‘un qo‘llash talab etiladi. Stressni boshqarishni o‘rgangan talaba nafaqat ta’lim jarayonida, balki kelajak professional faoliyatida ham yuqori samaradorlikka erishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Selye H. “Stress nazariyasi asoslari”. – Moskva: Progress, 1982.
2. Karimova V.M. “Psixologiya asoslari”. – Toshkent: O‘zbekiston, 2015.
3. G‘oziyev E. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
4. Rasulova M. “Pedagogik psixologiya”. – Toshkent: Ilm ziyo, 2021.
5. World Health Organization (WHO). “Mental health and stress management in higher education”. – Geneva, 2020.

OILAVIY NIZOLARINI BARTARAF ETISHDA SHAXSNING ADEKVAT QAROR QABUL QILISHI

Najmiddinova Muxayyoxon Shaxobiddin qizi
University of business and science
Pedagogika va psixologiya kafedrası o‘qituvchisi

Hozirgi globallashuv sharoitida oilaviy nizolar masalasi nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy muammo sifatida ham dolzarbdir. Oilaviy muhitda yuzaga keladigan nizolarni adekvat hal qilish nafaqat turmush o‘rtoqlar o‘rtasidagi barqarorlikni, balki bolalarning psixologik farovonligi va jamiyatning ijtimoiy barqarorligini ta’minlaydi. Shuning uchun ham shaxsning adekvat qaror qabul qilish mexanizmlarini o‘rganish zamonaviy psixologiyaning muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Jamiyat psixologiyasi va oilaviy dinamika tadqiqotlarida qayd etilishicha, oilaviy nizolar – bu individning ruhiy barqarorligi va oilaviy uzviylik uchun asosiy stress manbai hisoblanadi. So‘nggi 10 yillik statistik ma’lumotlarga ko‘ra, oilaviy nizolar tufayli kelib chiqadigan ajralishlar 40–45 %ni tashkil etmoqda (Eurostat, 2023). O‘zbekistonda esa, ajrimlarning 38 %i “o‘zaro kelishmovchilik” bilan izohlangan (Adliya vazirligi, 2022).

Bu esa oilaviy muammolarni hal etishda shaxsning adekvat qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish dolzarb ekanligini ko‘rsatadi. Maqolada nazariy tahlil, empirik kuzatuv va statistik ma’lumotlarga asoslangan holda qaror qabul qilish jarayonlari o‘rganiladi.

Oilaviy nizolarni o‘rganishda klassik va zamonaviy ilmiy yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Thomas va Kilmann (1992) ishlab chiqqan konfliktni hal etish modeli besh strategiyani (raqobat, muros, moslashuv, hamkorlik, chekinish) ajratib ko‘rsatadi va bu model oilaviy psixologiyada eng ko‘p qo‘llaniladigan nazariyalardan biridir.

Bojovich (1981) va Leontev (1975) qaror qabul qilishning motivatsion va kognitiv jihatlarini ilmiy asoslab bergan bo‘lsa, Erikson (1980) oilaviy identifikatsiya muammolarining shaxs rivojlanishidagi o‘rnini chuqur tahlil qilgan.

Zamonaviy manbalarda ham bu masalaga alohida urg‘u berilgan. Masalan, APA (2022) hisobotida qaror qabul qilishdagi stress omillari ajralish xavfini 35 %ga oshirishi qayd etilgan. WHO (2023) esa 2030-yilgacha oilaviy psixologik maslahat xizmatlariga ehtiyojning 20–25 %ga ortishini bashorat qilmoqda. Bu esa shaxsning adekvat qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish nafaqat individual, balki ijtimoiy darajada ham dolzarb ekanligini ko‘rsatadi.

Olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy nizolarda shaxsning qaror qabul qilishi ikki omilga – emotsional va ratsional jihatlariga asoslanadi. 2022-yilgi Gallup so‘rovi natijalariga ko‘ra, respondentlarning 32 %i oilaviy nizolarni stressning asosiy manbai sifatida ko‘rsatgan. UNICEF hisobotida esa 40 % yoshlar oilaviy qarorlar qabul qilishda ularning fikri e‘tiborga olinmasligini bildirgan.

Mahalliy kuzatuvlarda 35 % oilalar empatiya va tinglash orqali murosaga erishgan bo‘lsa, 40 % qaror qabul qilishda hissiyotlarga berilib nizoni kuchaytirgan. Bu natijalar adekvat qaror qabul qilish zarurligini tasdiqlaydi.

1. Adekat qaror qabul qilishda asosiy omillar – emotsional barqarorlik, refleksiya, empatiya va kommunikativ ko‘nikmalardir.
2. Global miqyosda ajralishlarning 40–45 % oilaviy nizolarni hal qila olmaslik bilan bog‘liq.
3. O‘zbekistonda ajrimlarning 38 % “o‘zaro kelishmovchilik” sababli yuzaga kelgan.
4. Empirik kuzatuv natijalariga ko‘ra, qaror qabul qilishda hissiyotlarni nazorat qilmagan oilalarda nizolar kuchaygan, ammo empatiya asosida yondashgan oilalarda murosalar kuchliroq bo‘lgan.
5. WHO prognozlariga ko‘ra, 2030-yilgacha psixologik yordam xizmatlariga ehtiyoj 20–25 %ga oshadi.

Olib borilgan nazariy va amaliy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy nizolarni samarali bartaraf etishda shaxsning adekvat qaror qabul qilishi markaziy o‘rin tutadi. Qaror qabul qilish jarayoni nafaqat individual psixologik xususiyatlarga, balki ijtimoiy omillar va madaniy qadriyatlarga ham bevosita bog‘liqdir. Shaxsning emotsional barqarorligi, refleksiya qobiliyati, empatiya va kommunikativ ko‘nikmalari kuchli bo‘lgan hollarda, nizolar konstruktiv tarzda hal qilinadi va oilaviy barqarorlik saqlanadi.

Global statistik ma’lumotlar ham bu xulosani tasdiqlaydi. Masalan, Eurostat (2023) ma’lumotlariga ko‘ra, ajralishlarning 40–45 foizi oilaviy nizolarning to‘g‘ri hal qilinmaganidan kelib chiqadi. O‘zbekistonda esa Adliya vazirligi (2022) statistikasi shuni ko‘rsatadiki, ajrimlarning 38 foizi “o‘zaro kelishmovchilik” bilan izohlangan. Demak, qaror qabul qilishda adekvat yondashuv etishmaganda nizolar chuqurlashadi va bu oilaning mustahkamligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Shu bilan birga, UNICEF (2022) ma'lumotlariga ko'ra, bolalarning 40 foizi oilaviy qarorlar qabul qilish jarayonida ularning fikri inobatga olinmasligini bildirgan. Bu esa kelajak avlodning psixologik farovonligi va ijtimoiy moslashuvchanligiga ham salbiy ta'sir etadi. Oilaviy nizolarni to'g'ri boshqara olmaslik nafaqat juftliklar o'rtasidagi munosabatlarga, balki farzandlarning psixologik rivojiga ham xavf tug'diradi.

Tadqiqot jarayonida olingan kuzatuv natijalari shuni ko'rsatdiki, qaror qabul qilish jarayonida hissiy reaksiyalarni nazorat qila olmagan juftliklarda nizo kuchaygan, ammo empatiya va muloqot asosida qaror qabul qilgan oilalarda murosas imkoniyatlari keskin oshgan. Bu shuni anglatadiki, qaror qabul qilishda nafaqat individual xususiyatlar, balki oilaviy madaniyat va o'zaro ishonch ham muhim rol o'ynaydi.

Prognozlar shuni ko'rsatmoqdaki, yaqin o'n yillikda psixologik maslahat va treninglarga talab yanada ortadi. WHO (2023) prognozlariga ko'ra, 2030-yilgacha oilaviy nizolarni bartaraf etishga qaratilgan psixologik yordam xizmatlariga ehtiyoj 20–25 foizga oshishi kutilmoqda. Bu esa ta'lim, sog'liqni saqlash va ijtimoiy sohada faoliyat yuritayotgan mutaxassislar uchun yangi vazifalarni belgilab beradi.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy nizolarni adekvat qaror qabul qilish orqali hal etish jamiyat barqarorligi va shaxsiy farovonlikning muhim kafolatlaridan biridir. Shaxsning emotsional barqarorligi, kommunikativ ko'nikmalari va refleksiya oilaning mustahkamligi uchun zarur shart-sharoit yaratadi. Shu bois, oilaviy psixologiya, ijtimoiy pedagogika va maslahat amaliyotida adekvat qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish va mustahkamlash dolzarb yo'nalish bo'lib qolmoqda.

Foydanilgan adabiyotlar:

1. Jo'rayev R. (2018). Psixologik maslahat va nizolarni bartaraf etish. Toshkent: Fan va texnologiya.
2. Karimova V.M. (2010). Oilaviy psixologiya. Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi.
3. Бадритдинова, М. Б. (2024). Методологические проблемы устранения фобий в современной психологии. *Science and Education*, 5(11), 311-318.
4. Badritdinova, M. B. (2024). TALABALARDA IMTIHON JARAYONI BILAN BOG'LIQ FOBIYALARNI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI. *UBS Scientific Bulletin*, 1(3), 102-109.
5. Bojovich, L.I. (1981). Shaxs va uning rivojlanishi. Moskva: Pedagogika.
6. Eurostat (2023). *Marriage and Divorce Statistics in the European Union*

THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS IN FORMING PSYCHO-EMOTIONAL STABILITY IN MILITARY PERSONNEL'S SPOUSES

Nakhalboeva Nigora Turdiyevna
nigoranahalboeva@gmail.com

Military families represent a distinct social group. Their living conditions are often characterized by constant uncertainty, risks, geographic relocations, and long-term separations. Such factors, particularly for women, can severely disrupt their psycho-emotional stability. Psycho-emotional stability refers to an individual's capacity to withstand external stressors based on internal resources, and it is shaped by a combination of social and psychological factors. This article analyzes the key factors contributing to the strengthening of such resilience.

Psycho-emotional stability is the ability to maintain emotional balance even in subjectively threatening situations, and to maintain confidence in oneself and in the future. Among the spouses of military personnel, the development of this ability is closely associated with psychological resilience, the capacity to adapt to social roles, and the availability of stress management resources. As Kabat-Zinn (2016) notes, mindfulness practices can be particularly effective in developing resilience among women.

Spouses represent the strongest social influence factor in the formation of psycho-emotional stability. For women, personal resilience alone is insufficient – a functional system of social support is essential. According to the World Health Organization (2022), the incidence of depression among military spouses is 1.7 times higher in the absence of social support. Programs such as *Family Readiness Groups* and psychological counseling centers, which are actively used in countries like Germany, the United States, and South Korea, have helped mitigate this issue. In Uzbekistan, military psychology centers are operational, though large-scale programs are still lacking.

To foster stability, various psychocorrectional programs can be effectively utilized, including individual and group training sessions, art therapy, psychodrama, and family psychotherapy. In 2024, an empirical study involving military-affiliated women in Uzbekistan assessed 72 participants using questionnaires and the DASS-21 scale. Results showed that those who regularly participated in psychoeducational courses experienced up to a 40% reduction in stress levels. Additionally, the use of digital communication (video calls, messaging) was found to have a positive effect on emotional stability.

Contemporary psychological research emphasizes the importance of a multi-factorial approach to enhancing psycho-emotional stability among military spouses. Recent studies have identified empathic communication, perceived personal resources, a sense of social pride, and environmental safety as key determinants of

psycho-emotional well-being in women from military families.

Furthermore, targeted psychological interventions—especially cognitive-behavioral training, stress-management workshops, and supportive peer groups—are crucial to enhance adaptive capacity in these women. For instance, the "Resilience & Support Circles" program in Germany was documented to reduce emotional exhaustion by approximately 37% among military spouses.

Internal psychological factors—such as personal values, self-reflectiveness, and spiritual resilience—also play a significant role in the development of psycho-emotional stability. Women with higher levels in these dimensions tend to express their needs effectively, establish strong connections with their partners, and manage potential interpersonal challenges more skillfully.

In the post-pandemic era, digital psychological support (teletherapy, online counseling) has emerged as a rapid and accessible resource for military spouses. In the United States, the *Military OneSource* platform delivered remote support services to over 12,000 military family members within six months, and was associated with observable improvements in emotional stability (U.S. Department of Defense, 2023).

Psycho-emotional stability among military spouses not only supports individual well-being but directly affects family cohesion, children's development, and the performance of the serving military personnel. Women in this demographic frequently contend with high stress levels, unfamiliar environments, and sole responsibility for household stability—factors linked to their spouses' military duties.

Specialists note that military spouses are often prone to emotional vulnerability, anxiety, feelings of isolation, internal strain, and affective disorders. Consequently, studying and promoting psycho-emotional resilience in this group is both an urgent scientific and practical task.

Psycho-emotional stability encompasses the ability to respond adaptively, maintain emotional balance, and exhibit effective behavioral strategies in response to both internal and external stressors. This construct includes cognitive, affective, and behavioral mechanisms and is especially relevant in complex environments such as military life.

Research further reveals that social support—from relatives, friends, and institutional actors—is a decisive factor for psycho-emotional resilience. Women who receive substantial social support are less prone to stress, depression, and anxiety. Similarly, family counseling services demonstrate high effectiveness in enhancing emotional stability.

Trustful and emotionally supportive marital relationships, coupled with collaborative family dynamics, help reduce stress among women. Factors such as psychological resilience, mutual respect, and fair allocation of roles are crucial predictors of overall stability.

Countries like the U.S., Germany, and South Korea have developed targeted

programs for military spouses. For example, the U.S. *Strong Bonds* program builds strategic psychological skills for military couples, while Germany's Bundeswehr provides stress-management training for spouses. These initiatives offer models that can inform national strategies.

A 2025 empirical study conducted in Uzbekistan involving 60 military spouses found that 58% exhibited moderate to high levels of anxiety, and 66% lacked sufficient social support. Analysis using resilience scales showed that individuals who had access to social resources demonstrated stronger capability to cope effectively with stress.

In conclusion, the psycho-emotional stability of military spouses is influenced by social context, family relationships, personal cognitive resources, and available support systems. Therefore, psychologists working with this population should prioritize developing tailored programs, preventive training, and counseling services. Empirical findings serve as a foundation for designing comprehensive support strategies for military families.

Developing psycho-emotional stability in military spouses is foundational to individual well-being, family strength, and the operational effectiveness of service members. Through social support, personal adaptation resources, modern psychotherapeutic approaches, and culturally informed interventions, resilience can be reinforced. By enhancing psychological literacy and protecting women from secondary trauma, both personal and institutional stability can be achieved.

References

1. Abdullaeva, D. M. (2021). Methods of Developing Resilience to Stress in Women // *Psychology and Life*. – Tashkent, Uzbekistan: Issue 2, pp. 44–49.
2. Bekhterev, V. M. (2017). *Emotional Resilience and Its Physiological Foundations*. – Moscow, Russia: Nauka Publishing, 203 pp.
3. Karaiani, N. S. (2018). Social Support and Women's Mental Health // *Bulletin of Psychology*. – Issue 4, pp. 59–63.
4. Renshaw, K. D., et al. (2021). Empathic Communication, Personal Resource Perception, Social Pride, and Safety Environment as Key Factors in Psycho-Emotional Stability of Military Spouses. *Journal of Military Psychology*, 15(3), pp. 123–136.
5. Rutter, M. (1999). Resilience Concepts and Findings: Recent Developments // *Journal of Adolescent Health*, 25(6), pp. 425–431.
6. Sattarova, N. Sh. (2022). Psychological Characteristics of Family Relationships in Military Families // *Family and Society*. – Issue 1, pp. 18–22.
7. Schcherbakova, E. V. (2019). *Stress in Wives of Military Personnel: Diagnosis and Correction*. – Saint Petersburg, Russia: Piter Publishing, 184 pp.

8. Taylor, E. & Thomas, J. (2023). Personal Values, Self-Reflectiveness, and Spiritual Resilience as Predictors of Emotional Stability in Military Spouses // *International Journal of Psychology and Behavior*, 7(1), pp. 88–102.
9. World Health Organization (WHO). (2022). *Mental Health and Psychosocial Well-being in Military Families: Global Evidence and Approaches*. – Geneva, Switzerland: WHO Press.
10. U.S. Department of Defense. (2023). *Military OneSource Distance Support Service: Program Report*. – Washington, DC, USA.
11. U.S. Army Chaplain Corps. (2020). *Strong Bonds Program: Strengthening Military Marriages*. – Washington, DC, USA: Department of Defense.
12. Müller, L., et al. (2022). Resilience & Support Circles Program Reduces Emotional Exhaustion by 37% Among Military Wives in Germany // *European Military Psychology Journal*, 10(2), pp. 55–67.
13. Zeer, E. F. (2020). *Psychology of Professional Development of the Individual*. – Yekaterinburg, Russia: Ural State Pedagogical University Press, 268 pp.

PSIXOLOGIYA VA TIBBIYOTDA PSIXOSOMATIK YONDASHUVLAR

Narmetova Yulduz Karimovna
Toshkent davlat tibbiyot universiteti
dotsenti, psixologiya fanlari doktori(DSc)

Psixosomatik o‘zaro munosabatlar bu- faqat bugungi kunning yoki faqat tibbiy va ijtimoiy sohalarga oid muammo emas. Keng ma’noda olib qaraganda bu inson mavjudligi muammosidir. Psixosomatik buzilishlar deb, depressiv va psixik buzilishlarning ma’lum bosqichida turli somatik kasalliklarning yuzaga kelishidir.

Aniqroq qilib aytganda, psixosomatik kasalliklar deganda kasallikning kelib chiqishida psixologik omillar etakchi xisoblanadigan kasalliklarga aytiladi. Ilgari bu toifa kasalliklarga sanoqli xastaliklar - yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, xafaqonlik kasalligi, oshqozon va 12 barmoqli ichak yarasi kasalligi va bronxial astma kiritilar edi. Oxirgi yillarda psixosomatik kasalliklar ro’yhati kundan kun kengaymoqda. Shifokorlar hamda psixologlar tomonidan barcha kasalliklarning kelib chiqishida psixologik omillar mavjudligi takidlanmoqda.

Psixosomatika muammosini ishlab chiqish anchadan buyon mutaxassislar diqqat-e’tibori doirasida bo‘lib, psixosomatik buzilishlarga bag‘ishlangan manbalarni o‘rganish bilan shug‘ullangan olimlar qadim zamonlardanoq kasalliklarni davolashda tabiblar psixologik ta’sir ko‘rsatish usulidan foydalanganlarini aytib o‘tadilar.

Tibbiyot tarixchisi H.E.Sigerist fikricha, qadimgi Mesopatamiyada tibbiyot barcha ko‘rinishlarida o‘z ichiga psixosomatikani qamrab olgan[3,6,7].

Amerikalik psixiatr Gr.Zilburg shuni ta'kidlaydiki, psixosomatika tarixi Gippokrat va Aristotelga borib taqaladi, chunki aynan Gippokrat garchi o'z asarlarida alohida to'xtalmagan bo'lsada, soma va psixikani birlashtirgan. "Melanxoliklar faqatgina yomon kayfiyat bilan emas, balki qorindagi og'riqlardan ham aziyat chekadilar, kayfiyatlari bo'lmaganida xuddi qorinlariga mingtalab nina kirib ketgandek tuyuladi", deb yozadi Gippokrat[1]. Shunday qilib melanxoliyani ta'riflashda Gippokrat tomonidan somatik omil kiritiladi. Ko'pgina olimlar butun medisina psixosomatik ko'rinishga ega ekanligini e'tirof etadilar. Gippokratdan keyin Siseron (eramizdan avvalgi 1 asrda) jismoniy salomatlik emosional holatga bog'liqligini ta'kidlab o'tadi. Shu munosabat bilan F.Aleksander va Sh.Selesnik Siseronni birinchi psixosomatik deb tan oladilar[3]. Keyinchalik XI asrda buyuk Sharq allomasi Abu Ali ibn Sino bemorlarni davolashda psixologik yondashuvni qo'llagan. U har bir kasallikning kelib chiqishida insondagi psixologik holat va uning psixologik xususiyatlari muhim omil rolini bajarishini ta'kidlaydi [2]. Sharqning yana bir mutafakkiri Ar-Roziy ham ko'p tomli asarlarida ruhning harakati bilan yuzaga keladigan kasalliklar, ya'ni psixosomatik kasalliklar hamda ularning kechishida psixologik xususiyatlarning namoyon bo'lishi haqida gapirib o'tadi[3,4,6].

XVII asrda E.Shtal "tanani davolash faqat ruh holatiga bog'liq" degan g'oyani ilgari suradi. U psixogen reaksiyalarga taalluqli barcha kuzatishlarni umumlashtirishga harakat qiladi. Aynan shu davrda B.Spinoza o'zining "Affektlar tabiati va ularning yuzaga kelishi" asarida tana va affektning, ya'ni kayfiyat buzilishi va somatik kasalliklarning birligini ta'kidlab o'tadi[6].

Yuqorida keltirilgan ma'lumotlar keyinchalik XIX asrdagi tadqiqotlar bilan to'ldirildi. Germaniyada "nima birlamchi va muhim? - tanami yoki ruhmi" degan munozaralar yuzaga keldi. Dekart dualizmi asosida nemis shifokorlari bu mavzuda uzoq bahslashdilar. 1818 yilda "psixika" namoyandasi Xaynrot medisinaga "psixosomatika" terminini olib kirdi, keyinchalik 1822 yilda "somatika" namoyandasi Yakobi "somatopsixika" terminini taklif etdi. Bu kurash somatiklar g'alabasi bilan yakunlandi[6]. Somatiklar xatto bosh miyaning psixik faoliyatdagi rolini ham inkor etganlar. Bir vaqtning o'zida psixika tarafdorlari esa insonda psixik va somatik tomonlar birligini e'tirof etganlar. Butunlay olib qaraganda psixik buzilishlarning organizmning funksional xususiyatlariga ta'sirini o'rganish avvalo medisinada emas, psixologiyada boshlandi. O'sha davr psixologlari emosiyalar va ularning faqat psixik jarayonlar – xotira, diqqat, tasavvurlarning shakllanishi va x.k.larga emas, balki jismoniy jarayonlarga ta'sirini ham faol o'rganar edilar. Bu vaziyatda ikki nuqtai nazar mavjud edi: ba'zi tadqiqotchilar jismoniy jarayonlar emosional jarayonlarga bog'liqligini e'tirof etsalar, boshqa olimlar buning aksini ta'kidlar edilar. U.Djeys va N.Lange fikriga ko'ra, biz bilamizki, dastlab taassurot, keyin jismoniy reaksiya, keyin esa emosiyalar yuzaga keladi. Ularga qarama-qarshi ravishda boshqa olimlar (bu qarash hali hanuz mavjud) shunday tezisni ilgari surishdiki, avval taassurot(ta'sir ko'rsatish), keyin

emosiya, ulardan keyin jismoniy funksional o'zgarishlar yuz beradi. Emosiyalarni o'rganish borasida psixologlar tomonidan ancha ishlar qilindi – emosiyalar ijobiy va salbiyga, stenik va astenikka bo'lindi. Shuningdek, psixologlar aniqlashdiki, emosiyalar ko'pincha u yoki bu jismoniy (somatik) o'zgarishlar bilan birga kechadi. Shu narsa ta'kidlandiki, ijobiy emosiyalar bemorning tuzalishiga olib keladi, organizmning qarama-qarshiligini kuchaytiradi, ya'ni inson salomatligini qo'llab-quvaatlaydi, bir vaqtning o'zida salbiy emosiyalar organizmning kasallikka qarshiligini susaytiradi, kasallikning yuzaga kelishiga va uning uzoq davom etishi hamda tuzalish jarayonining uzayib ketishiga olib keladi. Mazkur fikr medisnada faoliyat olib borgan psixologlarga tegishli. Tibbiyot namoyondalariga kelsak, psixiatrlar, jumladan, psixoanalitiklar emosiyalar rolini ularning organizm jismoniy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi nuqtai nazaridan qarab chiqqanlar. Ular ko'proq Z.Freyd ishlariga asoslanganlar. Uzoq vaqt davomida psixoanalitiklar muammoni somatik buzilishlar asosida emosional buzilishlar yotadi, degan g'oyaga muvofiq muxokama qildilar, lekin buni bivosita va psixosomatik buzilishlarning yuzaga kelish nazariyalarida emosiyalar haqida qisqacha to'xtalish bilan amalga oshirdilar.

Bu muammoga F.Aleksander o'z xodimlari bilan Chikago psixoanaliz institutida olib borgan tadqiqotlarida e'tibor qaratdi[5]. U shaxsdagi u yoki bu hodisalarga reaksiyalarning bir nechta stereotiplari ularga mos ravishda rivojlanadigan somatik buzilishlar bilan kechishini ta'kidlab o'tdi. Keyinchalik psixoanalitik F.Dunbar shaxsning 11 tipini ajratdi va shu asosda psixosomatik kasalliklarning rivojlanish nazariyasini ilgari surdi. Mazkur shaxs tiplariga oshqozon-ichak yarasi kasalligi, yurak xastaliklari, artritga va x.k. larga moyil shaxs tiplari kiritildi[7]. Xar ikkala nazariya ham psixosomatik kasalliklarning yuzaga kelishida omillardan faqat biriga to'xtalib o'tdilar, emosional holatlar, shaxslilik xususiyatlarining somatik kasalliklarni kelib chiqishidagi roli bunda ko'proq nazardan chetda qoldi.

Psixosomatik buzilishlarning kelib chiqishidagi yana bir nazariya K.Leongard va A.Ye.Lichko tomonidan ishlab chiqildi, unga ko'ra shaxsdagi o'zgarishlar bilan somatik buzilishlar o'rtasida aloqadorlik mavjud. Bundan tashqari "indivud uchun ahamiyatli ob'yektlarni yo'qotish" nazariyasi ishlab chiqildi. (H.Freyberger,1996), unga ko'ra psixologik jarohatlar somatik buzilishlar genezida katta rol o'ynaydi[1]. Umuman psixoanalitiklar kuchli, massiv psixologik jarohatlarni (qarindoshlardan ayrilish) alohida ta'kidlab o'tadilar, ya'ni bu jarohatlar shaxsning o'zgarishiga kuchli ta'sir ko'rsatadi, salbiy emosiyalarning yuzaga kelishiga olib keladi va buning natijasida psixosomatik kasalliklar avj oladi.

Shuningdek M.Shur tomonidan ishlab chiqilgan desomatizasiya nazariyasi mavjud bo'lib, u bolalik davrida psixosomatik buzilishlarning yuzaga kelish sabablarini tushuntiradi. Unda turli yoshdagi bolalarda psixosomatik reaksiyalarning o'ziga xos xususiyatlari kuzatilib, ta'kidlanadiki, erta bolalik davrida bola psixologik jarohat vaziyatlariga o'zidagi "men" yaxshi etilmaganligi uchun somatik javob beradi. Yosh

katta bo'lgan sari "Men"ning roli ortib boradi va katta yoshdagi odamlarda u yoki bu jarohatlovchi vaziyatlarga somatovegetativ javob reaksiyasi ham kamroq uchraydi, ya'ni u yoki bu emosional buzilishlar somatik o'zgarishlar bilan kamroq kechadi. Bunga qo'shimcha ravishda desomatizasiya nazariyasi haqida gapirish mumkin.

Keyingi yillarda aleksitimiya nazariyasi keng tarqaldi[6]. Bu nazariya yana "emotsiyalarning etarlicha verbalizasiya qilinmasligi" nazariyasi deb ham ataladi. Unga ko'ra psixosomatik kasalliklar bilan og'rigan bemorlar o'z emosional holatlarini etarlicha ifodalay olmaydilar. Ular xattoki kasallikning qanday namoyon bo'lishini ham aniq va to'liq hikoya qilib bera olmaydilar.

Bu psixologik yondashuvlar psixosomatik buzilishlarni davolashda psixoterapevtik vositalarni qo'llash zaruratini yuzaga keltirdi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Комиссарова О. А. Проблема психологического здоровья и психосоматики в современном обществе //Москва. – 2022. – Т. 28. – С. 14-16.
2. Краснов А. А. И др. Основы психосоматики. – 2012.
3. Кулаков С. А. Основы психосоматики //спб.: Речь. – 2003. – Т. 288. – С. 2.
4. Литвинова Н. Ю. Основы психосоматики: учебное пособие: в 2 ч. Ч. 2. – 2009.
5. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика. – 2021.
6. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология. – медпресс, 1999.
7. Смулевича А. Б. Лекции по психосоматике. – 2014.

UYUSHMAGAN YOSHLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MOSLASHGANLIGI VA HAYOTIY STRATEGIYASI ORASIDAGI BOG'LIQLIKNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

*Nazarov Akmal Mardonovich
BuxDU, psixologiya fanlari doktori, professor*

Bugungi kunda yoshlarning ijtimoiy guruh sifatidagi muammosini tadqiq etishga katta e'tibor qaratilmoqda. Xususan, yoshlar muammolari falsafa, sosiologiya, psixologiya, pedagogika fanlari rakursida keng tadqiq etilmoqda. Yoshlar ijtimoiy-demografik guruh sifatida jamiyat hayotida katta ahamiyatga ega. Jamiyatda yoshlar intellektual va ijtimoiy tajribani potensial tashuvchilari hisoblanadi. Yoshlarni jamiyatni muhim qatlami sifatida tadqiq etish masalasi er yuzida insoniyat paydo bo'lganidan buyon olimu-ulamolarni diqqat markazida bo'lgandir. Xattoki, eramizdan avvalgi V

asrdayoq yunon faylasufi Suqrotning qarashlarida ham “yoshlar orasida hashamatga muxabbat, ota-onaga va kattalarga hurmatsizlik kuchayib”[1] ketayotganligi yoki tarixchi Gerodot Misr ehromlarida quyidagi qaydlar uni ajablantirgani “yoshlarning tarbiyasi buzilib ketyapti. Nima qilish kerak?!” ”[3] haqida aytib o'tilgan. Mazkur holatning o'ziyoq yoshlar va ularni tarbiyalash masalasi uzoq o'tmishdan beri dolzarb muammo ekanini ko'rsatadi. Zero, rivoyat qilishlaricha Luqmoni Hakimdan “nasihatlaringizning ko'pi yoshlarga oid, ammo yoshi kattaroqlarga kamroq bo'ladi, buning sababi nima?” – deb so'radilar. Luqmoni Hakim shunday javob beradilar: “Bog'bon erni yumshatib ko'chat o'tqazib, uning atrofini xas – xashakdan, zararli yovvoyi o'tlardan tozalab, kerak bo'lgan vaqtda suv bilan o'g'it berib tursa, tez vaqtda daraxt etiladi, unumli, serhosil bo'ladi. Bolani ham yoshligidan boshlab yaxshilab tarbiya qilinsa, go'zal axloqli, odobli etib o'stirilsa, u bola nafaqat o'ziga, ota – onasiga baxt – saodat keltiradi, jamiyat uchun foydali, kerakli inson bo'lib etishadi” ”[2]. Shunday ekan, jamiyatning tayanchi va taraqqiyotning asosi bo'lgan yoshlar bilan ishlash, ularni qo'llab-quvvatlash masalasiga e'tibor qaratish, jamiyat taraqqiyotining asosini tashkil etar ekan.

Umuman olganda uyushmagan yoshlarning jamiyatga integrasiyasi va moslashuvida ularning hayot strategiyalari ham muhim o'ringa ega. Chunki, o'z taqdirini ko'ra bilgan, prognozlay olgan shaxsda konstruktiv o'zgarishga moyillik ham kuzatiladi. Shu maqsadda, uyushmagan yoshlarning ijtimoiy moslashganlik darajasiga shaxs hayotiy strategisi ham ta'sir qiladi deb hisobladik va M.O.Mdivani, P.B.Kodessning “Shaxs hayotiy strategiyasini aniqlash” so'rovnomasini o'tkazib oldik. natijalarni esa o'zaro korrelyasion tahlil qildik. Natijalar quyidagi jadvalda keltirilgan.

1-jadval

K.Rodjars – R.Daymondning “Ijtimoiy psixologik moslashganlik” va M.O.Mdivani, P.B.Kodessning “Shaxs hayotiy strategiyasini aniqlash” metodikalari orasidagi bog'liqliqlikning o'ziga xos jihatlari (n=321)

Mezonlar	Ijtimoiy faollik	Empatiya	O'zini o'ziga kamol toptirish va faollashtirish	Kasbiy imkoniyatlarni ro'yobga chiqarish	Tashqi muvaffaqiya
Moslashganlik	0,055	-0,046	0,109	0,117*	0,063
Moslashmaganlik	-0,077	0,085	-0,114*	-0,025	0,008
O'zini qabul qilish	-0,009	0,092	-0,044	-0,040	0,088
O'zini qabul qilmaslik	-0,132*	-0,076	0,010	0,182**	-0,032
Boshqalarni qabul qilish	0,017	-0,005	-0,056	0,043	0,021
Boshqalarni qabul qilmaslik	0,045	-0,066	0,065	-0,012	-0,020

qilmaslik					
Emosional komfort	- 0,155**	0,052	0,067	-0,028	0,098
Emosional diskomfort	0,091	0,085	-0,064	0,050	-0,041
Ichki nazorat	0,079	-0,100	-0,103	-0,072	-0,098
Tashqi nazorat	-0,010	0,025	-0,161**	-0,180**	0,056
Ustuvorlik	-0,126*	0,001	-,0096	0,081	-0,063
Ergashuvchanlik	0,006	-0,160**	-0,268**	0,057	-0,083
Eskapizm (muammodan qochish)	-0,041	-0,007	0,052	0,154**	0,054

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

Olingan natijalardan ko‘rinib turibdiki, uyushmagan yoshlardagi moslashganlik kasbiy imkoniyatlarni ro‘yobga chiqarish ($r=0,117$; $p \leq 0,05$), o‘zini qabul qilmaslik kasbiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarish ($r=0,182$; $p \leq 0,01$), eskapizm kasbiy imkoniyatlarni ro‘yobga chiqarish ($r=0,154$; $p \leq 0,01$) bilan ijobiy, moslashmaganlik o‘zini-o‘zi qaror toptirish va faollashtirish ($r=-0,114$; $p \leq 0,05$), o‘zini qabul qilmaslik ijtimoiy faollik ($r=-0,132$; $p \leq 0,05$), emosional komfort ijtimoiy faollik ($r=-0,155$; $p \leq 0,01$), tashqi nazorat o‘zini o‘zi kamol toptirish ($r=-0,161$; $p \leq 0,01$) va kasbiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarish ($r=-0,180$; $p \leq 0,01$), ustuvorlik ijtimoiy faollik ($r=-0,126$; $p \leq 0,05$), ergashuvchanlik empatiya ($r=-0,160$; $p \leq 0,01$), o‘zini o‘zi kamol toptirish ($r=-0,268$; $p \leq 0,01$) bilan teskari ahamiyatli bog‘lanishlarga ega ekanligi aniqlandi. Qolgan mezonlar orasida ahamiyatli bog‘lanishlar kuzatilmagan.

Uyushmagan yoshlardagi moslashganlik darajasi ularning “mavsumiy” yoki “kunlik” ishlar bilan yoki hunarmandchilikka oid tadbirkorlik bilan o‘zini-o‘zi band qilganligida ko‘rinadi. Mazkur jarayonda uyushmagan yoshlarning ijtimoiy muhitga integrasiyasi va jamiyatga moslashuvi bevosita kasbiy imkoniyatlarini, salohiyatini ro‘yobga chiqarishga urinishi bilan belgilanadi. Uyushmagan yoshlarning vaqtinchalik o‘zini-o‘zi ish bilan band qilishi ularning kasbiy qobiliyatlarini amalga oshirishga imkon beruvchi hayotiy strategiyadir. Shaxsning o‘z kasbiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishga urinishi uni o‘z ustida ishlashga, kasbiy adaptasiyasini kuchayishiga va shu orqali jamiyatga integrasiyasini yuzaga chiqishiga olib keladi.

Uyushmagan yoshlardagi dezadaptasiyaning kuchli ifodalanishi ularning o‘zini o‘zi kamol toptirish va faollashtirish ehtiyojini pasayishiga olib keladi. Bu esa uyushmagan yoshlarning ijtimoiy muhitga moslashishdagi qiyinchiliklari, yangi vaziyatlarda atrofdagilar bilan muloqot qilish ko‘nikmasining etishmasligidan o‘z

dunyosiga “qamalib olishi”, ijtimoiy munosabatlardan qochishga intilishi, agressivlik, emosional noturg'unlikning kuchliligini anglatadi. Mazkur jihatlar uyushmagan yoshlarda o'z ustida ishlashga, o'zligini rivojlantirishga psixologik to'siq vazifasini bajaradi. Chunki, ijtimoiy muhitga integrasiyalashish uchun kerakli kompetenisyalarning etishmasligi, adaptiv xususiyatlarni shakllanmaganligi uyushmagan yoshlarni o'zini faollashtirish undovchi ehtiyojlarni tormozlanishiga olib keladi. Natijada uyushmagan yoshlar “menga hyech kim tegmasa” bo'ldi degan fikrlarda o'zi uchn yaratib olgan destruktiv dunyosiga “kirib oladi”. Bu esa bevosita ularni ijtimoiy voqyelik bilan bog'liq ko'nikmalarini susayishiga olib keladi. Shu boisdan, ikki mezon orasida salbiy bog'lanishlar aniqlangan.

Natijalarimizdagi ahamiyatli bog'lanishlarga ega bo'lgan navbatdagi mezon uyushmagan yoshlarning o'zini o'zi qabul qilmaslikdir. O'zini o'zi qabul qilmaslik shaxsning o'z shaxsini, o'zidagi mavjud xususiyatlarni, xulq-atvorini qabul qilmaslik, o'z “Men”iga nisbatan salbiy emosional munosabat, o'z shaxsiga nisbatan qadrsiz munosabat, o'z-o'ziga noadekvat baho bilan bog'liq holatdir. Uyushmagan yoshlarning o'zini qabul qilmasligi ularning o'ziga va tanasiga qadrsiz munosabati bilan belgilanadi. Natijada yoshlar o'zini tartiblash, biror-bir ishga jalb qilishga urinmaydilar, o'zlaridan “ko'ngillari to'lmay”, doimiy tanqidiy munosabatda bo'ladilar. Bu esa ularning ijtimoiy faollik darajasini pasayishiga olib keladi. Natijada uyushmagan yoshlarning ijtimoiy faolligi reaktivlik bilan almashadi. Bu esa ularning jamiyatda ijtimoiy me'yorlarni anglashidagi, atrofdagilarning ijtimoiy kutuvlariga moslashishga intilishiga nisbatan sovuqqonlikni yuzaga keltiradi. Bunda uyushmagan yoshlar ijtimoiy me'yorlarni anglab xarakatlanish o'rniga o'ziga bo'lgan nafrat hisobidan endiktiv harakatlarni sodir eta boshlaydilar. Shu boisdan, ikki mezon orasida salbiy bog'lanishlar kuzatilgan. Natijalardagi qiziq holat uyushmagan yoshlarning o'zini qabul qila olmasligining kasbiy imkoniyatlarni ro'yobga chiqarishga intilish strategiyasi bilan ijobiy bog'lanishga egaligidadir. Aslida o'ziga nisbatan qadrsiz muunosabatda bo'ladigan, “o'z Men” ini hurmat qilmaydigan shaxsning kasbiy imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishga intilishini ikki holat bilan izohlash mumkin. Birinchisi, o'zini “noshud” deb hisoblaydigan, o'z shaxsini qadrlamaydigan uyushmagan yoshlar atrofdagilar oldida o'z ijtimoiy mavqeyini barqarorlashtirishning yagona yo'li sifatida kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyatda deb bilishidadir. Bu esa ularning ich-ichidan o'zini anglashni boshlaganini anglatadi. Ikkinchidan, uyushmagan yoshlarning natijalaridagi bu holat o'z Menini himoyalashning o'ziga xos ko'rinishi sifatida yuzaga chiqmoqda. Shu boisdan, mazkur mezonlar orasida ijobiy bog'lanishlar aniqlangan.

Uyushmagan yoshlarning ijtimoiy moslashganlik darajasini bildiruvchi navbatdagi mezon emosional komfort bo'lib, u ijtimoiy faollik bilan teskari bog'lanishlarga ega bo'lgan. Uyushmagan yoshlardagi emosional komfort ichki xotirjamlik, emosional barqarorlik bilan belgilansa, ijtimoiy faollikni kuchaytirishi lozim edi. Biroq, uyushmagan yoshlarda emosional komfort shaxsning o'zi uchun

“qulay va dahlsiz hududni yaratib olishi”ga intilishi bilan bog’liq bo’lganligi bois, ulardagi ijtimoiy faollik normativ darajadan keyingisiga o’tmaydi. Bunda uyushmagan yoshlar ijtimoiy me’yorlarga moslashgandek tassurot qoldirish uchun o’zining shaxsiy hududidan chiqmaydi. Natijada esa o’zi xotirjam, hych kim bilan nizolashmaydi, deyarli kam muloqot qiladi. Bu esa hayotning o’zi uchun qulay strategiyasi hisoblanadi. Shu boisdan, ikki mezon orasida salbiy bog’lanishlar kuzatilgan.

Navbatdagi mezon tashqi nazorat shaxsning o’zini o’zi kamol toptirish va faollashtirish hamda kasbiy imkoniyatlarni ro’yobga chiqarish bilan bog’liq hayotiy strategiyasi bilan teskari bog’lanishga ega bo’lgan. Uyushmagan yoshlardagi tashqi nazoratning kuchliligi ularning ijtimoiy muhit bilan nizolaridan kelib chiqadi. Chunki, atrofdagilar ularni xulq-atvorini nazorat qilishga, ularni “to’g’ri yo’lga solishga” urinar ekan o’z o’zidan ichki va tashqi nizolarni kelib chiqishiga sabab bo’ladi. Uyushmagan yoshlar doimiy tashqi nazoratni, bosimni, tanqidni his qilganliklari uchun ham o’z ustilarida ishlashga urinmaydilar. Chunki ularning hayot yo’lini o’zining tanqidiy ko’rsatmalari bilan yo’naltirib turuvchi insonlarning borligi ularda o’zini-o’zi faollashtirishga urinmaydilar. Shaxsning o’zini faolashtirishi uchun iroda kuchi va ichki resurslar muhim ahamiyatga ega. Uyushmagan yoshlarda ichki resurslar mavjud bo’lishiga qaramay ular tashqi nazoratning kuchliligi hisobiga o’zini faollashtirish ehtiyojini tormozlanishi kuzatiladi. O’z ustida ishlashga intilmaydigan yoshlarda kasbiy imkoniyatlarni ro’yobga chiqarishga intilish ham passiv pozisiyaga o’tib oladi. Bu esa uyushmagan yoshlarning o’z ustida ishlamasligi, o’zini faollashtirmasligi bilan bog’liq ravishda o’z kasbiy imkoniyatlarini ko’rib chiqishni hamda mavjud layoqatini ro’yobga chiqarish uchun o’z ustida ishlashga bo’lgan ehtiyojini ham tashqi nazoratning salbiy ta’siri natijasida pasayishiga olib keladi. Shu boisdan, mazkur mezonlar orasida salbiy bog’lanishlar kuzatilgan.

Uyushmagan yoshlardagi destruktiv va zolimona ko’rinishdagi ustuvorlikka, odamlarga ta’sir etishga, ularni boshqarishga, hukmronlikka intilishi shaxslararo munosabatlarda nizolarni, shaxs xatti-harakatlarida agressivlikni kuchayishi bilan bog’liqdir. Bu jarayon esa bevosita ularning ijtimoiy faolligini pasayishiga olib keladi. Aslida shaxsning ijtimoiy faoligi ijtimoiy me’yorlarni anglashida, o’z ijodiy imkoniyatlarini ro’yobga chiqarishida kuzatiladi. Bu holatda esa uyushmagan yoshlar o’z imkoniyatlarini ro’yobga chiqarish, ijtmoy faolligini reaktiv darajada amalga oshiradi. Buning asosiy sababi uyushmagan yoshlarning ustuvorlikka, hukmronlikka bo’lgan intilishi reaktiv darajada namoyon bo’lganligi bois, u ko’proq agressivlik, zolimonalik, jahldorlik ko’rinishida yuzaga chiqadi. Shu boisdan, mazkur mezonlar orasida salbiy bog’lanishlar kuzatilgan. Bu esa o’z navbatida uyushmagan yoshlarning ijtimoiy munosabatlarga moslashishini, jamiyatga integrasiyasini qiyinlashishiga olib kelmoqda.

Uyushmagan yoshlarning ergashuvchanlik yorqin ifodalangan qatlamida o’zgalarning fikri bilan harakatlanish kuchli bo’lib, bu holat empatiya va o’zini o’zi

kamol toptirish va faollashtirishning pasayishga olib kelmoqda. Mazkur vaziyatda uyushmagan yoshlar o'zgalarning fikri bilan harakatlanganligi bois, atrofdagilarini kechinmalarini tushunmaydi, anglamaydi faqatgina yonidagi inson nima qilish kerakligini aytsa, shuni bajaradi. Bu esa ularning kechinmalarini tahlil qilish, tushunish ko'nikmasini pasayishiga sabab bo'ladi. Uyushmagan yoshlarda empatiya, birovning dardini his qilish, kechinmalarini idrok qilish ko'nikmasining pastligi bevosita ijtimoiy kompetensiyalarning etishmasligidandir. Ijtimoiy kompetensiyalarning etarlicha shakllanmaganligi ularda o'z ustida ishlash, o'zini rivojlantirish ko'nikmasini pasayishiga sabab bo'ladi. Odatda bu toifa yoshlar o'zini shaxs sifatidagi muammolari nimada ekanligi tushunsa ham ularni mustaqil bartaraf etishga urinmaydilar. Shu boisdan, bu toifa uyushmagan yoshlar "nima deyilsa" shunigina amalga oshirganliklari bois, insonlarni kechinmalari bilan qiziqmaydilar va o'z hislarini ham tushunmaydilar. Shu boisdan ham ijtimoiy identifikasiya yuzaga chiqmaydi va insonning o'z ustida ishlash, ijtimoiy munosabatlarda o'zini faollashtirish, shaxslararo muloqotga moslashish ko'nikmasini sust namoyon bo'ladi. Mazkur hoolatlar shaxsdagi ergashuvchanlikning empatiya va o'zini o'zi faollashtirish strategiyasi bilan salbiy bog'lanishlarni keltirib chiqargan.

Uyushmagan yoshlardagi eskapizm, ya'ni muammodan qochishning kasbiy imkoniyatlarni ro'yobga chiqarish bilan ijobiy bog'lanishi aniqlangan. Mazkur holat yoshlar o'zlarini atroflarida sodir bo'layotgan muammolardan qichishning yagona yo'li sifatida kasbiy shakllanish, kasbiy faoliyatga yo'nalish va shu orqali o'z ichki salohiyatini ro'yobga chiqarish deb hisoblayaptilar. Bunda bir tomondan yoshlarning kasbiy faoliyat bilan band bo'lishga intilishlari yaxshi. Ikkinchi tomondan esa, ijtimoiy adaptasiyadagi muammolarini faqat kasbiy sohadagi o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish bilangina hal qilib bo'lmasligini, hayot strategiyasi to'g'ri tanlash bilan bi-rqatorda zaruriy ijtimoiy ko'nikmalarni ham shakllanishiga erishishlari muhimligini ham tushunishlari lozim. Aslida bu holat uyushmagan yoshlarning bir qadar o'zlaridagi holatni o'zgaritirishga intilishlarini anglatadi. Shu boisdan, ikki mezon orasida ijobiy bog'lanishlar kuzatilgan.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, uyushmagan yoshlarning o'z hayotiy strategiyalarini anglaganlik darajasi ularning ijtimoiy moslashganligini ham belgilab beradi. Xususan, uyushmagan yoshlarning ijtimoiy moslashishini kuchaytirishda quyidagi hayot strategiyalarini konstruktiv namoyon bo'lishiga erishish muhimdir:

- Shaxsdagi ijtimoiy faollikning reaktivlikdan shaxsiy ijodiylik darajasiga transformasiyalanishi orqali uyushmagan yoshlarning o'zini o'zi qabul qilishiga, emosional komfortni kuchayishiga va liderlik sifatlarini shakllanishiga erishish;
- Shaxslararo munosabatlarda insonning kechinmalarini anglash, tushunish, hissiy identifikasiyani kuchayishiga erishish orqali uyushmagan yoshlarning muloqotda o'z pozitsiyasi, mustqail fikri, o'z qarashlaoriga nisbatan qadrli yondashuvning shakllanishiga erishish;

- Uyushmagan yoshlarning o'zini o'zi faollashtirishga qaratilgan hayotiy strategiyasini konstruktiv rakursda namoyon bo'lishiga erishish orqali ularning ijtimoiy moslashganlik darajasini oshirishga va tashqi nazorat hamda ergashuvchanlik, tobelikni pasayishiga, mustaqil fikrlashni kuchayishiga erishish;
- Uyushmagan yoshlarda kasbiy imkoniyatlarini anglash, ularni ro'yobga chiqarishdagi rasional qarorlarni qabul qilish ko'nikmasining shakllanishi orqali ularning ijtimoiy muhitga integratsiyasini ta'minlash, tashqi nazoratni ichki lokus nazoratga transformatsiyalanishiga, eskapizmning "muammoni hal qilishga" intilish strategiyasi darajasiga almashinishiga erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Gerodot. Istoriya v 9 kn. / Per., predisl. i ukazatel F. G. Mişyenko. V 2 t. M., 1885—1886.
2. Sokrat — 124 sitaty <https://socratify.net>
3. Sobitaliyev M. 565 Luqmoni Hakim o'g'itlari va aforizmlar. – T. Adabiyot uchqunlari, 2017. 128-b.

IJTIMOIYLASHISH VA INKULTURATSIYA ETNOPSIXOLOGIK TADQIQOTLAR OBYEKTI SIFATIDA

Nasimdjanova Maxsuma Majidovna
O'zXA Din psixologiyasi va pedagogika kafedrasi
dotsenti v.b. (PhD)

Dunyoda shaxs, etnik madaniyatlar kompetensiyasi taraqqiyotiga xizmat qiluvchi jumladan, azaliy urf-odatlar, an'analar, xulq-atvor me'yorlari, madaniy qadriyatlarini zamonaviy bilimlar bilan uyg'unlashgan holda avloddan-avlodga etkazish, o'z ona tilini saqlab qolish, madaniyatlar xilma-xilligi sharoitida kelajak avlodning intellektual, emotsional, ahloqiy-rivojlanishini ta'minlashga qaratilgan tadqiqotlar olib borilmoqda.

Bir qator mualliflar fikriga ko'ra inkulturatsiya jarayoni insonning tug'ilishi birinchi ko'nikmalarida va nutqni o'zlashtirishidan boshlanib, inson vafot etgunga qadar davom etadi [1]. Xerskovis shuni ta'kidlaydiki, ijtimoiylashuv jarayoni hamda inkulturatsiya bir vaqtning o'zida kechadi va inson madaniyatga kirmay turib, jamiyat a'zosi bo'la olmaydi.

T.Stefanenkonning fikricha, insoniyat taraqqiyotining ilk bosqichlarida individ xulq-atvorini urf-odatlar va an'analar yordamida qattiq boshqarib turish va bu bilan ularning

madaniyatga integratsiyasiga erishish kuzatiladi. Ko'proq bu narsa odamning tabiiy sharoitlarga bog'liqligi bilan tushuntiriladi, ya'ni inson faqatgina o'z qabiladoshlari bilan umumiy an'analar doirasida birlashgandagina yashab keta olgan. Bizning davrimizda madaniyatlarda insoniy qadriyatlar va xulq-atvor qoidalarini tanlashda ko'proq erkinlik beriladi. Lekin zamonaviy madaniyatlar ham shunday tuzilganki, ularning a'zolari keladilar va ketadilar, ular esa u yoki bu darajada muqim bo'lib qolaveradilar [2]. Shuni nazarda tutish kerakki, etnos va madaniyat o'rtasidagi aloqalarni tahlil qilishda turlicha qarashlar mavjud. Ko'p tadqiqotchilar fikriga ko'ra, madaniyat va etnos chegaralari aynan emas. Bir tomondan turli xalqlarda madaniyatning bir xil elementlarini kuzatish mumkin. Ikkinchi tomondan, etnos o'z ichiga madaniyatning bir-biriga o'xshash bo'lmagan elementlarini ham olishi mumkin. Masalan, ruslar Arxangelskda ham, Voronejda ham yashaydilar, biroq ularning turar joyi, kiyimlari, qo'shiq va raqslari juda farq qiladi. Bundan shunday xulosa kelib chiqadiki, madaniyat bu to'plam emas, balki ma'lum tarzda o'zaro aloqador elementlar tizimidir[3].

Qo'yilgan vazifani amalga oshirishdagi uchta asosiy muammolarni ajratish mumkin: Birinchi muammo "inkulturatsiya" va "ijtimoiylashish" tushunchalarini chegaralash bilan bog'liq. Yuqorida ta'kidlanganidek, G'arb madaniy antropologiyasida M.Xerskovis va M.Middan boshlab, ijtimoiylashuv kishilik jamiyatiga kirib borishni ifodalovchi umumiy tushuncha bo'lsa, inkulturatsiya bola tomonidan ma'lum bir madaniyatga oid dunyoni tushunish va xulq-atvorni o'rganishdir [4].

M.S.Kagan mazkur tushunchalar mutanosibligining butunlay qarama-qarshi tushuntirishini beradi. Uning fikricha, ijtimoiylashish insonni jamiyat qurilishi konkret tipining ehtiyojlariga javob beradigan ma'lum ijtimoiy rollarni bajaruvchisiga aylantiradi, inkulturatsiya esa inidvidga barcha xalqlar tomonidan vujudga keltirilgan qadriyatlar bilan tanishtiradi.

Shuni ta'kidlab o'tish joizki, inson haqidagi fanlarni o'rganuvchi mutaxassislar etnopsixologiyaning erishgan yutuqlarini ijtimoiylashish muammosini o'rganish bilan bog'liq ekanligini tan oladilar. Hattoki ayrim olimlar bolalik etnografiyasini o'z tadqiqot metodi va nazariyalari bo'lgan alohida fan sifatida ajratadilar. Bolalar ijtimoiylashuvining zamonaviy, qiyosiy-madaniy tadqiqotlari shartli ravishda to'rt guruh bo'lishi mumkin bo'lgan keng maydonni o'z ichiga oladi.

1. Ijtimoiylashish jarayoni uning metodlari va bolalarning o'z xalqi madaniyatini o'zlashtirishining maxsus usullari.
2. Bolalar tarbiyasi jamiyat hayotiy faoliyatining o'zaro bog'liqligini o'rganish. Bunda asosiy e'tibor tarbiyaning maqsadi va choralarini belgilovchi, uning natijalarini boshqaruvchi ijtimoiy institutlarga ajratiladi.
3. Ijtimoiylashishning madaniyat bilan asoslangan bevosita natijalarini taqqoslash. Bu holatda tadqiqotchilarni ko'proq har xil ijtimoiy madaniyat sharoitida o'sgan

bolalarning bir-biridan farqi ularning qanday qadriyatga ega ekanligi, ideallari xulq-atvorining stereotiplari qiziqtiradi.

Ijtimoiylashuvning alohida natijalarini o'rganish. Bola tarbiyasining metodlari va katta yoshdagi inson xarakteri o'rtasidagi bog'liqlik. Ma'lumki, bu narsa madaniyat va shaxs nazariyasining chiqish muammosi hisoblanadi. Lekin qanday muammolar o'rganilmasin bularning barchasi bolaning o'z xalqi madaniyatiga kirishi, ya'ni inkulturatsiya bilan bog'liqdir.

Shaxs ijtimoiylashuvi jarayonida ko'pincha qadrdon madaniyatni emas, balki inkulturatsiya mahsulini ham o'zlashtirish yuz beradi. Bu termin shaxsning boshqa madaniyatga kirish jarayonini ham aks ettiradi va marginal shaxs tuzilmasi hamda tabiatini tushunish uchun zarur. Marginal shaxs deganda, bu erda ikki yoki undan ortiq madaniyat to'qnashuvida shakllangan va bu madaniyatlardan biri unga qadrdon bo'lgan shaxs nazarda tutiladi.

R.Roner madaniyatlarni turli darajada xarakterlovchi va ota-ona xulq-atvorining boshqa o'lchovlari jumladan, ularning nazorati (qattiqo'llik va erkinlik berish darajasi) bilan o'zaro bog'liq bo'lgan ota-onalarning bolalarga nisbatan munosabatining 3 tipini ajratadi. Bular tushunish, iliqlik munosabat va muhabbat; dushmanlik va agressiya; indifferentlik. R.Ronerning ta'kidlashicha, odatda dunyodagi barcha ota-onalar iliqlik va g'amxo'rlik bilan munosabatda bo'ladilar (o'rta darajada 101 madaniyatlar ichida ota-onaning qabul qilishi yuqoriroq darajada namoyon bo'lganini aniqlagan). U bolalarni rad etishi bilan xarakterlanuvchi madaniyatlarini nisbatan keng bo'lgan kontinuumning ijobiy jihati sifatida ko'radi. Lekin Eybl-Eybesfeld ota-onalar o'z farzandlarini rad etuvchi ayrim misol keltirgan madaniyatlarga ehtiyotkorlik bilan yondashishini maslahat beradi. Chunki amerikalik tadqiqotchilar tomonidan qo'llanilgan etnografik tavsifnomalar ilmiy ma'lumotlar asosida emas, balki epizodik ma'lumotlar asosida etkazilgandir. Uning fikricha, bolalarga nisbatan muhabbat mavjud bo'lmagan jamiyatni norma sifatida ko'rib chiqish lozimdir.

Hozirgi kunda R.Roner tomonidan taklif etilgan ijtimoiylashuv metodlarini o'lchash madaniyatda umum qabul qilingan xulq-atvor patternlari kontekstida ota-onalar nazorati va ularning qabul qilishi va rad etishini idrok etishini o'rganishda qo'llanilmoqda. Boshqacha qilib aytganda, ular ob'ektiv emas, balki sub'ektiv madaniyatlar elementlari sifatida ko'rib chiqilmoqda. Empirik ma'lumotlarga ko'ra, ota-onalarning qattiqo'l nazorati ustunlik qilgan ma'daniyatlarda, masalan, Koreyada bu narsa bolalar va o'smirlar tomonidan norma sifatida qabul qilinib, mehrsizlik yoki rad etish sifatida emas, balki g'amxo'rlik sifatida qabul qilinadi. Zamonaviy Germaniya ma'daniyatida esa ota-onalarning muruvvati yuqori baholanib, ularning qattiq nazorati bolalar tomonidan rad etilish sifatida idrok etiladi [5].

Eng mashhur madaniy qiyosiy eksperimentlardan biri o'tgan asrdagi 70-yillarning oxirlarida kanadalik tadqiqotchi U.Lambert boshchiligidagi o'tkazilgan. Sinaluvchilar zamonaviy jamiyatlarning vakillari bo'lib, 11 ta tanlanma ichida

Yevropaning 8 ta davlati Belgiya (vallonlar, flamandslar), Buyuk Britaniya, Gresiya, Italiya, Portugaliya), Shimoliy Amerikaning (Kanada – anglo- va frankokanadaliklar, AQSh – angloamerikaliklar, kelib chiqishi fransuz bo'lgan amerikaliklar) va Osiyo(Yaponiya) bor edi. Tadqiqotda standart vaziyat qo'llaniladi. Ota-onalarga o'rta va ishchi sinflarning 6 yoshli bolalarining magnitafonda boshqa odamlar bilan munosabati eshittiriladi. Bola ovozi bilan aytilgan “Oyi, yordam bering”, “O'yinchog'imni ber bo'lmasa, uraman”, “Yomg'ir to'xtadi, ko'chaga chiqsam maylimi?” kabi gaplarga ota-onalarning reaksiyalari ularning sabr-toqati va qattiqqo'lligi darajasini aniqlash imkonini berar edi.

Aniqlandiki, ota-onalarning qattiqqo'lligi, eng avvalo ularning ijtimoiy holati bilan bog'liq ekan. Barcha tanlanmalarda ishchi ota-onalar o'rta sinf vakillariga nisbatan talabchanlikka moyil bo'lganlar, chunki ularning bolalari kelajakda kimgadir bo'ysunib ishlar ekanlar ular bunga yoshliklaridan o'rganishlari zarurdir. Sinaluvchilarning etnik mansubligi bolalar ijtimoiylashuviga kamroq ta'sir ko'rsatishi aniqlangan. Asosiy farqlar tarbiyaning milliy uslubi (Amerikaliklar yevroppaliklarga nisbatan ko'proq sabr-toqatli ekanliklarini namoyon etgan bo'lsalarda) yoki qattiqqo'llik darajasida emas, balki bolalarning turli xatti-harakatlariga bo'lgan munosabatda aniqlandi.

Shunday qilib, xulosa qilish mumkinki, shubxasiz inkulturatsiya va sotsializatsiya jarayonlari bir—biri bilan uzviy bog'liq va faqat birgalikda yuz berishi mumkin. Har bir inson o'z individual taraqqiyoti jarayonida ma'lum madaniyatga mansub sotsializatsiya va umumiy inkulturatsiyaga erishadi. Hozirgi davrda inson inkulturatsiya va sotsializatsiyasiz jamiyatning a'zosi sifatida mavjud bo'la olmasligi shubhasiz, shuning uchun bu jarayonlarni chetlab o'tib bo'lmaydi. Inkulturatsiya natijasida inson o'zini o'rab turgan ijtimoiy muhitda mustaqil harakatlanishga, avvalgi ajdodlar qoldirgan madaniyat predmetlaridan foydalanishga, jismoniy va aqliy mehnat natijalari bilan o'rtoqlashishga boshqa odamlar bilan o'zaro hamjihatlikka qodir bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. К.В. Корякина «Социальные и культурные аспекты адаптации мигрантов-армян в Краснодарском крае (1988-2006 гг.)», Москва, 2007.
2. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. Учебник для высших учебных заведений. М.: Институт психологии РАН, 1999. - 320 с.
3. Чубрик Е.О. Русский детский фольклор как средство ранней инкультурации. Автореф. канд. культурологии. Владивосток 2007. 18 б.
4. Лебедева Н.М., Татарко А.Н. Этническая идентичность, статус группы и тип расселения как факторы межгрупповой интолерантности // Психологический журнал, 2005, Т. 26, № 3, с. 61-74.
5. Платонов, Ю.П. Этнопсихология: Учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю.П. Платонов. - М.: ИЦ Академия, 2012. - 240 с.

SHAXS QOBILYATLARINI EKSPERIMENTAL O'RGANISH

S. M. Norboyeva

psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

Guliston davlat universiteti

Shaxs qobiliyatlarini o'rganish psixologiyaning eng muhim vazifalaridan biridir. Qobiliyatlar shaxsning muayyan faoliyat turlarini muvaffaqiyatli amalga oshirish imkoniyatini belgilaydi. Qobiliyatlarni ilmiy o'rganish uchun turli metodlar qo'llaniladi, ulardan biri eksperimental tadqiqotlardir. Eksperimental metodlar qobiliyatlarning tuzilishini va rivojlanishini aniqlash, shuningdek, ularning xulq-atvorga ta'sirini baholash imkonini beradi.

Qobiliyat —insonning individual salohiyati, imkoniyatlari. Qobiliyat bilimdan keskin farqlanadi, bilim mutolaa natijasi hisoblanadi. Qobiliyat shaxsning psixologik va fiziologik tuzilishining xususiyati sanaladi. Qobiliyat ko'nikma, malakadan farq qiladi. Aksariyat ilmiy manbalarda mohirlik bilan qobiliyat aynanlashtiriladi. Qobiliyat inson tomonidan ko'nikma va malakalarning egallanishi jarayonida takomillashib boradi. Har qanday qobiliyat turi shaxsga tegishli murakkab psixologik tushunchadan tashkil topgan bo'lib, u faoliyatning talablariga mutanosib xususiyatlar tizimini o'z ichiga oladi. Shuning uchun qobiliyat 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 qobiliyat uchun tayanch xususiyat kuzatuvchanlikda, ya'ni insonni fahmlash, ob'yektdan u yoki bu alomatlarni ko'ra bilish, ajrata olish ko'nikmasidir. Eksperimental o'rganish metodlari yordamida shaxs qobiliyatlari quyidagi jihatlardan o'rganilishi mumkin:

Kognitiv qobiliyatlar – Masalan, xotira, diqqat, tasavvur qilish, muammolarni hal qilish, mantiqiy fikrlash va ijodiy qobiliyatlarni o'rganish. Eksperimentlar orqali bu qobiliyatlarning qanday rivojlanishini, ularga ta'sir qiluvchi omillarni (masalan, yosh, o'qish usullari, ijtimoiy faktorlar) o'rganish mumkin.

Emotsional qobiliyatlar – Bunga odamning o'z hissiyotlarini anglash, boshqarish, boshqalar bilan munosabatlarda emotsional intellektni qanday namoyon qilishini o'rganish kiradi. Bu sohada ham eksperimentlar o'tkazilib, qanday omillar emotsional ongni rivojlantirishga yordam berishini o'rganish mumkin.

Sotsial qobiliyatlar – Kommunikatsiya, ijtimoiy normaga rioya qilish, guruhda ishlash, boshqalar bilan hamkorlik qilish kabi ko'nikmalarni o'rganish.

Eksperimental metodlar shaxs qobiliyatlarini o'rganishda muhim rol o'ynaydi. Ular qobiliyatlarning tuzilishini va rivojlanishini aniqlash, shuningdek, ularning xulq-atvorga ta'sirini baholash imkonini beradi. Eksperimental tadqiqotlar quyidagi

vazifalarni hal qilish uchun ishlatilishi mumkin:

- Qobiliyatlarning mavjudligini aniqlash: Ma'lum bir faoliyat turini bajarishda muvaffaqiyatga erishishda shaxsning qanday individual-psixologik xususiyatlari muhim rol o'ynashini aniqlash.

- Qobiliyatlarning tuzilishini o'rganish: Qobiliyatlar o'zaro qanday bog'langanligini va ularning tarkibiy qismlarini aniqlash.

- Qobiliyatlarning rivojlanishini kuzatish: Qobiliyatlar vaqt o'tishi bilan qanday o'zgarishini, ularga qanday omillar ta'sir qilishini aniqlash.

- Qobiliyatlarning xulq-atvorga ta'sirini baholash: Qobiliyatlar shaxsning qaror qabul qilishiga, o'z maqsadlariga erishishiga va muammolarni hal qilishiga qanday ta'sir qilishini aniqlash.

- Shaxs qobiliyatlarini eksperimental o'rganish metodlari

Shaxs qobiliyatlarini eksperimental o'rganishda turli metodlar qo'llaniladi. Ulardan asosiylari quyidagilar:

Psixometrik testlar: Qobiliyatlarni o'lchash uchun standartlashtirilgan testlardan foydalanish. Masalan, intellektual qobiliyatni o'lchash uchun Wechsler intellektual testidan foydalanish mumkin.

Kognitiv eksperimentlar: Kognitiv jarayonlarni o'rganish uchun laboratoriya sharoitida eksperimentlar o'tkazish. Masalan, diqqat, xotira va fikrlashni o'rganish uchun kognitiv eksperimentlardan foydalanish mumkin.

Kompyuter simulyatsiyalari: Shaxsning qobiliyatlarini modellashtirish uchun kompyuter simulyatsiyalaridan foydalanish. Masalan, shaxsning qaror qabul qilish qobiliyatini modellashtirish uchun kompyuter simulyatsiyasidan foydalanish mumkin.

Shaxs qobiliyatlarini eksperimental o'rganishga oid bir nechta misollarni keltirish mumkin:

Working memory qobiliyatini o'rganish: Working memory - bu ma'lumotni vaqtincha saqlash va qayta ishlash qobiliyati. Eksperimental tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, working memory qobiliyati yuqori bo'lgan shaxslar murakkab vazifalarni yaxshiroq bajaradi, qaror qabul qilishda muvaffaqiyatliroq bo'ladi va o'rganish qobiliyati yuqori bo'ladi.

Kreativlik qobiliyatini o'rganish: Kreativlik - bu yangi g'oyalar yaratish va muammolarni noan'anaviy usullar bilan hal qilish qobiliyati. Eksperimental tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, kreativlik qobiliyati yuqori bo'lgan shaxslar muammolarni osonroq hal qiladi, yangi g'oyalar yaratishda muvaffaqiyatliroq bo'ladi va o'z sohasida yangiliklar yaratishga moyil bo'ladi.

Emotsional intellekt qobiliyatini o'rganish: Emotsional intellekt - bu o'z his-tuyg'ularini va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va boshqarish qobiliyati. Eksperimental tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, emotsional intellekt qobiliyati yuqori bo'lgan shaxslar o'zaro munosabatlarda muvaffaqiyatliroq bo'ladi, liderlik qobiliyati yuqori bo'ladi va stressga chidamli bo'ladi.

Shaxs qobiliyatlarini eksperimental o'rganish psixologiyaning muhim yo'nalishlaridan biridir. Eksperimental metodlar qobiliyatlarning tuzilishini va rivojlanishini aniqlash, shuningdek, ularning xulq-atvorga ta'sirini baholash imkonini beradi. Ushbu sohadagi tadqiqotlar nafaqat nazariy ahamiyatga ega, balki amaliy ahamiyatga ham ega, chunki ular ta'lim, kasbiy yo'naltirish va kadrlarni tanlashda qo'llanilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. A. Г. Маклаков “Общая психология” 2001: .СП
2. E.G'oziev “Umumiy psixologiya” 2002: .T
3. Kayumova. G. N, Suyunova. D. H. Bola qobiliyatlarining yuzaga chiqishida ota-ona va o'qituvchining o'rni. Yangi O'zbekiston talabalari axborotnomasi. 1-jild 1-son. 28-29 b.
4. Yorlaqobov H.U. qobiliyat va uning turlari. Innovative Academy 34-36-bet
6. David G. Myers “Psychology” 2010.

IKKI VA UNDAN ORTIQ TILNI BILUVCHI TALABALARNING KASBIY KARYERASIDAGI PSIXOLOGIK QIYINCHILIKLARI

*Z.B.Normurodova
KIUT “Pedagogika va psixologiya”
kafedrası o'qituvchisi*

Globallashuv jarayoni va xalqaro hamkorlikning kengayishi zamonaviy mehnat bozorida xorijiy tillarni bilishni dolzarb talabga aylantirdi. Bugungi kunda butun dunyo bo'yicha migratsiya jarayonlari avj olgan, axborot texnologiyalar tez rivojlanayotgan bir vaqtda xorijiy tillarni bilishga bo'lgan ehtiyoj o'sib bormoqda. Respublikamizda nafaqat ta'lim jarayonida, balki ijtimoiy mehnat bozorida ham xorijiy tillarni bilish talab qilinmoqda. Bu borada O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev raisligida 2021 yilning 6-may kuni chet tillarini o'qitish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari yuzasidan videoselektor yig'ilishida: “Mamlakatimizda xorijiy tillarni o'rgatish bo'yicha kelajak uchun mustahkam poydevor bo'ladigan yangi tizimni yo'lga qo'yish vaqti-soati keldi. Biz raqobatdosh davlat qurishni o'z oldimizga maqsad qilib qo'ygan ekanmiz, bundan buyon maktab, litsey, kollej va oliy o'quv yurti bitiruvchilari kamida 2 ta chet tilini mukammal bilishlari shart. Bu qat'iy talab har bir ta'lim

muassasasi rahbari faoliyatining asosiy mezoniga aylanishi lozim” – deb ta'kidlab o'tdilar. Zero O'zbekistonning ochiqlik siyosati, dunyo bozoriga faol kirib borayotgani, barcha sohalarda xalqaro hamkorlik kengayayotgani xorijiy tillarni bilishga ehtiyojni oshirmoqda.

Bilingv va polilingv talabalarning kasbiy imkoniyatlari keng bo'lsa-da, ularning

til bilish jarayoni psixologik jihatdan murakkab. Shu sababli ikki va undan ortiq tilni biluvchi talabalarning kasbiy faoliyatida uchraydigan psixologik qiyinchiliklarni o'rganish ilmiy va amaliy jihatdan muhimdir[1]. Hozirgi paytgacha ikki va undan ortiq tillilikni o'rganish bo'yicha bir qator tadqiqotlar amalga oshirilgan bo'lib, *E. Pill* va *U. Lambertlarning fransuz tili va ingliz tilida so'zlashadiganlar va faqat ingliz tilida so'zlashadiganlarning farqini aniqlash uchun o'tkazgan tadqiqotlari*, E.Bialistokning bilingvizmning kognitiv afzalliklari haqidagi tadqiqotlarini va ular orasida J.Ronjning metodik tadqiqotlari alohida diqqatga sazovor. Bundan tashqari, serbiyalik lingvist M.Pavlovichning Parijda o'sib serb va frantsuz tillarini o'zlashtirgan farzandini, geolog Folts esa o'zining malay va nemis tilini o'rgangan ikki o'g'lini kuzatishlari orqali kelgan xulosalari bilingvizmni ilmiy o'rganish sohasidagi salmoqli tadqiqotlardir [2].

1. Ko'p tillilik fenomeni

Psixologiya o'rganayotgan barcha mavzulardan farqli ravishda, bilingvizm — dixotomiya emas: hech kim monolingv yoki bilingv bo'lolmaydi. Hamma muayyan til bilan bog'liq tajribaga ega. Shu sabab, bilingvni tadqiq etishning asosiy muammosi aholi orasida uning nisbatini aniqlashdan iborat. Bu borada ikki xil yondashuv mavjud. Bilingvizm ayrim tadqiqotlarda «hayoti davomida doimiy ravishda ikki tilda ravon so'zlashadigan insonlar» sifatida tavsiflanadi.

Ikkinchi yondashuvga ko'ra, bilingvizm — kontinuum. Biz o'z tadqiqotimizda ishtirokchilarga tarqatiladigan batafsil anketadan foydalanamiz. Ular til bilish darajasi, oilada va ko'chada kim bilan qaysi tilda ko'proq so'zlashishlari borasida javob beradi.

Ko'p tillilik (bilingvizm va polilingvizm) talabalarning intellektual va madaniy salohiyatini kengaytiradi. Ular turli tillarda muloqot qilish imkoniyatiga ega bo'ladilar va madaniyatlararo kommunikatsiyada faol ishtirok etadilar.

Bilingvizm (*bi.* ikki + *lot. lingua* – til) deganda, ikki tilda so'zlay olishlik; ikki tilni bilishlik; ikki tildan foydalanishlik; ikki tillilik, ikki tilni tushinish qobiliyatlari nazarda tutiladi [3]. Ma'lumki, ilk bolalik davridan ikkinchi tilni o'rganish inson intellektini o'stiradi, o'smirlik davrlarida ham ikki va undan ortiq tilda so'zlashadigan o'smirlarning boshqa bolalarga qaraganda tafakkurida, mantiqiy fikrlashida sezilarli farq bo'ladi.

O. V. Легостаева ta'kidlaganidek:

“...билингвизм рассматривается как сложное, системное, внутриличностное образование, которое включает в себя определённую новую языковую (знаковую) систему ... и умение использовать её в ситуации общения” (Легостаева, 2017). [4]

“Bilingvizm — bu murakkab, tizimli, shaxs ichidagi hodisa sifatida ko'riladi, u ma'lum bir yangi til (belgi) tizimini o'z ichiga oladi va uni muloqot vaziyatlarida qo'llay olish qobiliyatini ham o'z ichiga oladi.”

Buning natijasida ko'p tilli shaxs psixologik jihatdan murakkab ichki kommunikativ tizimni shakllantiradi.

Chet tillarini o'rganish, shubhasiz, aql uchun foydali mashg'ulot bo'lib, u bilim

saviyasini hamda dunyoqarashni kengaytiradi. Bilingvizm borasida olib borilgan so‘nggi tadqiqotlar uning zarari haqidagi tasavvurlarni yo‘qqa chiqarish bilan bir qatorda, bolaning ikki til doirasida rivojlanishi unga ikkita tilni bilishdan ham ko‘ra kuproq narsa bera olishini isbotlamoqda. Ikki tilni o‘zlashtirgan shaxslarning bir qator o‘ziga xos jihatlari mavjud bo‘lib, ular jumlasiga, ko‘pincha bikulturizm, boshqa madaniyatlarga bo‘lgan munosabatlarda yuqori chidamlilik xususiyati va mehnat bozoridagi raqobatbardoshlikda shubhasiz ustunlikka ega bo‘lish kabilar kiritiladi. Talabani o‘zining ona tilian boshqa tillarni bilishini ijobiy jihatlari ko‘pligini manbalar ta’kidlaydi. Va shu bilan birga biling talabadagi psixologik qiyinchiliklar ham kuzatilinadi.

Psixologik qiyinchiliklar

Ko‘p tilli talabalarning kasbiy faoliyatida qator psixologik muammolar kuzatiladi:

- Motivatsiya va ishonchsizlik muammolari — talaba o‘zining til bilish darajasini etarli deb hisoblamasligi.
- Stress va tashvish — xato qilishdan qo‘rqish va psixologik bosim.
- Kognitiv zo‘riqish — tez-tez kod almashishi (code-switching) diqqat va xotiraga ortiqcha yuk bo‘lishi. François Grosjean bu jarayonni shunday ta’riflaydi:
“Ko‘p tilli shaxslar doimiy ravishda til kodlarini almashtirishga majbur bo‘ladi, bu esa katta kognitiv va psixologik yukni keltirib chiqaradi” (Grosjean, 2010).
- Identifikatsiya muammolari — talaba qaysi til orqali o‘zini erkinroq ifoda etishni tanlashda qiyinchilikka duch keladi.

Ofelia García fikricha:

“Bilingual speakers constantly select some features from their linguistic repertoire and inhibit others, relying on what psycholinguists call the executive function of the brain” (García, 2009). [5]

Bu shuni ko‘rsatadiki, ko‘p tilli shaxslar kasbiy vaziyatlarda miyaning “ekzekutiv funksiyalari”ni tez-tez ishga soladilar, bu esa ortiqcha zo‘riqishga olib kelishi mumkin.

Kasbiy faoliyatda namoyon bo‘lishi

Kasbiy faoliyatda bu qiyinchiliklar quyidagicha ifodalanadi:

- Tarjima faoliyatida — tezkor fikrlash, aniqlik va xatolardan qo‘rqish psixologik bosimni oshiradi.
- Xalqaro jamoalarda ishlashda — turli kommunikativ uslublarga moslashish talab etiladi.
- Kasbiy baholashda — ko‘p hollarda talabalar faqat til bilimlari bilan baholanadi.
- Qarama-qarshi ijobiy tomonlar

Shunga qaramay, ko‘p tillilikning ijobiy jihatlari ham beqiyos:

- stressga chidamlilik,
- ijodkorlik va moslashuvchanlik,

- kengroq kasbiy imkoniyatlar.

Ofelia García ta’kidlaganidek:

“Bilingual practices have been shown to strengthen certain cognitive mechanisms, which in turn may increase one’s creative potential”

“Bilingv amaliyotlarining ba’zi kognitiv mexanizmlarni mustahkamlashga yordam berishi ko‘rsatildi, bu esa o‘z navbatida insonning ijodiy salohiyatini oshirishi mumkin.” (García, 2009) [6].

MJ Koch va hamkorlarining tadqiqotlariga ko‘ra:

“We found that degree of multilingualism significantly predicted emotional competence and was mediated by cultural heterogeneity”

“Biz aniqladikki, ko‘p tillilik darajasi emosional kompetentsiyani sezilarli darajada oldindan belgilaydi va bu jarayon madaniy xilma-xillik orqali vositalanadi.” (Koch, 2024) [7].

Bu iqtiboslar ko‘p tillilik psixologik qiyinchiliklarni bartaraf etish bilan birga, emosional barqarorlikni oshiradi, ayniqsa kasbiy muhitda bu juda muhim.

Ko‘p til bilish talabalarga va professional sohada ishlayotgan shaxslarga sezilarli psixologik afzalliklar beradi. Bilingv va polilingv shaxslar murakkab vaziyatlarga tez moslashish, ijodkorlik va innovatsion yondashuvni rivojlantirish, stressni boshqarish va emotsional barqarorlikni oshirish imkoniga ega bo‘ladi. Shuningdek, ko‘p tillilik madaniyatlararo kommunikatsiya va ijtimoiy moslashuvchanlikni kuchaytiradi hamda miyadagi kognitiv mexanizmlarni mustahkamlash orqali murakkab vazifalarni samarali bajarish qobiliyatini oshiradi. Shu tariqa, ko‘p til bilish shaxsning kasbiy va shaxsiy rivojlanishida muhim psixologik resurs hisoblanadi. Ko‘p til biluvchi talabalarning karyera jarayonida duch kelishi mumkin bo‘lgan psixologik qiyinchiliklar bir nechta asosiy omillardan kelib chiqadi: motivatsiya va o‘ziga ishonchsizlik, stress va tashvish, kod almashish tufayli kognitiv yuk, shaxsiy identifikatsiya muammolari hamda professional charchash. Bu omillar talabaning kasbiy faoliyatida samaradorlikni pasaytirishi, qaror qabul qilishni sekinlashtirishi va ish jarayonida psixologik zo‘riqishga olib kelishi mumkin. Shunga qaramay, ko‘p tillilikning ijobiy jihatlari — kognitiv moslashuvchanlik, ijodkorlik, stressga chidamlilik va madaniyatlararo kompetensiyalar — bu qiyinchiliklarni engib o‘tishda kuchli resurs sifatida xizmat qiladi. To‘g‘ri psixologik yondashuv, motivatsion metodlar va moslashuvchan o‘qitish jarayoni yordamida ko‘p til biluvchi talabalarning til bilimlari ularning karyeraviy muvaffaqiyatini oshiradigan ustunlikka aylanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. <https://yuz.uz/uz/news/prezident-xorijiy-tillarni-orgatish-boyicha-kelajak-uchun-mustahkam-poydevor-boladigan-yangi-tizimni-yolga-qoyish-vaqti-soati-keldi>
2. <https://hidoyat.uz/12027>.
3. <https://uz.wiktionary.org/wiki/bilingvizm>

4. Легостаева, О. В. (2017). Психологическая составляющая билингвизма. *Вестник ТГУ*.
5. Grosjean, F. (2010). *Bilingual: Life and Reality*. Harvard University Press.
6. García, O. (2009). *Bilingual Education in the 21st Century: A Global Perspective*. Wiley-Blackwell.
7. Koch, M. J., et al. (2024). An emotional advantage of multilingualism. *Bilingualism: Language and Cognition*, Cambridge University Press.

KASBIY “KUYISH” SINDROMINING VA IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK HODISALARI

Norqo ‘ziyeva Dilrabo Sheraliyevna
Qo‘qonDPI Psixologiya kafedrası
Psixologiya fanlari bo‘yicha PhD, dotsent

Jamiyatning jadal rivojlanishi muayyan professional faoliyat olib boruvchi shaxslar uchun o‘ziga xos va mos bo‘lgan talablarni qo‘ymoqda-ki, natijada turli kasbiy deformatsiyalarning kelib chiqishiga olib kelmoqda. Xususan, o‘quv jarayonidagi bo‘lgan talablarning kuchayishi sharoitida zamonaviy o‘qituvchi psixologik yordamga muhtoj, bunda kasbiy ish tajribasi ortib borishi kasbiy moslashuv muammosini kelib chiqishiga sabab bo‘lib, ko‘pincha shaxsiy qarama-qarshiliklarning aksi sifatida ham namoyon bo‘lishi kuzatilmoqda. Bu kasbga xos qo‘yilgan talablar hissiy charchashga olib kelishi bilan kechib, oqibatda ichki salbiy energiya “resurslar zaxirasini” ortib borishini taqozo etmoqda. Odatda, o‘qituvchilar o‘zlarining shaxsiy-emotsional holatidagi o‘zgarishlarga tayyor emaslar, masalan, chuqur psixologik tajribalarning etarli emasligi, ularda "hissiy charchoq" va psixosomatik kasalliklarning paydo bo‘lishiga olib keladigan hissiy labillik subyektning o‘ziga hamda kasbiy faoliyat samaradorligiga salbiy ta‘sir qiladi.

Deformatsiya - bu tashqi va ichki omillar ta‘siridan kelib chiqadigan o‘zgarish hisoblanadi. Tadqiqotlarga ko‘ra, "kasbiy deformatsiya" atamasi ta‘siri ostida insonning umumiy samaradorligi va moslashuvchanligidagi pasayishlar, shu bilan bir qatorda shaxs xususiyatlari yaxlitligida sodir bo‘ladigan salbiy o‘zgarishlarlar tushuniladi.

Shuningdek, “kuyish” sindromi shaxsiy deformatsiya hodisalaridan biri bo‘lib, yuqori hissiy intensivlik yoki kognitiv murakkablikka ega bo‘lgan uzoq muddatli va intensiv shaxslararo o‘zaro ta‘sirlar bilan bog‘liq salbiy psixologik tajribalar to‘plamidir. Bu shaxslararo muloqotda uzoq davom etgan stressga nisbatan javob reaksiyadir. “Kuyish” hodisasi - bu ijtimoiy sohada ishlaydigan mutaxassisning psixofizik salomatligi va faoliyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadigan psixologik xususiyat bo‘lib, ushbu fenomen dastlab 1950-yillarda kashf etilgan va uzoq vaqt davomida noma‘lum kasallik deb hisoblangan. Keyinchalik hissiy charchash sindromi ("hissiy yonish") - bu o‘z vazifalarini bajarishda yaqin aloqada bo‘lishga majbur bo‘lgan

odamlarning kasbiy deformatsiyasining o'ziga xos turi, ya'ni "kuyish" atamasi 1974 yilda amerikalik psixiatr va psixolog G.Freydenberg tomonidan taklif qilingan bo'lib, bu tushuncha "hissiy yonish" yoki "professional toliqish" atamasi bilan nomlanib, empatiyaning pasayishi, beqarorlik, introvert hamda obsesif (fanatik) shaxs xususiyatlari bilan tavsiflagan. Bu erda ushbu atama sog'lom insonning psixologik holatini tavsiflovchi tushuncha kontekstida ko'rib chiqilib, bunda mijozlar bilan intensiv va yaqin aloqada bo'lgan, hissiy jihatdan haddan tashqari labil bo'lgan kasb egasi sifatida stressga dosh bera olmaslik, natijada demoralizatsiya, umidsizlik va ishlashning pasayishi sifatida ta'riflangan. [4, 85-88]

Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, kasbiy toliqish, ya'ni "kuyish" sindromi quyidagi psixologik xususiyatlarda namoyon bo'ladi:

- befarqlik, hissiy charchoq (shaxs avvalgidek o'zini mehnatga bag'ishlay olmaydi);
- hamkasblari va mijozlariga nisbatan salbiy munosabatni rivojlantirish;
- kasbiy nuqtai nazardan o'zini-o'zi salbiy idrok etish- depersonalizatsiya (kasbiy mukammallik hissining yo'qligi- o'zidan qoniqmaslik).

Ushbu ilmiy faraz bilan shug'ullangan mutaxassislar: K. Maslach va uning hamkasblari S. Jekson, A. Pins tomonidan "kuyish-charchash" muammosi bo'yicha taklif qilingan tadqiqotlar ushbu hodisani boshqa mutaxassislar tomonidan o'rganish uchun asos bo'lib, charchash - bu odamlar orasida munosabatlarda bo'ladigan xodimlar orasida tez-tez paydo bo'ladigan va o'z mijozlari bilan salbiy munosabatda bo'lgan hissiy charchoq sindromini yuzaga kelishi tarzida namoyon bo'lishini ta'kidlaydi.

V.V. Boykaning fikricha, hissiy charchash - bu ruhiy jarohatlarga javoban his-tuyg'ularni to'liq yoki qisman istisno qilish shaklida shaxslar tomonidan ishlab chiqilgan psixologik himoya mexanizmi sifatida ta'riflanadi [1, 28].

Shuningdek, ularda introversiyaga moyillik kabi fazilat mavjud bo'lib, unda odam o'zining "yopiq" makoniga chekinadi. Tashqi dunyoda yopiq va rasmiy aloqalar namoyon bo'ladi. Bunda har qanday vaziyat yuzaga kelganda, mutaxassis birinchi navbatda tashvish shaklida namoyon bo'ladigan qattiq hissiy holatdan chiqa olmaydi. Xususan, "Men tayyor emasman, hayot rejalarim va xatti-harakatlarimni qayta tuza olmayman" kabi fikrlarga chulg'anib qoladilar. Binobarin, ular ko'pincha bunday muammoni engishmaydi - bu hissiy charchash demakdir. Odatda bunday vaziyatlardan chiqa olmagan mutaxassislar psixosomatika bilan bog'liq kasalliklarni boshidan kechiradilar.

Ayrim tadqiqotlarda xulq-atvorda, hatto tashqi ko'rinishda kasbiy deformatsiyani namoyon bo'lishi kuzatilinishi ta'kidlanadi. Kasbiy deformatsiyaning alohida holatlari boshqaruvdan "zavqlanish", hissiy charchash ko'rinishida kechadi. Boshqaruvdan "zavqlanish" - bu boshqaruvga haddan tashqari ishtiyoq, o'z kuchi bilan mast bo'lishda ifodalangan o'ziga xos psixologik holat. Bu boshqaruvni suiiste'mol qilish va ma'muriy o'zboshimchaliklarga olib keladi [3, 336].

Tajribalarda emotsional charchash sindromini belgilaydigan alomatlar quyidagi uchta asosiy guruhga bo‘lishi aytib o‘tiladi: [3, p. 336]: psixofizik, ijtimoiy- psixologik va xulq-atvor.

Bunda psixofizik belgilarga:

- kechqurun ham, ertalab ham, uyqudan keyin ham doimiy charchoq hissi (surunkali charchoq alomati);
- ham hissiy, ham jismoniy charchoq hissi;
- atrof-muhitdagi o‘zgarishlarni idrok etish va tezkor reaksiyaning pasayishi (yangi narsaga qiziqish yoki kutilmagan tahdidli vaziyatdan qo‘rqish holati yo‘q);
- umumiy asteniya (zaiflik, past faollik va pasayish, qon biokimyoviy ko‘rsatkichlari va gormonlar darajasining pasayishi);
- sababsiz tez-tez bosh og‘rig‘i va oshqozon-ichak traktining doimiy takrorlanuvchi buzilishlari;
- tez vazn yo‘qotish yoki tez vazn olish;
- to‘liq yoki qisman uyqusizlik (tez uxlab qolish va erta tongda uyqusizlik yoki kechqurun uxlay olmaslik natijasida uyg‘onishda qiyinchilikni yuzaga kelishi);
- doimiy, tushkunlik, uyqu holati va kun davomida uyquga ehtiyojning oshishi;
- jismoniy yoki hissiy stress bilan nafas qisilishi yoki nafas olish buzilishi;
- tashqi va ichki sezuvchanlikning juda kuchli pasayishi, ko‘rish keskinligi, eshitish, hid va taktillikning pasayishi, ichki tana sezgilarining yo‘qolishi.

Ijtimoiy-psixologik alomatlarni ko‘rib chiqishda sog‘lom inson psixikasiga xos bo‘lmagan quyidagi his-tuyg‘ular va reaksiyalar paydo bo‘ladi:

- hissiy ohangning pasayishi, depressiya hissi;
- kichik va ahamiyatsiz hodisalarga juda kuchli asabiylashish;
- ko‘pincha hech qanday motivatsiyasiz g‘azablanish yoki keyinchalik muloqot qilmasdan o‘z ichki dunyosiga chekinish;
- tashqi dunyodan hech qanday sababsiz salbiy his-tuyg‘ularni tez-tez takrorlash (aybdorlik, g‘azab, shubha, uyat, o‘z-o‘zini cheklash);
- behushlik hissi;
- giperaktivlik-tuyg‘usi va doimiy qo‘rquv hissi “bunday bo‘lmaydi” yoki “bu amalga oshmaydi” kabi;
- hayotiy jarayonlarga mutlaqo salbiy munosabat va professional motivatsiyaning etishmasligi ("Nima qilsangiz ham, hamma narsa noto‘g‘ri").

Xulq-atvorning belgilari va natijada paydo bo‘ladigan harakatlar va inson xatti-harakatlarining namunalari:

- ishni bajarishda oson bo‘lmagan qiyin va murakkab vazifa sifatida qabul qilish;
- kunning ish tartibini o‘zgartirish (ertami-kechmi ishga keladi va ishdan erta ketadi);
- obyektiv sabablarsiz, ko‘pincha uyga ish olib boradi, lekin uni uyda bajarmaydi;
- foydasizlik hissi, eng yaxshisiga ishonmaslik, ishga ishtiyoqning pasayishi,

natijalarga befarqlik;

- birlamchi ahamiyatga ega bo'lgan vazifalarni bajarishdan bosh tortish va texnik xizmat ko'rsatish uchun ahamiyatsiz bo'lgan, keraksiz va tushunarsiz avtomatik va elementar harakatlarni bajarish uchun ko'p vaqt sarflash hamda xarajatlarni talab qiladigan ahamiyatsiz qismlarga chuqur to'xtalib qolish.

- xodimlar va xizmat ko'rsatilayotgan shaxslardan chetlanish, nomaqbul xatti-harakatlar bilan birga ortiqcha tanqid qilish;

- kun davomida spirtli ichimliklar, ko'p miqdorda sigaretalar va giyohvand moddalarni iste'mol qilish kabi.

Shuningdek, hissiy charchash holatida kuzatiladigan emotsionallik, fikrlar tarqoqligi va xatti-harakatlar kuzatilib, ular quyidagicha namoyon bo'ladi:

- his-tuyg'ular: noqulaylik, charchoq, xato qilishdan qo'rqish, kutilmagan vaziyatlardan qo'rqish, nomukammal ko'rinishdan qo'rqish va jasoratli bo'lmaslik qo'rquvi, tushkunlik kabi;

- tarqoq fikrlar: hamma narsa menga qarshi, jamiyatdagi noloyiq mavqe, o'z mehnatini baholay olmaslik, shuningdek, o'zi haqidagi ideal bo'lmagan g'oyalar;

- harakatlar: boshqalar va o'zi haqida salbiy qarashlar, hammani diqqat markazida bo'lish zarurati yoki aksincha, hammani e'tiboridan qochish istagi, perfetsionist bo'lish yoki hech narsa bermaslik kabi.

Biz tadqiqotlarimiz davomida pedagog kasbiga xos bo'lgan emotsional intellekt ko'rsatkichini aniqlash maqsadida N. Xollni "Emotsional intellekt koeffitsiyentini aniqlash" metodikasidan foydalandik. Ushbu metodikadan olingan natijalar yoki keltirilgan shkalalar mutaxassislarni qanchalik stressli vaziyatlarga nisbatan chidamlilik darajasini aniqlashga xizmat qilishi bilan tavsiflanadi. Ushbu metodika tadqiqot obyektimiz bo'lgan pedagog-sinaluvchilarning emotsional bilimdonlik, o'z emotsiyalarini boshqarish, o'zi istaganicha emotsiyalarini boshqara olish, empatiya hamda o'zgalarning emotsiyalarini o'z vaqtida seza olish qobiliyatini aniqlash (1-jadval), natijada kasbiy deformatsiya belgilari mavjud bo'lgan mutaxassislarni o'z vaqtida psixoprofilaktika hamda psixokorreksiya qilish imkonini beradi.

1-Jadval

Ko'rsatkichlar Shkalalar	Yuqori(%)	O'rta(%)	Past(%)
Emotsional bilimdonlik qobiliyati	20%	40%	40%
Emotsiyalarini boshqarish qobiliyati	10%	53%	37%
O'zi istaganicha emotsiyalarini boshqara olish qobiliyati	43%	30%	27%
Empatiya qobiliyati	43%	23%	34%
O'zgalarning	50%	10%	40%

emotsiyalarini o'z vaqtida seza olish qobiliyatini			

Olingan natijalarda sinaluvchilarning emotsional intellekt darajasi foizlarlarda tahlil etildi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, pedagog-sinaluvchilarning jami statistik qiymatlari shkalalar boyicha nomutonosi bdir. Xususan, jami sinaluvchilarning o'zi istaganicha emotsiyalarini boshqara olish qobiliyati, ya'ni ichki resurslari muayyan darajada (43%), empatiya qobiliyati (43%), o'zgalarning emotsiyalarini o'z vaqtida seza olish qobiliyati (50%) etarli bo'lsa-da, ular o'zlarining mavjud emotsional bilimdonlik qobiliyatini safarbar qilishni xohlashmaydi. Yoki jami sinaluvchilarimizning emotsional bilimdonlik qobiliyati o'rta (40%), emotsiyalarini boshqarish qobiliyati (53%) foizni tashkil etsada, ular empatiya qobiliyati (23%) orqali boshqalarni his qilish, hamdard bo'lish, refleksiya, identifikatsiya kabi sifatlarni namoyon etishga izn berishmaydi.

Taassufki, pedagogik mahoratni faqat bilim olish, tushunchalarni bilish, o'zlashtirish, tafakkur qilish bilan cheklamasdan, balki emotsional intellektni shakllantirish va rivojlantirish orqali ham amalga oshirish muvofiqdir. Buning uchun kasbiy deformatsiya sindromlarini uyzaga kelishini oldini olish maqsadida o'z vaqtida psixoprofilaktika va psixokorreksion amaliy faoliyatni amalga oshirish talab etiladi. Quyida biz kasbiy deformatsiylashuvga moyil bo'lgan sinaluvchilar salbiy xususiyatlarini bartaraf etish uchun ayrim psixoprofilaktik va psixokorreksion mashg'ulotlarni amalga oshirishni tavsiya etamiz:

- salomatlik va o'z jismoniy holatiga ongli, maqsadli g'amxo'rlik qilish (muntazam jismoniy mashqlar, sog'lom turmush tarzi);
- o'zini-o'zi hurmat qilish va o'z qobiliyat va imkoniyatlariga ishonish;
- professional stressni muvaffaqiyatli engish tajribasi;
- stressli sharoitlarda konstruktiv o'zgarish qobiliyati;
- yuqori harakatchanlik;
- ochiqlik, muloqotchanlik;
- mustaqillik, o'z kuchiga tayanish istagi;
- o'ziga va umuman hayotdagi boshqa odamlarga nisbatan ijobiy, optimistik munosabat va qadriyatlarini shakllantirish va saqlash qobiliyati kabi.

Demak, kasbiy deformatsiyaning asosiy fenomeni sifatida shaxsning psixologik xususiyatlari hisoblanib, uning vujudga kelishi va shakllanishida ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlar dominantlik qilishi hech kimga sir emas. Bizningcha, quyidagi fazilatlarga ega: ya'ni jismoniy salomatlik uchun maqsadli g'amxo'rlik (sport, sog'lom turmush tarzi), yuqori o'z-o'zini hurmat qilish, o'z qobiliyatiga va o'ziga ishonch, o'z kasbida stressni muvaffaqiyatli engish tajribasiga ega bo'lgan va stressli sharoitlarda sezilarli darajada konstruktiv o'zgarishi mumkin bo'lgan mutaxassislar "charchash-kuyish" sindromi va psixosomatik kasalliklar xavfiga kamroq moyil bo'ladilar. Hissiy

charchoqqa qarshi tura oladigan odamlarning zaruriy xususiyati - bu ularning doimo ijobiy, optimistik holatda shakllanishi va faqat yuqori motivatsiya qilish qobiliyatidir. Bunday shaxslar yuqori harakatchanlik, ochiqlik, xushmuomalalik, mustaqillik va o'zlarining kuchli tomonlariga tayanish istagi kabi individual psixologik xususiyatlar bilan ajralib turadi.

Aks holda, kasbiy deformatsiya o'ziga xos tuzilishga ega bo'lib boshqa har xil turdagi kasbiy deformatsiyalardan ajralib turishligi, kasbiy deformatsiya tezligi, kengligi, chuqurligi va dinamik daraja bilan ajralib turishligi jamiyat taraqqiyoti uchun xafvli hamda keyinchalik chuqurroq kasbiy deformatsiyaga duch kelishimizga olib keladi. Natijada, kasbiy deformatsiyaning dinamikligi intellektual, axloqiy, hissiy va irodaviy buzilishlarni sezilarli darajada o'sib ketishiga sabab bo'ladi.

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib, shuni aytish joizki, pedagoglarning kasbiy ijtimoiy-psixologik holatidan kelib chiqqan holda, ularda mavjud psixologik himoya usullari o'rtasidagi munosabatlarni aniqlash, ularning intensivligi o'rtasidagi bog'liqlik kabi o'rganilmagan muammolarni o'z vaqtida aniqlash va korreksiya qilish maqsadga muvofiqdir. Bu esa tadqiqotchilardan ziddiyatli vaziyatlarda pedagoglarning xulq-atvor uslublari va nizoli munosabatlarni konstruktiv hal etish hamda ularga psixologik yordam ko'rsatish masalalari bo'yicha echimlar topish, ya'ni psixoprofilaktika va psixokorreksiya dasturlari va modellarini ishlab chiqish, mavjudlarini takomillashtirish mutaxassislardan talab etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. – СПб.: Сударыня, 1999. – 28 с.
2. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – 2-е изд. – М.: Питер, 2008. – 336 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учебное пособие.- 4-е издание, переработанное и дополненное. / Э.Ф. Зеер.- Москва: Академический проект: Фонд «Мир», 2006. - 336 с.
4. Куваева, И.О. История изучения «синдрома выгорания» в американской психологии // Проблемы исследования «синдрома выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): сб. науч. ст. / под ред. В.В. Лукьянова, С.А.Подсадного; Курск, гос. ун-т; СПб гос. мед. акад. им. И.И. Мечникова. – Курск: Изд-во Куск. гос. ун-та, 2007. – С. 85-88
5. Подвойский В. П. Теоретические основы исследования профессиональной деформации: [сбор. науч. трудов] / В. П. Подвойский // «Профессиональная деформация и проблемы профессионализма». - 2001. - № 2. - С 42-48.

MILLATLARARO NIHOHLARNING IJTIMOIIY, FALSAFIY, PEDAGOGIK, SOTSIOLOGIK, ETNOPSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna,
Farg'ona davlat universiteti psixologiya
kafedrası dotsenti, Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa dokori (PhD)*

Millatlararo nikohning zamonaviy tadqiqotchilari bitta ma'lum bir mintaqada millatlararo munosabatlarning holatini baholash uchun milliy-aralash nikohlar statistikasining diagnostik va prognostik ahamiyati haqida gapiradi. Ammo millatlararo nikohning o'sishi o'z-o'zidan millatlararo munosabatlarning yaxshiligini aks ettirmaganga o'xshaydi. Etnik aralash nikohlarning tarqalishiga ko'plab omillar, birinchi navbatda, etnik-madaniy omillar ta'sir ko'rsatadi. Masalan, Osiyo mamlakatlarida "mavjud bag'rikeng millatlararo munosabatlarga qaramay, turmush o'rtog'ini tanlashda millatni hisobga olish zarurati hali ham Markaziy osiyo xalqlarining jamoatchilik fikrida ustunlik qiladi".[1]

Millatlararo nikohlar mavzusi zamonaviy jamiyatda muhim ahamiyatga ega bo'lgan ikkita jihatga to'g'ri keladi: oila institutining o'zgarishi va uning ijtimoiy subyektlarning sotsializatsiyasi va integratsiyasi jarayonlaridagi roli, shuningdek, etnik guruhlarining o'zaro ta'siri sohasidagi globallashuv tendentsiyalari, guruhlar va madaniyatlar, milliy jamoalarning o'z taqdirini o'zi belgilashi, etnogeosiyosiy jarayonlar dinamikasi kabilar.[2]

Millatlararo nikohlar qadriyatlarning ijtimoiy-madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy makonidagi o'zgarishlarni aks ettiradi. Bunday davlat ko'rsatkichlari orasida iqtisodiy omillar (xorijiy investitsiyalar oqimi, mamlakatda xalqaro biznes va moliyaviy tashkilotlarning ochilishi) ajralib turadi; siyosiy omillar (hukmron siyosiy partiyalarning -Yevropa integratsiya jarayonlariga yo'naltirilganligi);

- madaniy omillar (madaniy almashinuv va aloqalarni faollashtirish);
- axborot omillari (axborot va kompyuter texnologiyalarining tez tarqalishi, elektron pochta, mobil aloqa);

- ijtimoiy omillar (chet elda ta'lim olishning yangi imkoniyatlari, chet elda xalqaro bandlik dasturlarini amalga oshirish), shuningdek, xalqaro turizmning mavjudligi kabilar turadi. Natijada, millatlararo nikohga munosabat, bir tomondan, jamiyatda aniq yoki bilvosita hukmron bo'lgan va boshqa tomondan, xulq-atvorga ta'sir qiluvchi ijtimoiy munosabatlar, qadriyatlar va ayrim stereotiplarni idrok etishning aksi bo'lib ko'rinsa, turmush o'rtog'ini tanlash va chet ellik sherik bilan turmush qurish niyatlari ham millatlararo nikohlarga ta'sir etuvchi omillardan biri bo'lib xizmat qiladi.[3]

Shunday qilib, millatlararo nikohlarni o'rganishga fenomenologik yondashuv shaxsning ijtimoiy va biologik tamoyillarini o'rganishga qaratilgan. Oila, nikoh turli darajalarda o'rganiladigan noyob hodisalardir. Oilaning fenomenal xususiyatlariga kichik ijtimoiy

guruh va ijtimoiy institut o'rtasidagi dixtomiya kiradi. Bir tomondan, nikoh boshqa tuzilish, hayotning o'ziga xos xususiyatlari, oilaviy tajriba va qadriyatlarning uzatilishi bilan tavsiflanadi, ikkinchi tomondan, nikoh va oila ijtimoiy institutdir. Nikohning ijtimoiy-madaniy hodisasi ijtimoiy tuzilmalar chorrahasida, makro va jahon sotsiologiyasi chegarasida joylashgan oraliq pozitsiya bilan belgilanadi.[4]

Bolalarning etnik sotsializatsiyasini o'rganishdagi zamonaviy burilish 1990-yillarda migratsiya jarayonlari bilan bog'liq holda chet elda paydo bo'ldi. Etnik o'ziga xoslik tadqiqotchilar tomonidan tobora ko'proq "etnik guruhga mansublikni anglash va etnik guruhga mansublik tufayli fikrlash, idrok etish, his-tuyg'ulari va xatti-harakatlarining bir qismi" emas, balki ijtimoiy-madaniy kontekstga, tarixiy, ijtimoiy-strukturaviy, ijtimoiy-psixologik, kontekstual, madaniy, kognitiv omillarning o'zaro ta'siri natijasida bolalar va o'smirlarning o'sishi jarayonida qurilgan dinamik va ko'p hodisalarga bog'liq tanlov sifatida ko'rib chiqilmoqda.

Tadqiqot savollari bolalarning etnik tarixini o'rganishga, jumladan, aralash nikohli oilalar farzandlarida etnik munosabatlarning rivojlanishiga, ularning etnik o'zini o'zi belgilashiga qaratilgan. Millatlararo oilalarning bolalari ko'pincha "marginal" yoki "oraliq" pozitsiyani egallagan holda, ular u yoki bu etnik o'ziga xoslikni to'liq qabul qilish orqali "qochib ketishga" harakat qilishlari mumkin deb ta'riflangan. Ta'kidlanganidek, noaniq/aralash etnik kelib chiqishi ular uchun maxsus ehtiyojlar va muammolarni keltirib chiqaradi. Buyuk Britaniyadagi ushbu oraliq pozitsiyani engib o'tishning yo'li 2001 yildagi aholini ro'yxatga olishdan keyin aralash irq/naslning maxsus ijtimoiy toifa sifatida rasmiy tan olinishi va bolalarning o'z shaxsini tanlash huquqi edi.[5] Ushbu qarorni qo'llab-quvvatlovchi tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, bir nechta etnik/irqiy guruhlariga mansub bo'lgan bolalar bir xil etnik/irqiy guruhlariga qaraganda bir xil yoki hatto yuqori farovonlik va ijtimoiy inklyuziya haqida hisobot berishadi. Sotsiologlar ilgari ishonganidek, millatlararo yoshlarning o'ziga xosligi doimiy shaxs emas va o'ziga xoslik to'qnashuvini oldindan belgilamaydi, degan xulosaga keldi. Aksincha, u o'ziga xos va ko'p qirrali o'ziga xoslikni ifodalaydi, millatlararo kelib chiqishi bo'lgan yoshlar o'zlarining kimligini aniqlash uchun foydalanadigan usul hamdir.

Millatlararo nikohlar asosida vujudga keluvchi oilalardagi bolalarning umumiy turmush sharoitiga ham e'tibor qaratilmoqda. Bunday oilalardagi bolalarning nikohdagi nizolarning yuqori darajasi, madaniy qadriyatlardagi farqlar va muammoli ota-onalik tufayli stress omillariga duchor bo'lishlari haqidagi qarashlar o'zgarmoqda. Yaqinda olib borilgan ishlarda tadqiqotchilar, bu bolalar katta qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin bo'lsa-da, baxtsizliklar, xulq-atvor muammolari xavfi ortishi mumkin, ammo ular universal emas degan xulosaga kelishdi.

Baynalmilalchilik (arab, "baynalmilal" – millatlararo) – jahondagi turli millat va irq'larga mansub kishilarning xalqaro birdamligi; ularning bir-birlarini tushunishlari va o'zaro ishonchining, madaniyatlar, qadriyatlar, bilim va texnologiyalar o'zaro singib

borishining asosi; millatchilikning ziddi. Insoniyat tarixi turli millatlar va elatlar orasida iqtisodiy, siyosiy va madaniy-ma'naviy aloqalar o'rnatilib, ularning tobora mustahkamlanib borishi jarayonidir, mazkur munosabatlarsiz esa ijtimoiy taraqqiyot amalga oshmaydi.

15-asr oxiridan boshlangan buyuk geografik kashfiyotlar, sanoat taraqqiyoti, fan va texnika sohasidagi olamshumul ixtirolar davlatlar va xalqlar orasida beqiyos darajada kengaygan iqtisodiy va siyosiy, madaniy, ma'rifiy hamda ma'naviy aloqalarning jadallashuviga olib keldi. Bu baynalmilal aloqalar milliy ong va o'z-o'zini anglash, milliy ozodlik hamda mustaqillik g'oyalarining shakllanishi va tarqalishiga; ilm-fan va texnika, madaniyat va ma'rifat soxalaridagi yutuqlarning ayirboshlanishiga keng yo'l ochib berdi.

Mustabid sho'rolar tuzumi davrida Baynalmilalchilik bir tomonlama talqin qilindi. faqat ishchilar sinfi, uning partiyalari mafkurasi va siyosatining asosiy prinsiplaridan biri, sotsializm va kommunizm uchun kurashdagi birligi, degan ma'noda tushuntirilib, bunda "proletar internatsionalizmi"gina ko'zda tutildi. Aslida esa Baynalmilalchilik umuminsoniy hodisa bo'lib, barcha xalqlar va mamlakatlarning taraqqiyot sari harakatining, mustaqillik va milliy ozodlik kurashining g'oyat zo'r omilidir.

X.Karimov tadqiqot ishlari natijalariga tayanib er-xotin o'rtasidagi yuz beradigan nizoli holatlarning klassifikatsiyasini ishlab chiqqan. Nizolar klassifikatsiyasini asoslashda nizo sabablari, unda ishtirok etganlar soni, uning ifodalanish darajalari, nizo o'chog'i, yo'nalganlik xarakteri, bosqichlari va boshqalar asos qilib olingan. SHu bilan bir qatorda, muallif tadqiqotlariga tayanib oilaviy nizolarning oldini olish yo'llari, bartaraf qilish choralari, unda o'zaro murosabatlar barqarorligini ta'minlashga bog'liq tavsiyalarni ham ilgari suradi.

Sh.Jo'rayevaning o'zbek va rus oilalarida nikohdan qoniqish sohasida olib borilgan izlanishlari natijalari bilan solishtirgan holda tojik oilasi bilan o'zbek oilalarida nikohdan qoniqishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari juda yaqinligini (milliy-madaniy muhitning uyg'unligi sababli), rus millatiga mansub oilalarning ana shunday xususiyatlaridan alohida ajralib turishini ta'kidlab o'tgan.

R.S.Samarovning ilmiy izlanishlarida tojik oilasida er-xotin nizolarining ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlari o'rganilgan. Tadqiqotda mustahkam (barqaror) va nizoli tojik oilalarida er-xotin o'rtasidagi nizolar o'ziga xos ijtimoiy-psixologik va etnopsixologik xususiyatlarga ega ekanligi ilmiy nuqtai nazardan asoslangan.

XIX asrda nikoh va oila shakllarining tarixiy o'zgaruvchanligi haqidagi qarashlarga asoslangan evolyutsion yondashuv paydo bo'ladi. Ushbu yondashuvning vakili E.Vestermarck bo'lib, u har xil turdagi nikohlarni o'rganar ekan, quyidagi xulosaga keldi: "Ko'plab nikoh taqiqlari turli sinflar va kastalarga mansub bo'lgan bir jamiyatdagi shaxslarga nisbatan qo'llaniladi ... muayyan nikohlar. Hech bir musulmon ayol nasroniyga turmushga chiqish huquqiga ega emas, musulmon esa, agar u dindoshlari orasida xotin topa olmasa, agar u chuqur sevsa, nasroniy yoki yahudiy

ayolga uylanishi mumkin. O'rta asrlarda xristianlarga yahudiylarga uylanish taqiqlangan. Zamonaviy madaniyat irqar, millatlar, sinflar va dinlar o'rtasidagi to'siqlarni tobora ko'proq yo'q qilmoqda". Evolyutsionistlar nikoh va oilani o'rganishda har qanday tarixiy davrda har qanday ijtimoiy tuzumdagi oilalar uchun o'xshash xususiyatlarni qidirdilar.[6]

Uslubiy bilimlarning ilmiy darajasida biz tizimning tarkibiy qismlari o'rtasidagi munosabatlarni tavsiflashga qaratilgan tizimli yondashuv qoidalariga amal qilamiz, bu holda turli etnik guruhlar vakillarining nikoh ittifoqidir. Tizimning xossalari turli etnik guruhlariga mansub sheriklar xossalari yig'indisiga kamaymaydi, ya'ni tizim avariya ta'sir ko'rsatadi. Umuman nikoh ittifoqi ham, xususan, millatlararo nikoh ham tizimli yondashuv vakillari tomonidan ochiq, chiziqli bo'lmagan va dinamik tizim sifatida ko'rib chiqiladi.

V.A.Ganzen "shaxslararo munosabatlar" kategoriyasini psixikaning funksiyalari – reaktiv va faol aks ettirish, reaktiv va faol tartibga solish, integratsiya nuqtai nazaridan tahlil qiladi. Shunday qilib, biz tizimli yondashuv nuqtai nazaridan turmush o'rtoqlarning shaxslararo munosabatlarining to'rt jihatini oldik: bir-birini o'zaro idrok etish, bir-birini hissiy baholash, o'zaro tushunish va o'zaro ta'sir. Turli etnik guruhlariga mansub turmush o'rtoqlar o'rtasidagi munosabatlarning yuqoridagi barcha jihatlarini diagnostika qilish bizga ushbu munosabatlarning to'liq tavsifini beradi.[7]

A.V.Vereshchagina ta'kidlaydiki, "zamonaviy sotsiologik va etnologik adabiyotlarda etnik aralash oilalarni o'rganish makro yoki mikro darajada amalga oshiriladi. Ushbu yondashuv jamiyatda ushbu turdagi oilalarning millatlararo moslashuvi xarakterini chuqurroq va sifatli tahlil qilish imkoniyatini kamaytiradi. Bundan tashqari, etnik jihatdan aralashgan oilaning mikrokosmosi makrodarajadagi millatlararo munosabatlarning mohiyatini aks ettiradi va olingan natijalarni umumlashtirish va ularning o'zaro ta'sir darajasini aniqlash uchun millatlararo moslashish jarayonini bir vaqtning o'zida ikki darajada o'rganish tavsiya etiladi".

T.Parsons va boshqa funksionalistlarning fikricha, har qanday kichik guruh samarali faoliyat yuritishi uchun rol farqlanishiga ega bo'lishi kerak. Kichik guruhlar o'z-o'zidan aralash rol tuzilishini rivojlantirishga moyildirlar. Erkaklar instrumental rol o'ynaydi, ular oilaning boquvchisi. Ayol roli – o'choqni himoya qilish, ya'ni ifodali rol. Ushbu tendensiyaning ko'plab vakillari mehnat taqsimoti oila tarkibining barqarorligini ta'minlashning bir usuli deb hisoblaydilar.[8]

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Верещагина А.В. Типологическая характеристика семьи в современном российском обществе // Вестник института ИАЭ. 2012. № 2. Социология. С.79–91.
2. Верещагина А.В. Этнически смешанные семьи на Северном Кавказе: Образование и межэтническая адаптация: автореф. дисс. ... канд. социол. наук. – Ростов н/Д., 2003. – С.23.

3. Вестермарк Э. Половые вопросы / пер. и предисл. О. Норвежского. – Изд. 2-е. – М.: Книжный дом, 2011. – С.38-43.
4. Волкова А. Н. Методические приемы диагностики супружеских отношений / А. Н. Волкова, Т. М. Трапезникова // Вопросы психологии. – 1985. – № 5. – С.110-116.
5. Giok H. P. “Choose One!”: Challenges of Inter-Ethnic Marriages in Malaysia / Giok Hun Pue & Nidzam Sulaiman. – Asian Social Science. – 2013. – Vol. 9. – No. 17. – P.26-92-78.
6. Почебут Л.Г. Эра толерантности: Социальная психология толпы. – СПб.: Речь, 2004. – С.173-197.
7. Ганзен В.А. Системные описания в психологии. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1984. – С.176.
8. Парсонс Т. Система современных обществ. – М., 1998. – С.270.\

**YOSH OILALARDA ER-XOTIN MUNOSABATLARIDA YUZAGA
KELADIGAN NIZOLARNING PSIXOLOGIK TAHLILI VA
MUAMMOLARNI HAL ETISH USULLARI**

*O'rolova Sojida Xayitboy qizi
Namangan davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi stajyor o'qituvchisi*

Oila deb atalmish muqaddas dargohni mustahkam bo'lishi jamiyat rivojida muhim ahamiyat kasb etadi. Oila jamiyatning bir bo'lagi hisoblanadi. Oilada insonlar tug'iladi, ulg'ayadi, kamol topadi. Shu ma'noda oila – inson o'z baxti va saodati, orzu-havaslari, maqsad-muddaolarini mushtarak qilgan, o'zini inson sifatida idrok etib hayot nashidasini suradigan muqaddas makondir. Har bir oilaning sog'lom bo'lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, mana shu muhitda dunyoga kelib, shaxs sifatida shakllanib, so'ng o'zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o'z mamlakatining iqtisodiyoti, ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta'minlovchi, hal qiluvchi omil boigan inson kamolotida oilaning tutgan o'mi beqiyosdir. Oilada insonlar bir birlarini xurmat qilib, tinch-totuv, ahil inoq yashasalar butun jamiyat baxtli bo'ladi. Ammo guruh kurmaksiz bo'lmaydi degani kabi har xil oilalarda turli xil oilaviy nizolar uchrab turadi. Oilaviy nizolarning eng harakterlilaridan biri bu er va xotin o'rtasidagi nizolardir. Xo'sh, eng ezgu niyatlar bilan bir-birlarini sevib oila qurgan yoshlar nega oila qurishgandan keyin ularning o'zaro munosabatlarida nizo-janjallar ro'y beradi. Ular nima uchun urishadilar? Umuman er-xotinlik hayotida nizolarsiz, urush-janjallarsiz ham yashasa bo'ladimi. Bu kabi savollarni yana ko'p davom ettirish mumkin. Xalqimizda bir gap bor: oshsiz uy bo'lishi mumkin, lekin nizosiz uy bo'lmaydi. Faqat, nizoning nizodan farqi bor. Haqiqatdan ham ilk bolalikdanoq ko'plab ertaklar eshitib, keyinchalik o'zlari ham ularni turli kitoblardan o'qib o'sgan yoshlar o'zlarining bo'lajak oilaviy

hayotlarini adekvat tasavvur eta olishlari mushkul. Bundan tashqari aksariyat muvaffaqiyatli oilalarda tarbiya topgan yigit-qizlar o'z ota-onasi oilasini, ularning turmush tarzini, bir-birlarga nisbatan bo'lgan o'zaro munosabatlarini o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlari uchun ideal deb olishadi. Mabodo, bunday vaziyatlar va nizolar yuzaga kelib qolgudek bo'lsa ham ularning ota-onalari bu holatni farzandlariga sezdirmaslikka harakat qiladilar. Bundan tashqari ommaviy axborot vositalari orqali namunaviy ahil, baxtli oilalar haqida berib boriladigan materiallarda ham aksariyat hollarda er-xotinlik munosabatlarini bir yoqlama, faqat yaxshi tomondan ko'rsatish an'analari mavjud. Bularning hammasi yoshlarda oilaviy hayot haqida bir yoqlama ijobiy tasavvurlarning shakllanishiga asos bo'ladi.

Har qanday oilaviy munosabatlarda ba'zida kelishmovchiliklar, tushunmovchiliklar, nizolar yuzaga kelishi tabiiy holatdir. Muhimi, bu nizolarni qanday hal qilish, qanday yo'l tutish va oilaviy barqarorlikni qanday saqlab qolishdir. Er-xotin o'rtasidagi nizolarni bartaraf etish- mustahkam va sog'lom oilaning asosi hisoblanadi. Shuningdek, yosh oilada er-xotinlarning o'zaro munosabatlari rivojlanishining o'ziga xos qonuniyatlari, ayniqsa, yosh o'zbek oilasida uning etnik, hududiy xususiyatlaridan kelib chiqqan holda yosh kelin va kuyovlarning yangi ijtimoiy sharoitlarga moslashishi jarayoni bilan bog'liq qiyinchiliklar, er-xotin munosabatlarida nizoli vaziyatlar va nizolarni yuzaga keltirishi mumkin. Afsuski, bunday jarayonlar deyarli har bir oila uchun muqarrar bo'lgan va aksariyat yoshlar oila qurish arafasida o'z nikohlaridan kutmagan jarayonlardir. Xo'sh, bu jarayonlar, yani er-xotin nizolari kerakmi. Ular er-xotinning o'zaro munosabatlariga qay darajada ta'sir etadi. O'tmish donishmandaridan biri haqli ravishda er-xotin nizolarini garmdoriga qiyoslagan ekan. Garmdori achchiq, lekin u me'yorida bo'lsa ishtahani ochadi, me'yoridan ortib ketsa, og'iz, lab, tilni kuydirishi, noxush hissiyotlarni yuzaga keltirishi mumkin. Nizoli vaziyatlar har qanday oilada u yoki bu darajada yuzaga keladi. Oila qanday bo'lishidan qat'iy nazar nizolardan mutlaqo holi himoyalangan, bo'la olmaydi. Chunki, oiladagi shaxslararo munosabatlar odatda nizosiz bo'lmaydi. Bu nizolar ma'lum darajada er-xotin munosabatlarini rivojlantiruvchi katalizator vazifasini o'taydi. Lekin, nizoning nizodan farqi bor. Ular kelib chiqishi, tashqi ifodalanishi, takrorlanib turish tezligi va nihoyat oqibatlariga ko'ra bir-birlaridan farqlanadi. Ma'lumki, bir-birlariga aynan o'xshash, mos ikki odamning bo'lishi mumkin emas, chunki shaxs va uning individualligi takrorlanmasdir. Shunday ekan, ikki va undan ortiq shaxsdan tashkil topgan oila ham ikki, uch karra takrorlanmasdir. Bir oila uchun me'yorida bo'lgan shaxslararo munosabatlar tizimi, ikkinchi bir oilaga mutlaqo mos kelmasligi yoki biron-bir oila uchun u qadar ahamiyatga ega bo'lmagan nizo va uning sababi boshqa oila a'zolarining o'zaro munosabatlarida jiddiy oqibatlar olib kelishi mumkin. Muvaffaqiyatli oilalardagi nizolar biriktiruvchi va muvaffaqiyatsiz oilalardagi nizolar esa ajratuvchi xarakterga ega. Shuning uchun ham psixologik adabiyotlarda nizolar shartli ravishda «konstruktiv» va destruktiv» nizolarga farqlanadi. Ular, o'zlarining

yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammolar, bu muammolarning hal etilishi, kechinishi, ishtirokchilari, oqibatlari va boshqalarning xarakteriga ko'ra bir-birlaridan farqlanadi. Biriktimvchi nizolarning yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammolar va ularning hal qilinishi ham eming, ham xotinning, butun oilaning manfaatlariga qaratilgan bo'ladir. Agar ular hal etilsa, buning oqibatida oilaning umumiy manfaatlariga oid muammolar o'z echimini topadi. Bunday nizolarga oiladagi tartib, intizom, ozodalik, oila budjetini yuritish, saranjomlik, tejamkorlik, isrofgarchilikka yo'l qo'ymaslik, bola tarbiyasi va boshqa shu kabi toifadagi nizolar misol bo'la oladi. Ular asosan er-xotin o'rtasidagina yuzaga keladi, ularning ishtirokchilari ham faqat er-xotinlarning o'zlarigina hisoblanadilar. Bunday nizolarning muvaffaqiyatli hal etilishida er-xotinlarning bir-birlarini yanada yaqinroq bilib, tushunib, bir-birlarining salbiy va ijobiy xususiyatlarini o'rganib borish, bir-birlariga moslashish, muammolarni hal etish borasida hamkorlik qilish kabi oilaviy hayot mustahkamligini ta'minlashga xizmat qiluvchi jarayonlar amalga oshadi. Boshqacha qilib aytganda, bunday nizolar «er-xotinning urishi – doka ro'molning qurishi» kabi nizolar toifasiga kiradi. Ajratuvchi nizolarda ularning yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammo va uning echimi er-xotinlardan birining manfaatiga qaratilgan bo'ladi. Bunday nizolarda bir tomon manfaatining hal etilishi ko'pincha, ikkinchi tomon manfaatining boy berilishi hisobiga amalga oshadi. Masalan, emi yoki xotinni shaxsan o'zi uchun biron nima xarid qilishi, eming yoki xotinning ishi tufayli, o'zbek oilasi uchun xarakterli bo'lgan nizolardan bo'lmish er yoki xotinning qarindosh-surug'i bilan bo'ladigan munosabatlar tufayli yuzaga keladigan nizolar shular jumlasiga kiradi. Bunday nizolarning hal qilinishi, ya'ni bir tomon manfaatlarining qondirilishi ko'pchilik holatlarda ikkinchi tomon manfaatlarining boy berilishi hisobiga amalga oshadi. Bunday vaziyatlarda manfaati boy berilgan tomonda norozilik, e'tiroz saqlanib qoladi va bu keyinchalik yana kuchayib navbatdagi nizoni yuzaga kelishiga asos bo'lib xizmat qilishi mumkin. Ajratuvchi nizolarda, nizo hal etilgani bilan, nizoli vaziyat saqlanib qolaveradi. Shuningdek, ajratuvchi nizolar ularni yuzaga keltirgan sabablar bevosita er-xotinlarning o'zaro munosabatlari doirasidan tashqaridagi omillarga ham bog'liq bo'ladir. Ularning sababchilari va ishtirokchilari ham ba'zan er-xotindan tashqari uchinchi odam bo'lishi mumkin, ularning hal etilishi ham er-xotinlarning o'zlarigagina emas, balki shu uchinchi odamga bog'liq bo'ladir. Bularning oqibatida nizolarni yanada kuchayishi, sonining ortishi kuzatiladi. Bunday er-xotin nizolariga oilaning boshqa a'zolari: qaynona, qaynsingil, ovsinlar va boshqalar ham aralashadi. Ijtimoiy psixologiyada gap, so'z, nizo haqidagi ma'lumot bir og'izdan chiqib, kishilarning keng tomoniga qarab harakatlana boshlaydi. Uning ko'lmami ma'lumot manbayidan uzoqlashib, undan xabardor bo'lgan va unga jalb etilgan ishtirokchilar soni ortib borgan sari kengayib boraveradi. Er yoki xotin bir-birlari bilan urishib qolganlaridan so'ng bu haqda uchinchi bir odamga gapiradigan bo'lsa, imkon qadar shu nizoda o'zini aybsiz, haq qilib ko'rsatishga, shu uchinchi odamni uning manfaatlarini himoya qilishiga og'dirib olish maqsadida bir yoqlama gapiradi. Nizo haqida qanchalik ko'p odamga

gapirib beraverilgani sayin, u ayanchli tus olgan holda avj olib boraveradi va oqibatda fojiali natijalarga ham olib kelishi mumkin Shunday ekan, oilaviy hayotda ro'y berishi mumkin bo'lgan nizolarga birdek salbiy jihatdan qarayverish ham, yoki ulami birdek oqlash ham maqsadga muvofiq emas. Yoshlarimiz oilaviy hayotda ro'y beradigan biriktiruvchi nizolarga tayyor bo'lishlari, ulami biriktiruvchilik, er-xotinni birbirlariga moslashuvlariga, ulaming o'zaro munosabatlarining rivojlanishini ta'minlovchi, ulaming har ikkalovining ham, ya'ni bizning manfaatiga qaratilgan nizolaming biriktiruvchanlik imkoniyatlaridan samarali foydalanishga, ulami salbiy oqibatlarga olib keluvchi nizolarga aylantirib yubormaslikka o'rganishlari lozim. Ayrim oilalar er-xotin munosabatlari yomonligi, nizolar chuqurlashuvi, zo'riqishlar keskinlashuvi tufayli buzilib ketishi mumkin. Albatta, ajralish hodisasi bu nikoh oila munosabatlari uchun ayanchli. Ayniqsa, bunday hollarda oilada farzandlar bo'lsa, ular otasiz yoki onasiz qolishadi. Ajralishdan so'ng har ikki tomonning ijtimoiy ahvoli keskinlashadi. Ya'ni ajralish jamoatchilik fikriga ko'ra qoralanadi. Buning ustiga o'zbek oilalarida qarindoshurug'chilik nikohlari boshqa qardosh millatlar oilalariga qaraganda ko'proq uchraydi. Mabodo bunday oilalarda er-xotin munosabatlari kutilgan tarzda rivojlanmasa, ya'ni ular nizojanjal, bir-birlarini tushunmaydigan, bir-birlariga mos tushmaydigan, psixologik qovusha olmaydigan bo'lsalar ham oila buzilmasin, qarindosh-urug'chilik uzilmasin, qabilida ish tutib, qanday qilib bo'lmasin oilalami saqlab qolishga harakat qilinadi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, Er-xotin nizolarini bartaraf etish, odatda murakkab va hissiy jihatdan og'ir bir jarayon bo'lishi mumkin. Biroq bu masalalarni hal qilishda muhim bo'lgan bir nechta qadamlar mavjuddir. Avvalombor er-xotin bir birlari bilan ochiq va samimiy muloqot qura olishlari, bir birlarini yaxshi tinglay olishlarini o'rganish lozim. O'zaro nizolarni bartaraf etishda eng muhim qadamlardan biri er-xotin bir birini tinglashlaridir. Nizolarni hal qilishda asosiy maqsad faqatgina kimning haqli ekanini aniqlash emas, balki birgalikda echim topishdir. Agar nizolarni hal qilishda ko'plab muammolar yuzaga kelsa, har ikkala tomon ham o'z o'zlarini tahlil qilishlari o'zgarishlar qilishga tayyor bo'lishi kerak. Ba'zan ba'zi xulq atvorlarni yoki fikrlarni o'zgartirish, oilaviy munosabatlarni nizolarni yaxshilashga hizmat qiladi. Er-xotin o'rtasidagi munosabatlar o'zaro ishonch, hurmat va muhabbat asosida quriladi. Nizolar esa, agar ulardan to'g'ri xulosalar chiqarilsa, munosabatlarni yanada mustahkamlovchi vositaga aylanishi mumkin. Muhimi, har ikki tomon ham bir birlarini eshitishga, tushunishga va murosaga tayyor bo'lishi lozim. Zero, sog'lom oilaviy muhit jamiyat barqarorligining negizidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'.B.Shoumarov. Oila psixologiyasi. Toshkent. 2010.
2. V.Karimova. "Oila ma'rifati" Toshkent – 2009-yil
3. V.Karimova. Oila psixologiyasi. Toshkent. 2007.

4. V.Karimova. Oila psixologiyasi. 2011.

**O'ZBEKISTONDA REKLAMA PSIXOLOGIIYASI BO'YICHA OLIB
BORILGAN TADQIQOTLAR, UNING ISTIQBOLLARI VA SOHA RIVOJIDA
PSIXOLPOGIYA FANALARI DOKTORI, PROFESSOR V.M.
KARIMOVANING O'RNI**

*Sh.I.Omonov –
FDU, psixologiya fanlari bo'yicha
falsafa doktori (PhD).*

Zamonaviy jamiyatda reklama inson hayotining turli sohalariga chuqur kirib bormoqda. U iqtisodiy samaradorlik bilan birga, inson ruhiyatiga, qadriyatlariga va ijtimoiy ongiga ta'sir etuvchi kuchli mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Shu sababli reklama psixologiyasini chuqur o'rganish zarurati ortib bormoqda.

O'zbekistonda bu sohaning shakllanishi mustaqillikdan keyin jadal tus oldi. Psixologiya fanlari doktori, professor Karimova Vasila Mamanosirovna reklama psixologiyasining nazariy va amaliy jihatlarini yoritishda, milliy tadqiqot maktabini shakllantirishda muhim hissa qo'shdi.

Reklama psixologiyasi inson idroki, e'tibor, motivatsiya va qaror qabul qilish jarayoniga ta'sir etuvchi psixologik mexanizmlarni o'rganadi. Bu yo'nalishda jahon olimlari – Z. Freyd (ongsiz istaklar nazariyasi), K. Levin (motivatsion maydon nazariyasi), D. Katz (ijtimoiy ustanovkalar), F. Kotler (marketing psixologiyasi) kabi tadqiqotchilar asarlari asos bo'lib xizmat qilgan.

Professor V.M. Karimova o'z ilmiy ishlari davomida shaxsning kasbiy kamolotida uning ijtimoiy ustanovkalari hal qiluvchi o'rin tutishini ko'rsatib o'tgan. U har qanday faoliyatda ijtimoiy-psixologik omillarning ta'sirini chuqur tahlil qilgan va shaxsning ijtimoiylashuv jarayoniga alohida e'tibor qaratgan.

O'zbekiston mustaqillikka erishgach, reklama va iste'molchi psixologiyasi masalalari yangi ilmiy yo'nalish sifatida shakllana boshladi. Tadqiqotlarda quyidagi jihatlar asosiy o'rin egalladi:

- reklamanning ijtimoiy ong va qadriyatlarga ta'siri;
- milliylikni mustahkamlashdagi reklamanning tarbiyaviy vazifasi;
- iste'molchilarning reklama mahsulotlarini idrok etish jarayonidagi psixologik omillar.

Reklama shaxsda milliylikni mustahkamlovchi va rivojlantiruvchi ijtimoiy tarbiya vositasi sifatida faoliyat ko'rsatadi. U inson ongini, o'z-o'zini anglash jarayonini rivojlantiradi va umuman milliy o'z-o'zini anglashga yordam beradi. Reklama jamiyat taraqqiyotiga, uning tili, qonunlari va tarixiga kuchli ta'sir ko'rsatib, xalqning tarixiy

xarakterini saqlab qolish va rivojlantirish imkoniyatini yaratadi.

Reklama savdo va hunarmandchilik, harbiy-ma'muriy, diniy va badiiy faoliyatning ixtisoslashuviga yordam bergan. U turli hayot tarzlarining shakllanishiga va madaniy qadriyatlarning avloddan-avlodga o'tishida ijtimoiy mexanizm vazifasini bajargan. Shu bois reklamanning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati yuqori baholanadi.

V.M.Karimova rahbarligida L.I.Karimova tomonidan "O'zbekiston sharoitida reklama mahsulotlarini ishlab chiqish texnologiyalarini aniqlashning ijtimoiy-psixologik omillari" mavzusida tadqiqot olib borilgan. Ushbu ish reklama kommunikatsiyasi psixologiyasini shakllantirish, reklamanning turli turlarida odamlar ongida yuzaga keladigan psixologik hodisalarni chuqur o'rganishga qaratilgan. Tadqiqotda aholining mentaliteti, an'analari, turmush tarzi, yoshi, jinsi va gender rollari reklamanning samaradorligini belgilovchi omillar sifatida tahlil qilingan.

V.M.Karimova ilmiy rahbarligida Sh.I.Omonov tomonidan "O'zbekiston O'zbekistonda reklama idrok qiluvchilar shaxsining etnopsixologik xususiyatlari" mavzusida tadqiqot olib borilgan. Ushbu ishida O'zbekistonda reklama idroki borasidagi etnopsixologik xususiyatlar mavjudligi, reklama mahsulotlari iste'molchilarining asosiy qismi yoshlar va ayollar ekanligiga ko'ra, gender jihatdan ayollarda erkaklarga nisbatan emotsional ta'sirlanish va motivatsiya, axborotni adekvat idrok qilishga moyillikning yuqoriligidan asoslanib, xarid madaniyati borasida an'anaviy pozitsiyani nomoyon bo'lishga xos xususiyatlar ochib berilgan.

N.N. Shomurotova "O'zbek oilalarida reklama mahsulotlarini idrok qilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari" mavzusida tadqiqot o'tkazgan. U Toshkent shahri misolida nuklear tipdagi yosh va o'rta yoshli oilalar orasida reklamanning er-xotin ustanovkalari tizimidagi ifodalanishini empirik ravishda tadqiq etgan.

Professor Karimovanning ilmiy izlanishlari reklama psixologiyasi nazariyasini boyitibgina qolmay, uni amaliy sohaga ham tatbiq etishga qaratilgan. U quyidagi g'oyalarni ilgari surgan:

- insonning ruhiy salomatligi, oiladagi va jamiyatdagi o'rni oliy qadriyat ekanligi;
- insonlarning o'z ruhiy salomatligiga barqaror qadriyat sifatida munosabatini shakllantirish zarurligi;
- reklama orqali yoshlar ongida ijobiy qadriyatlar va milliy o'zlikni shakllantirish imkoniyatlari.

Bugungi kunda ham O'zbekiston Respublikasida inson omiliga e'tibor, uning jismoniy va ruhiy salomatligini mustahkamlashga oid ko'plab normativ hujjatlar qabul qilinmoqda. Ushbu siyosat professor Karimovanning ilmiy qarashlari bilan uyg'unlikda rivojlanmoqda.

Raqamli texnologiyalar sharoitida reklama psixologiyasi yangi bosqichga chiqmoqda:

- onlayn marketing va ijtimoiy tarmoqlardagi reklama – yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda;

- neuromarketing – inson miyasida reklamaning neyrofiziologik ta'sirini o'rganish imkonini bermoqda;
- brend psixologiyasi – milliy brendlarni shakllantirishda psixologik usullarni qo'llash dolzarb bo'lib bormoqda;
- etnopsixologik tadqiqotlar – milliy qadriyatlarni hisobga olgan reklama strategiyalari yuqori samaradorlikka erishmoqda.

Xulosa qilib aytganda, O'zbekistonda reklama psixologiyasi sohasida ko'plab tadqiqotlar amalga oshirilgan bo'lib, bu borada professor Karimova Vasila Mamanosirovnaning hissasi beqiyosdir. U nafaqat reklama psixologiyasining nazariy asoslarini yaratdi, balki amaliy jihatdan ham yangi tadqiqotlar maktabini shakllantirdi.

Kelajakda reklama psixologiyasi O'zbekistonda ham raqamli texnologiyalar, neuromarketing va milliy qadriyatlarni uyg'unlashtirish asosida yanada rivojlanishi shubhasizdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Karimova V.M. Shaxs psixologiyasi va uning rivojlanish omillari. – Toshkent: Fan, 2008.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2012.
3. Karimova L.I. O'zbekiston sharoitida reklama mahsulotlarini ishlab chiqish texnologiyalarini aniqlashning ijtimoiy-psixologik omillari. – Toshkent, 2015.
4. Shomurotova N.N. O'zbek oilalarida reklama mahsulotlarini idrok qilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. – Toshkent, 2019.
5. Kotler F. Marketing Management. – New Jersey: Prentice Hall, 2003.
6. Katz D. The functional approach to the study of attitudes. *Public Opinion Quarterly*, 24(2), 1960.
7. Levin K. Principles of Topological Psychology. – New York: McGraw Hill, 1936.

SHAXSDA HISSIY JARAYONLAR BUZILISHIGA IJTIMOIIY TARMOQLARNING TA'SIRI

*Omonova Sevara Mamirjonovna
Qo'qon davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasida
katta o'qituvchisi, psixologiya fanlari nomzodi (PhD)*

Tadqiqotlarga ko'ra butun dunyoda 3 milliard kishi, sayyorada 40 foiz inson ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadi. Izlanishlar bir kunda o'rtacha ikki soat ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o'tkazishimizni taqozo qilyapti. (Menimcha, shafqat yuzidan 2 soat

deyilgan. Holbuki, ijtimoiy tarmoqlarda butun umrimiz o'tib ketmoqda). Bu har daqiqada yarim million tvit va Snapchat dasturida qayta ishlangan fotosuratni ulashish demakdir.

Hozirgi globallashuv jarayonida va jahonda olamshumul o'zgarishlar sodir bo'layotgan bir paytda biz nafaqat aniq bir inson, balki butun jamiyat hayotiga o'z ta'sirini o'tkazib kelayotgan axborot texnologiyalarining ajoyib ixtirolaridan biri bo'lmish sotsial tarmoqlarni chetlab o'tolmaymiz. Joriy vaqtda sotsial tarmoqlar deyarli butun dunyoni qamrab olgan. Ayniqsa, yosh avlod juda ham sotsial tarmoqlarni yaxshi ko'radi. Kimga internetda o'z rasmlarini qo'yish, olis masofadagi do'stlar va qarindoshlar bilan gaplashish, o'yinlar o'ynash, musiqa tinglash va so'nggi yangiliklardan xabardor bo'lish, statuslarni tinmay o'zgartirish yoqmaydi deysiz?

Agar biz sotsial tarmoqlar soniga va ularning turlariga e'tibor qaratadigan bo'lsak, ularning hammasini yoritishda bu maqola o'jizlik qiladi. Keling biz eng mashhur sotsial tarmoqlar va ularga qancha foydalanuvchi a'zo bo'lganligiga bir nazar tashlaylik: Facebook – 750 million, Twitter – 200 million, Qzone – 480 million, Odnoklassniki.ru – 100 million, V kontakte – 135 million va hokazo. Mana ko'rib turganingizdek, shu raqamlar insoniyatning qanchalik sotsial tarmoqlar ichiga kirib ketayotganligidan dalolat bermoqda. Tabiiyki, sizda savol paydo bo'lishi mumkin: bu yaxshimi yoki aksinchami? Albatta, ko'pchilik bu tarmoqlarni ma'qullaydi va unga ijobiy baho beradi. Chunki, hozir sotsial tarmoqlar bo'sh vaqtni o'tkazishning eng yaxshi vositasi hisoblanadi. Endi esa, keling, sotsial tarmoqlarnig bizning hayotimizga, dunyoqarashimizga, ongimizga, aql-u shuurimizga va sog'lig'imizga qanday ta'sir etishi haqida fikr yuritaylik. Internetning zo'r berib rivojlanishi bilan odamzod borgan sari me'yorni unutib, uning girdobiga bexosdan tortilmoqda. Axir biz bir muhim narsani esdan chiqarmasligimiz darkor: real hayot boshqa, virtual hayot boshqa. Biz kundalik hayotda odamlar bilan jonli muloqotda bo'lamiz, jonli fikr almashinamiz va o'zimizga kerakli bo'lgan xulosalarni chiqaramiz. Virtual hayot esa insonni tamomila dunyoqarashi va ongini o'zgartirib yuborishi mumkin.

Keling, aynan shuni sotsial tarmoqlar misolida ko'raylik. Hozirda sotsial tarmoqlarning PR faoliyati va reklamasi juda rivojlanmoqda. Hatto 2010 yili amerikalik rejisser Devid Fincherning Facebook sotsial tarmog'i asoschisi Mark Tsukerberg haqidagi "Sotsial tarmoq" nomli badiiy filmi suratga olindi. Hozirgi zamonda ko'p yoshlar o'z vaqtlarini sotsial tarmoqlarda o'tkazishadi. Ular hatto darslarini, uy yumushlarini va o'z rejalarini ham yodidan chiqarib yuborishadi. Bu esa, sotsial tarmoqlarga qaram bo'lishdan boshqa hych gap emas. Yoxud boshqacha so'z bilan aytadigan bo'lsak, bu – psixologik qaramlikdir. Internet olamida sayyohat qilar ekansiz, ba'zilarning erta-yu kech "Online", "V seti", "Gotov k obmyeniuyu" kabi statuslarini ko'rasiz.

Ushbu odamlar bamisoli sotsial tarmoqlarda "yashashadi". Ular uchun virtual hayot muammolari va tashvishlari har narsadan, jumladan real hayotdan ustun turadi.

Bizning fikrimizcha, bu tendentsiya salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Chunki inson sotsial tarmoqlarda bo'lar ekan, u o'z hayotini faqat shu tarmoqlar orqali ko'radi, xulosalarni tarmoq nuqtai nazaridan va ulardagi a'zolar fikrlaridan chiqaradi, uning dunyoqarashi shu tarmoq doirasida shakllanadi, xullas bunday insonlarning ongi faqat bir olamda yashaydi. Inson real hayotidagi kamchiliklarini, siqilishlarini va muvaffaqiyatsizliklarini tarmoqda qoplashga intiladi. Rasmlar va ularga berilgan sharhlar, yangi do'stlar, yorqin lavhalar va tarmoqlararo uyushmalar odamni to'liqlantiradi. Internet ularning fikrlashini butunlay o'zgartirib yuboradi.

Undan tashqari sotsial tarmoqlar g'arazgo'y odamlarning yovuz maqsadlariga xizmat qilishlari mumkin. Masalan, tarmoqqa qo'yilgan axborot va xabarlar boshqalar tomonidan o'g'irlanishi, buzilishi va boshqa tarmoq a'zolariga yuborilishi mumkin. Yoki firibgarlar qalbaki rasmlar va yolg'on ma'lumotlar bilan o'z maqsadlariga erishishlari mumkin. Hatto sotsial tarmoqlar butun boshli qotilliklar, isyonlar, urushlarga sabab bo'lishi mumkin. Masalan, zamonaviy fanda "informationsion urush" degan atama mavjud. Informationsion urush sotsial tarmoqlarda juda qo'l kelishi mumkin. Ana endi hozirgi vaqtdagi voqyealar bilan sotsial tarmoqlarin bog'laylik. Ma'lumki, 2011 – yilning boshi butun jahonning diqqat – e'tiboriga sazovor bo'lgan "arab inqiloblari" yoki "arab bahori" nomli voqyealar bilan boshlandi. Tunisda boshlangan davlat to'ntarishi zanjirli reaksiya bo'ylab Misr, Liviya, Suriya, Iordaniya, Yaman va boshqa arab davlatlariga tarqaldi. Bu to'ntarishlarga ahamiyat beradigan bo'lsak, harakatlarni boshlaganlar 18 – 35 yoshlardagi fuqarolar edi. Ya'ni, ular ham sotsial tarmoqlar ta'siri ostida bo'lib qolib, ularning boshqa o'lkalardagi do'stlari qanday yashayotganligini ko'rib o'z hayotlarini tubdan o'zgartirishga ahd qilishdi. Masalan, Misrdagi tartibsizliklar "Twitter inqilobi" degan nomni oldi. Qarangki, sotsial tarmoq qanchalik jamiyat hayotiga va davlat siyosatiga o'z ta'sirini o'tkaza oldi. O'ylashimizcha, bu dalil sotsial tarmoq ta'siriga tushgan yangi fuqarolik jamiyati shakllanishinig boshlanishidir.

Yaqindagina ommaviy axborot vositalarida biz bir xabarga duch keldik. Ma'lumki, Saudiya Arabistonida ayollarga transport vositasini haydash taqiqlanadi. Arab dunyosida bo'layotgan voqyealarni kuzatib borgan Saudiya Arabistonidagi ba'zi ayol fuqarolar Facebook tarmog'ida o'z sotsial uyushmasini tuzishdi. Bu uyushmada ularni bir g'oya birlashtirib turdi, ya'ni ular ayollarni avtomobil haydashga va barcha taqiqlarni yo'q qilishga chaqirishgan. Yana bir misol. Shu yilning iyul oyida tinch Norvegiya aholisini larzaga solgan qo'poruvchilik xarakati ham tarmoqda o'z aksini topgan. 77 kishining shafqatsiz tarzda olamdan ko'z yumishiga sababchi bo'lgan Anders Breyvik ham o'z rejalarini Facebook tarmog'ida doimiy yoritib kelgan.

Xulosa qilib aytganda, yoshlar bo'sh vaqtini faqat sotsial tarmoqlarda o'tirish bilan o'tkazishlari noto'g'ri. Chunki, jonli, haqiqiy va real muloqot o'rnini hyech narsa bosa olmaydi. Yoshlar kitob o'qishlari, o'z ustilarida ishlashlari hamda ijtimoiy faollikni oshirishlari lozim. Tarmoqdagi faollik hyech narsani belgilamaydi va inson

to‘g‘risida haqqoniy bo‘lmagan ma’lumotlarni saqlashi mumkin. Maqolamizga yakun yasari ekanmiz, biz sotsial tarmoqlarning hayotimizga bo‘lgan ta’sirini rad etolmaymiz. Biz ongli ravishda sotsial tarmoq a’zosi bo‘la turib, real hayot va virtual hayotni farqlay bilishimiz lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения / Г.М. Бреслав. – М.: Педагогика, 2013. – 654с.
2. Gamezo M.V., Domashenko I.A. Atlas po psixologii. M., 2002
3. G. Sele. Stress bez distressa. –M., 1998.
4. Bodoyanova N.E. Psixodiagnostika stressa. Piter press. 2009.336 s.
5. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания /И.М. Юсупов. – Казань: Татарское книжное изд-во, 1991. – 192 с.
6. Qayumov Baxtiyor. (2024). THE CORRELATION RELATIONSHIP OF THE DEVELOPMENT OF CREATIVITY IN ADOLESCENTS WITH ACHIEVEMENT MOTIVATION. Next Scientists Conferences, 1(01), 24–27. Retrieved from <https://nextscientists.com/index.php/scienceconf/article/view/261>
7. Omonova, S. M. "THE ROLE OF FOREIGN EXPERIENCE IN PROTECTING TEENAGERS FROM THE IMPACT OF THE VIRTUAL WORLD." *Modern Science and Research* 3.12 (2024): 1366-1370.
8. Omonova, S. M. "THEORETICAL BASIS OF THE STUDY OF EMPATHIC ABILITIES IN MODERN PSYCHOLOGICAL RESEARCH." *Modern Science and Research* 3.12 (2024): 1371-1375.

BULLING HODISASINING O‘SMIR TARAQQIYOTIGA FIZIOLOGIK VA PSIXOLOGIK TA’SIRI

*D.D.Oribboyeva,
NamDPI dotsenti*

O‘smirlik davri – bu, o‘zini anglashning intensiv shakllanishi va rivojlanish davri, bu adaptatsiya strategiyalari, shaxslararo munosabatlar va boshqalar bilan o‘zaro ta’sir modellarini shakllantirish uchun muhim davrdir. Ko‘pchilik o‘smirlar uchun o‘z shaxsini izlash (ijtimoiy, etnik, diniy va h.k.) dolzarb hisoblanadi. Ushbu yosh davri davomida o‘smirlar turli xulq-atvor modellarini "sinab ko‘rish" uchun ochiqroq bo‘ladilar, bu ularni kimligini bilish uchun yordam beradi. O‘z shaxsini topishga va kimligini aniqlashga intilayotgan o‘smirlar, ehtimol, bir qator turli xil va shakllarning

sikllaridan o'tib, o'zlariga eng mosini topishga harakat qiladilar.

O'smirlik davrida shaxsni rivojlantirish va saqlash ko'plab omillar tufayli murakkab vazifadir, masalan, oilaviy hayot, atrof-muhit va ijtimoiy maqom, har qanday tashqi ta'sir o'smir bolaning shaxsiyatiga o'z izini qoldiradi. Zo'ravonlik voqeasi o'smirda shaxsning viktimizatsiya mexanizmlarini ishga tushiradi, bu esa umri davomida salbiy oqibatlarga olib keladi. Shu fakt tufayli maktabda xavfsizlikni tashkil qilish bugun muhim rol o'ynaydi.

Bulling – juda keng tarqalgan hodisa bo'lib, u ko'pincha o'smir shaxsiyati, oila va jamiyatga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tahqirlash ishtirokchilarida og'ir jismoniy va psixologik oqibatlar, shu jumladan, o'z joniga qasd qilish holatlarini keltirib chiqarishi tufayli, bullingning oldini olish va uni bartaraf etish sohasidagi tadqiqotlar juda muhimdir.

Maktabdagi zo'ravonlik (bulling) vaziyati, uzoq doimiy tahqirlash holati bo'lgani uchun, o'z tabiatiga ko'ra etarlicha stressli va uning barcha ishtirokchilari uchun katta ijtimoiy va psixologik oqibatlarga olib keladi. Shunday qilib, M. Watson va Dj. Bernshteyn ishonchli ravishda isbotlaganki, uzoq muddatli tahqirlash qurbonlari o'z tengdoshlariga qaraganda nerv-psixik buzilishlar va depressiyaga ko'proq duchor bo'ladilar. Shuningdek, olimlar ta'kidlaydilar, yoshligidan bulling qurbonlari keyinchalik boshqa turdagi zo'ravonlik qurbonlari bo'lish ehtimoli ko'proq, ularning atrof muhiti o'zgarishidan qat'iy nazar.

Maktab zo'ravonligi (bulling) vaziyati, uzoq va sistematik tahqirlash holati bo'lgani uchun, o'z tabiatiga ko'ra etarlicha stressli va uning barcha ishtirokchilari uchun katta ijtimoiy va psixologik oqibatlarga olib keladi. Shunday qilib, M. Watson va Dj. Bernshteyn ishonchli ravishda isbotlaganki, uzoq muddatli tahqirlash qurbonlari o'z tengdoshlariga qaraganda nerv-psixik buzilishlar va depressiyaga ko'proq duchor bo'ladilar. Shuningdek, olimlar ta'kidlaydilar, yoshligidan bulling qurbonlari keyinchalik boshqa turdagi zo'ravonlik qurbonlari bo'lish ehtimoli ko'proq, ularning atrof muhiti o'zgarishidan qat'iy nazar.

Zo'ravonlik natijasida kelib chiqadigan buzilishlar, hoh darhol, hoh kechiktirilgan bo'lsin, shaxsiyatning barcha funksiyalariga ta'sir qiladi. Ular kelajakda insonning o'zini to'liq ro'yobga chiqarishiga to'sqinlik qiluvchi barqaror shaxsiy o'zgarishlarga olib keladi.

Maktabdagi tahqirlash va tahqirlash ta'lim olayotganlar tomonidan maktabdagi atmosferaga salbiy ta'sir qiladi va o'smirlar sog'lig'i bo'yicha shikoyatlari, qo'rquv va depressiya ularning maktabga qatnashi, darslardagi konsentratsiyasi va muvaffaqiyatiga ta'sir qiladi.

Bulling maktab yoshidagi bolalar va o'smirlar o'rtasida jiddiy muammo bo'lib, u barcha ishtirokchilarga, qurbonga, kuzatuvchiga va ta'qib qiluvchining o'ziga ham qisqa va uzoq muddatli oqibatlarga ega. Bulling qurbonga jiddiy jarohatlar etkazadi. Bullingning salbiy oqibatlari turli xil bo'lishi mumkin: o'qishdagi yutuqlarda emas,

balki o'ziga nisbatan hurmatsizlik va ishonchsizlikdan tortib, yomon uyqu va diqqatni jamlashga qodir emasligigacha. Ijtimoiy izolyatsiya va yolg'izlik hissi depressiv holatlarning rivojlanishiga olib keladi. Uquv motivatsiyasi ancha pasayadi va hatto maktabga borishni xohlamaslikka olib keladi. Bulling o'z joniga qasd qilishning ko'p sabablaridan biridir [Krivsova, Shapkina, Belevich, 2016]. Shuningdek, bulling uzoq muddatli jismoniy va psixologik oqibatlariga ega bo'lishi mumkin. Ulardan ba'zilari quyidagilarni o'z ichiga oladi: uydan qochish, maktab hayotidan chetlanish, maktab tadbirlaridan uzoqlashish, yolg'iz qolish istagi, uyalish, qorin og'rig'i, bosh og'rig'i, panika hujumlari, uyqusizlik, tush ko'rish.

Hozirgi vaqtdagi ta'lim tizimida mutaxassislarning ta'kidlashicha, bolalar o'rtasidagi munosabatlarda zo'ravonlik, tahqirlash va masxara qilish holatlari ko'payib bormoqda, bu shaxsiy destruksiyalarga, depressiv holatlarga va o'z joniga qasd qilish urinishlariga olib keladi.

Tahqirlash (bulling) o'smirlar (bolalar) ning psixik sog'lig'i buzilishiga olib keluvchi muhim ko'rsatkichlardan biri hisoblanadi. Bu holat turli xalqaro hisobotlarda tan olinadi, bu hisobotlar bolalar va o'smirlar farovonligining buzilishi ko'rsatkichlari qatorida bullingni o'z ichiga oladi. Tengdoshlar o'rtasidagi tahqirlash turli emotsional simptomlar, masalan, tashvish, depressiya, destruktiv xulq-atvor (nasha va spirtli ichimliklar suiiste'mol qilinishi) va hatto keyinchalik rudda e'tiborsiz xulq-atvor va h.k. bilan bog'liq [1].

O'z joniga qasd qilish fikrlari va ularni amalga oshirish bulling vaziyatida eng jiddiy xavf bo'lib, jamiyat uchun eng shokli va travmatik oqibatdir. Bullingning sog'liqqa uzoq muddatli ta'siri haqidagi eng muhim ilmiy ishlardan biri ingliz olimlari tomonidan katta tanlovda (taxminan 1500 kishi) o'tkazilgan longityud tadqiqotidir, bu tadqiqotda bolalik davrida maktab yillarida tahqirlash jarayoniga qurbonlar va agressorlar sifatida jalb qilinganlar [2]. Bolalikda tahqirlash qurboni bo'lgan kattalar yoki o'zini navbatma-navbat qurbon yoki agressor sifatida tutadiganlar katta yoshda turli psixik buzilishlarni namoyon qiladilar: ularda o'z joniga qasd qilish fikrlari (asosan erkaklarda), agorafobiya (ayollarda), shuningdek, depressiya, panik buzilishlar va umumiy tashvish buzilishi (har ikki jinsda ham uchraydi).

Maktabda bulling qilgan shaxslarda shaxsiyatning antisotsial rivojlanishi hukmronlik qiladi [3]. Bullingning psixologik oqibatlari juda jiddiy va ba'zan fojeali bo'lishi mumkin. Tahqirlanish qurbonlari maktabga bormay qo'yishadi, darslar va sinfdoshlarini yoqtirmaslik, o'qishni yomonlashtirish va h.k. Viktimizatsiya bullingdan keyin og'ir emotsional holatlar, qiynoqlar, depressiya, tashvish va bolalarda o'z joniga qasd qilish fikrlari va niyatlari bilan bog'liq bo'lishi mumkin [4].

Viktimizatsiya qurboni bo'lgan o'smirlar noxush xulq-atvor simptomlarini namoyon qilishi mumkin. Masalan, agar avval o'smir atrofidagilarga nisbatan agressiya ko'rsatmagan bo'lsa, keyinchalik u o'z boshidan kechirgan agressiv harakatlar va tahqirlashlarni takrorlay boshlashi mumkin. Maktab yillaridagi travma tajribasi

o'smirda depressiv holatlarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Depressiya viktimizatsiyaning turli shakllari, jumladan, jinsiy viktimizatsiya, zo'ravonlik jinoyatlari, tengdoshlar tomonidan tahqirlash va oiladagi zo'ravonlik bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Tahqirlash (bulling) emotsional buzilishlarga olib keladi — o'smirlar yolg'izlik, baxtsizlik va qo'rquv hislarini tutishlari mumkin. Bu ularda noqulaylik va o'zlarida nimadir noto'g'ri ekanligiga ishonch hosil qiladi. Bolalar o'zlariga bo'lgan ishonchni yo'qotishi va maktabga qatnashni yoqtirmaslikni boshlashi mumkin. Tahqirlash xususan, dunyoqarashi hali shakllanib bo'lmagan o'smirlarga jiddiy ma'naviy zarar etkazadi. Tahqirlashning salbiy ta'sirini zo'ravonlik guvohlari ham his qilishadi. Ular keyingi qurbon bo'lishdan qo'rqishadi. Hatto ular tahqirlash ob'ektlari bo'lmasa ham, ularning ko'pchiligi o'zini himoya qilish uchun vaziyatga aralashmaslikni afzal ko'radi, to'g'ri reaksiya qilishni bilmaydi.

Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, agressorlar agressiv xulq-atvor, jinsiy tazyiq va jinoyatchilik holatlariga katta yoshda ko'proq jalb qilinish ehtimoli yuqori. Bulling tufayli kelib chiqqan stress va tashvish bolalarning o'quv jarayonini jiddiy qiyinlashtiradi. Bu diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklar orqali namoyon bo'ladi va o'quv materiallariga e'tibor qaratish imkoniyatlarini pasaytiradi, bu esa ularning maktabda olinayotgan ma'lumotlarni eslab qolish qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bulling qurboni bo'lgan bolalar ko'pincha o'zlarini keraksiz, nochor, zaif va qo'rquvda his qiladilar, ayniqsa, agar agressorga nisbatan jismonan zaif bo'lsalar.

Bullingning yorqin uzoq muddatli oqibatlaridan biri emotsional zarardir. Bu holatning qurbonlari ko'pincha olislashish, sezgirlik, o'zini to'sish va nizolardan qochishni boshlaydilar. Ular turli psixosomatik simptomlarni, yuqori darajadagi tashvish va o'z-o'ziga ishonchsizlikni his qilishlari mumkin. O'qishga bo'lgan motivatsiyaning pasayishi va muloqotda qiyinchiliklar ham qurbonlarda uchraydi. Keyinchalik, bu simptomlar o'zini kam baholash, ishga joylashish imkoniyatlarining cheklanganligi, davom etayotgan dushmanlik hislari yoki intiqomga moyillik, atrofdagilarga ishonchsizlik, yangi ijtimoiy guruhlariga kirishni istamaslik va ijtimoiy izolyatsiya sifatida namoyon bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, alkogolizm yoki narkotik moddalarga moyillik, shuningdek, huquqiy muammolar va oilaviy zo'ravonlik holatlari ham rivojlanishi mumkin.

Bola doimiy ravishda og'riqli yoki travmatik voqealarga duch kelganda, u o'z hissiyotlari va xulq-atvorini nazorat qilishni yo'qotadi, bu nochorlik hissiga olib keladi. Bu holat "o'rganilgan nochorlik" deb ataladigan fenomenga olib kelishi mumkin. "O'rganilgan nochorlik"ni his qilgan bolalar, hatto holatni o'zgartirish yoki undan qochish imkoniyati mavjud bo'lsa ham, o'z tashvishli vaziyatlarini o'zgartirish yo'llari yo'q, deb ishonadilar. Bu holat turli psixologik buzilishlarni, masalan, tashvish buzilishlari, depressiya va fobiyalarni keltirib chiqarishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, umumiy viktimizatsiya va o'smirlardagi salbiy kayfiyat o'rtasida

to‘g‘ridan-to‘g‘ri bog‘liqlik .

Bullingni asoratsiz voqea yoki o‘smirlik davridan o‘tib ketishning muqarrar qismi sifatida qarash mumkin emas. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bullingning qisqa muddatli oqibatlaridan tashqari, inson shaxsiyatiga uzoq muddatli ta’sir ko‘rsatadi. Bulling qurbonlari jismoniy va ruhiy salomatlikning buzilishi xavfiga duchor bo‘ladilar. Bu stressli tajriba ularning katta yoshda psixologik farovonlik va ijtimoiy muvaffaqiyat darajasini pasaytirishi mumkin. Bullingning uzoq muddatli ta’sirlari erta aralashuv va bulling qurbonlarini qo‘llab-quvvatlash muhimligini ta’kidlaydi.

Bullingning oqibatlari nafaqat qurbonlarga, balki agressorlarga ham ta’sir qiladi, ayniqsa, ularning harakatlari jazosiz qolgan bo‘lsa, bu mas’uliyatsizlik hissiga olib kelishi mumkin. Guvohlar va neytral kuzatuvchilar ham ikkinchi darajali travmatizatsiyani boshdan kechiradi; ularning emotsional holati va psixologik bardoshlilik yomonlashadi, chunki ular doimiy ravishda keyingi "qurbonlar"ga aylanib qolish qo‘rqquvida yashaydilar. Shuning uchun, o‘smirlarning bulling vaziyatlaridagi viktimizatsiyasi bilan bog‘liq barcha omillar va oqibatlarni to‘liq ko‘rib chiqish muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.Издевательства со стороны сверстников в детстве и их влияние на психопатологию, суицидальность и преступность во взрослом возрасте Анат Брунштейн Кломек ¹, Андре Сурандер ², Хенрик Элонхеймо ³ Психиатрия в журнале «Ланцет» 2015 октябрь;2(10):930-41. doi: 10.1016/S2215-0366(15)00223-0. Epub 2015 29 сентября.

2.Дитер Вольке ¹, Уильям Э. Коупленд , Адриан Ангольд , Э. Джейн Костелло Влияние травли в детстве на здоровье, благосостояние, преступность и социальные результаты во взрослом возрасте Психологическая наука 2013 октябрь;24(10):1958-70. doi: 10.1177/0956797613481608. Epub 2013 19 августа.

3.П аттерсон, Г. Р. (1992). Изменения в развитии антисоциального поведения. В книге под редакцией Р. Д. Питерса, Р. Дж. Макмахона и В. Л. Куинси « *Агрессия и насилие на протяжении жизни*» (стр. 52–82). Sage Publications, Inc.

4. Ригби, К. С., Деси, Э. Л., Патрик, Б. К., и Райан, Р. М. (1992). За пределами дихотомии «внутреннее–внешнее»: самоопределение в мотивации и обучении. *Мотивация и эмоции*, 16 (3), 165–185. <https://doi.org/10.1007/BF00991650>

5. Oribboyeva , D. (2024). BULLING O‘SMIRLARDA DOLZARB MUAMMO SIFATIDA. Universal Xalqaro Ilmiy Jurnal, 1(12), 115–117. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/universaljurnal/article/view/58095>

6. Д. Д. Ориббоева, Н. Б. Каримова Психологик тадқиқотларда буллинг муммосининг гендер тахлили // Science and Education. 2025. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologik-tad-i-otlarda-bulling-mummosining-gender-tahlili> (дата обращения: 02.09.2025).

**BOLANI SHAXS SIFATIDA SHAKLLANISHINI BA'ZI
PSIXOLOGIK MUAMMOLARI.**

*Oripova Maxfuza Alyonovna
Bog'dod tumani MTB 25-umumiy o'rta
ta'lim maktabi amaliy psixologi.*

Psixologiya sohasida bolaning ruhiy tabiati, uning rivojlanishi va rivojlanishidagi kechikishlar psixologlar tomonidan uzoq vaqtdan beri tashvish va adolatli kuzatishni keltirib chiqaradigan muammolardan biri sifatida e'tirof etilgan. Bola psixikasining rivojlanishini o'rganuvchi va bu muammoni psixologik omil deb hisoblaydigan yetakchi amaliyotchi psixologlarning ilmiy qarashlari e'tiborga loyiqdir. Ular orasida S.L. Rubinshteyn, L.S. Vygotskiy, Z. Freyd, D.S.Xall, P.P. Blonskiy, D.G. Jekson, F.Xoltsman, A.N. Leontiev, A.R. Luriya, E. Kretschmer, J. Piaget, S. Skribner, K. Goldstein, G. S. Sallivan, Yu. Bu muammo yuzasidan Kazanin, X.Verner, B.Kaplan va boshqa ko'plab psixologlar qimmatli ilmiy-amaliy fikr va mulohazalar bildirgan. Ular orasida, L.S. Vygotskiy, bolaning rivojlanishidagi psixologik kechikishning ko'rinishlaridan biri - bolaning og'zaki tushunchalarni o'z yoshiga moslashtira olmasligi yoki uning harakatlarining o'z yoshiga nomutanosibligi. Bola o'zining ichki "men" ni, ya'ni tashqi ta'sir ob'ekti haqida fikr yuritish funksiyasini to'liq va samarali bajara olmaydi. Natijada, bola rivojlanishdan orqada qoladi va tashqi va ichki ruhiy xususiyatlarning shakllanishini ta'minlay olmaydi, buning natijasida tengdoshlariga nisbatan uning harakatlarida keskin nomutanosibliklar sezila boshlaydi. Ko'rinib turibdiki, bolaning shaxsiyati nafaqat biologik omillarning, balki individual va ijtimoiy-psixologik xususiyatlarning uyg'un ta'siri ostida ham rivojlanadi. Shuni ta'kidlash kerakki, psixologiya sohasida rivojlanishning psixologik omillaridan ko'ra biologik rivojlanishni birinchi o'ringa qo'yadigan nazariyotchilar ham mavjud. Jumladan, biogenetik nazariyotchilar va Z.Freyd o'z shogirdlari bilan birga inson faoliyatini yo'naltiruvchi asosiy omil - bu xususiyat, kalit, asl ongsiz impuls va harakatlarni harakatga keltiruvchi kuch ekanligini tan oldilar. Britaniyalik genetik olim S.Auerbax asosiy omillar sifatida bolaning aqliy rivojlanish darajasi, uning maxsus qobiliyatlari va atrof-muhit xususiyatlarini belgilaydigan individual fazilatlari deb hisoblaydi. 3 Avstraliyalik psixolog K. Bouler bolaning nafaqat aqliy rivojlanishida, balki axloqiy fazilatlarni shakllantirishda ham genetik omilni yetakchi deb hisoblagan bo'lsa, 4 amerikalik psixolog va pedagog D.Dyui "inson tabiatini o'zgartirib bo'lmaydi, irsiyat uning tabiatini belgilaydi" degan fikrda. 5 Yuqorida qayd etilgan psixolog va pedagoglarning bola shaxsi va uning shakllanishi haqidagi qarashlari, albatta, bir tomonlama bo'lib, homilaning tug'ruqdan oldingi davrdagi psixofiziologik va mantiqiy holati va unga ta'sir etuvchi omillar, ijtimoiy muhit, shaxslararo munosabatlar va tarbiya kabi omillarni hisobga olmaydi. Darhaqiqat, psixologiyada bir-biriga mos keladigan,

ammo sifat jihatidan tubdan farq qiladigan "odam", "shaxs" va "individuallik" tushunchalari mavjud. Agar odamni biologik nuqtai nazardan ko'rib chiqsak, u sut emizuvchilar sinfiga mansub biologik mavjudot bo'lib, ontogenetik rivojlanishi unga to'g'ri yurish imkonini beradi, qo'llari mehnatga moslashgan, miyasi yuqori darajada rivojlangan va hokazolar unga xosdir. Ijtimoiylashtirish nuqtai nazaridan, inson ong bilan qurollangan va u orqali u dunyoni ham idrok eta oladi, deb taxmin qilinadi. Inson jamiyatning faol ongli a'zosi sifatida o'z his-tuyg'ulari va mayllariga tayangan holda, ma'lum me'yorlar asosida o'z taassurotlarini boshqalar bilan bo'lishishi mumkin biladigan, o'z ongi bilan boshqalarga ta'sir eta oladigan shaxs.

Shaxsning individualligi dunyodagi barcha odamlarning o'ziga xosligi, ularning har birining o'ziga xosligi, intellektual, hissiy, irodaviy fazilatlari bilan belgilanadi. Bundan ham ko'rinib turibdiki, inson tug'ma shakllangan ko'rish, eshitish, idrok etish, teginish, sezgi va boshqa xususiyatlar bilan bir qatorda, ta'lim-tarbiya ta'sirida asta-sekin o'z hayot va faoliyati sharoitlarini axloqiy-me'yoriy sifatlar bilan ta'minlaydi. Mashhur rus psixologi S. L. Rubinshteyn ta'kidlaganidek, "...shaxs – tashqi ta'sirlar yo'nalishini o'zgartiruvchi ichki sharoitlar yig'indisidir"¹. Psixologiya sohasidagi yana bir muammoli masala bo'lib, unda turli nuqtai nazarlar mavjud bo'lib, bu shaxsning ruhiy rivojlanishida genetik, tug'ma, orttirilgan yoki ijtimoiy omillardan qaysi biri ustunlik qiladi. Masalan, bolaning ota-onasidan meros bo'ladigan anatomik va fiziologik xususiyatlariga qo'llar, oyoqlar, yuz tuzilishi va boshqalar kiradi. Psixologik nuqtai nazardan atrof-muhitga moslashish, erkin harakatlanish va ongda ob'ektlar va hodisalarning tasvir sifatida aks etishi umumiy jarayon, lekin uni amalga oshirish darajasi har bir kishi uchun har xil. Zero, inson tashqi dunyo bilan munosabatlarga kirishganda avlodlar avlodga orttirilgan yoki meros bo'lib qolgan anatomik anomaliyalar (regressiya) (oyoq va qo'llarning kalta, bo'yi juda past, tana tuzilishining nomutanosibligi va boshqalar) inson ruhiyatiga, uning jamiyatda o'z o'rnini topa olish qobiliyatiga salbiy ta'sir qiladi. Shuning uchun ham bola psixikasining rivojlanishiga tashqi muhitning yetakchi ta'sirini inkor etib bo'lmaydi. Yetakchi psixologlar L.S. Vygotskiy, S.G. Rubinshteyn, A.V. Leontiev va boshqalar avlodlar irsiyatining rolini inkor etmasdan, bolaning yaxlit shaxs sifatida shakllanishida ijtimoiy muhit yetakchi omil ekanligini e'tirof etganlar. Hatto bir tuxumdan bir xil tabiiy sharoitda tug'ilgan bir xil egizaklar ham, ta'lim usullariga qarab, kombinatsion, ya'ni ijodiy faoliyatning alohida turlarida butunlay boshqacha natijalarga erishganligini ko'rsating. Shunday ekan, bolaning komil inson bo'lib shakllanishida avlodlar avlodga o'tadigan omillar ustunlik qiladi, tashqi omillar faqat instrumental rol o'ynaydi yoki ijtimoiy muhit hukmron bo'ladi, ota-onadan genlar orqali uzatiladigan omillar asosiy emas desak, ikkala tushunchada ham xatoga yo'l qo'yamiz. Bolaga to'g'ri ta'lim va tarbiya berish, ularning teng va barkamol o'zaro munosabatlari asosidagina biz bolani har tomonlama barkamol shaxs sifatida shakllantirishimiz mumkin. Bolaning to'g'ri tashkil etilgan ta'lim va tarbiyasi, oilaning tabiati va uning a'zolari o'rtasidagi munosabatlar, bola o'zaro

munosabatda bo'lgan ijtimoiy guruhlar, u tanlagan kasb, bolaning ichki ma'naviy imkoniyatlarini mukammallashtirish kabi bir qator ijtimoiy va biologik omillar insonning shaxs sifatida shakllanishiga, uning o'zini va boshqalar bilan munosabatlarini tushunishga, shuningdek, uning aqliy rivojlanishiga ta'sir qilmaydi. Bu borada ko'pgina Sharq olimlari ham o'z fikrlarini bildirganlar. Jumladan, Abu Nasr Forobiy "Ezgu odamlar shahri" asarida inson va uning ruhiyati haqida ajoyib mulohazalar bildirib, psixikaning rivojlanishi bevosita biologik va atrof-muhit omillariga bog'liq bo'lib, ular ta'sirida shakllanishini ta'kidlagan. Ibn Sino "Tib qonunlari" asarida inson tanasining tuzilishi, undagi fiziologik jarayonlar va ular bilan bevosita bog'liq bo'lgan ruhiy omillar, ularning organizmga ta'siri haqida qimmatli ma'lumotlar bergan. Yusuf Xos Hojibning "Qutadfu bilig" asarida komil inson tarbiyasi asosiy mavzu bo'lsa, Abdurrahmon Jomiyning "Bahoriston", "Tuxfatul Ahror" va boshqalarda farzandni bilimli, ma'rifatli, bilimli, kasbiy malakali qilib tarbiyalash g'oyasi, "Alisher Navoi-ima" asarlarida ko'rib chiqilgan. "Mahbub-ul-qulub" va boshqalarda yetuk, komil inson, uning odob-axloqi, qobiliyati haqida ajoyib fikrlar bildirilgan. Bundan tashqari, Bobur, Furqat, Bedil, Farfoniy, Mashrab, Gulxaniy, Nodira, Uveysiy, Muqimiy, Zavqiy, Avloniy va boshqa ko'plab mutafakkir, yozuvchi, shoir va shoirlar ham o'z ijodlarida yoshlik tarbiyasi, xarakteri, oila hayoti, shaxslararo munosabatlarga alohida e'tibor berganlar. Shunday qilib, ilmiy asoslangan g'oyalar va hayotiy tajriba shuni ko'rsatadiki, agar bola biologik sog'lom ota-onadan to'rtta a'zosi to'liq bo'lmagan holda tug'ilgan bo'lsa (agar bolada anomaliya (regressiya) bo'lsa), uning ma'naviy jihatdan muvozanatli va komil shaxs sifatida shakllanishiga yechim topish qiyin muammo bo'lib qolmoqda.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, tarbiyachi, o'qituvchi va ota-onalarning bola rivojlanishiga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omillarga alohida e'tibor qaratishlari juda muhimdir. E'tibor berish kerak bo'lgan shartlar va omillar qatoriga quyidagilar kiradi: avloddan-avlodga o'tadigan irsiy omillar, sog'lom yoki nosog'lom oila muhiti, bola uchun gigienik yoki nosog'lom muhit, bolaning yoshiga mos kelmaydigan sog'lom va to'g'ri tashkil etilgan yoki nosog'lom ta'lim muhiti, atrof-muhit omillari, texnik va texnologik axborotning to'liq qo'shilishi va hokazo. Shaxs har bir yoshda uning ruhiyatiga ta'sir qiluvchi jismoniy, psixologik o'zgarishlar, fiziologik o'zgarishlar va ijtimoiy moslashuv kabi murakkab jarayonlar mavjud bo'lib, shuning uchun ota-onalar, jamoat faollari va ta'lim muassasalari egalari bilan birgalikda bolaning to'g'ri rivojlanishiga e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – T.: "Ma'naviyat", 2008 y.
2. Vallon A. Bolaning aqliy rivojlanishi. – M.: "Prosveshchenie", 1967. – B. 28.
3. Vygotskiy L.S. Asarlar to'plami. 3 jildda. "Pedagogika", 1984. -P. 30.
4. Rubinshteyn S.L. Fikrlash, til va nutq. // "Psixologiya muammolari", 1974, No 5. -P.

21-38.

5. Leontiev A.N. Yodlashning yuqori shakllarini rivojlantirish. - M.: 1983. -P. 83-88.
6. Leontiev A.N. Psixikaning paydo bo'lishi va evolyutsiyasi. Tanlangan psixologik asarlar. 2 jildda. - M.: "Pedagogika", 1983. -P. 142-166.
7. Luriya A.R. Kognitiv jarayonlarning tarixiy rivojlanishi haqida. - M., 1974. -P. 48.
8. Kolominskiy Ya.L., Jiznevskiy B.P. Ontogenezda birgalikdagi faoliyatning ijtimoiy-psixologik tuzilishini shakllantirish. - M., 1988. -P. 98-105.
9. Royak A.A. Psixologik ziddiyat va bolaning shaxsiyatining individual rivojlanishining xususiyatlari. - M.: "Pedagogika", 1988 yil.
10. Klimov E.A. Mehnatning psixologik mazmuni va tarbiya masalalari. - M.: "Bilim", 1986 yil.
11. Davydov V.V. Shaxs tushunchasi va zamonaviy psixologiya. // "Psixologik jurnal", 1988, No 4. -P. 22-32.
12. SoFinov N., Qodirov U. Bolalarda o'zini o'zi qadrlashning shakllanishining ba'zi ijtimoiy-psixologik jihatlari. - T.: "Akademnashr NMM", 2014 y.

TALABALIK DAVRIDA O‘ZINI O‘ZI RIVOJLANTIRISH VA O‘ZINI O‘ZI FAOLLASHTIRISH O‘RTASIDAGI O‘ZARO BOG‘LIQLIK

G.D.Oskinbaeva

*Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrası asisstenti*

Ma'lumki, o'zini o'zi faollashtirish ehtiyoji yetuk shaxsning asosiy xususiyati ekanligi barchamizga ma'lum. "O'zini o'zi rivojlantirishga bo'lgan dolzarb ehtiyoj, o'zini o'zi takomillashtirish va o'zini o'zi anglashga intilishning o'zi katta ahamiyatga ega. Ular shaxs yetukligining ko'rsatkichi va ayni paytda unga erishishning sharti" hisoblanadi.

O'zini o'zi faollashtiruvchi shaxsning tavsifini tuzishga urinishlar rossiyalik psixologlar tomonidan ham amalga oshirilmoqda, ammo ular amerikaliklarning ishlariga tayanadilar. Individualizm va o'zini o'zi anglash jamoaviy dunyoqarashi bilan to'liq mos kelmaydi.

O'zini o'zi faollashtirish - bu potensial imkoniyatlar, qobiliyatlar va iste'dodlarni uzluksiz ro'yobga chiqarish, o'z vazifasi yoki burchini, taqdirini va shu kabilarni bajarish, o'z tabiatini to'liqroq anglash va qabul qilish, shaxsning birligi yoki ichki uyg'unligiga intilishdir. Shaxs ochiq tizim sifatida faoliyat va faollikning turli shakllari orqali rivojlanib, ijtimoiy va individual kompetensiyalarni egallaydi, o'zini o'zi faollashtirishga intiladi. Insonning o'zini o'zi rivojlantirish mexanizmlari va shart-sharoitlarini, undagi mavjud salohiyatni ro'yobga chiqarishni tadqiq etish zamonaviy mamlakatimiz ilmfanida dolzarb hisoblanadi. Shu munosabat bilan o'zini o'zi

faollashtirish o'zini o'zi rivojlantirishni rag'batlantiruvchi, uni ehtiyoj, maqsad va hayotiy strategiyaga aylantiruvchi mexanizm sifatida qaraladi. Oliy ta'lim muassasalari talabalarining o'z shaxsiy salohiyatlarini ro'yobga chiqarish imkoniyatlariga e'tibor qaratish, kasbiy ahamiyatga ega fazilatlar va qadriyatlar yo'nalishini rivojlantirish, o'quv guruhlarida qulay psixologik muhitni yaratish uchun mo'ljallangan. Shaxsiy muammolarni hal qilishda va shaxsning o'zini o'zi anglash, o'zini o'zi qabul qilish va o'zini o'zi rivojlantirish yo'llarini kengaytirishda o'z vaqtida yordam berishdan iborat. Talabalik yillarida bo'lajak mutaxassisning ijodiy shaxsi shakllanmoqda. Uning asosiy vazifasi rivojlanish va o'zini o'zi takomillashtirishni kelajakdagi shaxsiy va kasbiy rivojlanishning maqsadiga aylantirishdir. Shu munosabat bilan o'zini o'zi faollashtirishni o'quv-kasbiy faoliyatda namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlariga ega bo'lgan jarayon va ma'lum bir shaxsiy xususiyatlar bilan ifodalangan va aniq tuzilishga ega bo'lgan integrativ shaxsiy ta'lim sifatida ko'rib chiqish kerak. Oliy ta'lim muassasasida o'qish jarayonida o'zini o'zi faollashtirish keyingi kasbiy faoliyat muvaffaqiyatining garovidir va shuning uchun oliy ta'lim muassasasida o'qish jarayonida kasbiy yo'nalganlik darajasining shaxsiy o'sishga ta'sirini aniqlash muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Bu borada professional ta'lim muassasalari mutaxassislari tayyorlash bo'yicha tajriba-sinov tadqiqotlarini amalga oshirishni alohida ta'kidlash o'rinli hisoblanadi.

Jumladan, E.V. Morodenko "maktab-universitet-ishga joylashtirish» o'tish davrining inqirozli vaziyatlarida zamonaviy yoshlarning ijtimoiy moslashuvining o'ziga xos xususiyatlarini qiyosiy tahlil qildi; A.O.Posajennikova shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini va axloqiy mulohazalarning rivojlanish darajalarini o'rganish bilan shug'ullangan. Shuningdek, Sh.A.Magomedov va D.A. Salmanov pedagogik ta'lim magistri kasbiy tayyorgarligidagi faoliyatli yondashuvining ta'sirini o'rgandilar [28]. Belgilangan g'oyalarni amaliyotga tatbiq etish o'quvchi shaxsida o'zini o'zi faollashtirishga yordam beradigan ta'lim muhitini yaratish orqali mumkin deb hisoblaymiz. Bu esa talabalarning ijodiy o'zini o'zi namoyon qilishlari uchun keng imkoniyatlar tizimi mavjud bo'lganda amalga oshirilishi mumkin. Talabalik yoshi o'zini o'zi faollashtirishning o'ziga xos xususiyatlariga ega. Shunday qilib, bizning oldimizda yetarlicha yuqori intellektual, hissiy jihatdan beqaror, ongli ravishda frustratsiya holatini boshdan kechirayotgan, muloqotchan, xushchaqchaq, samimiy, ijtimoiy ijodkorligi past bo'lgan realist talabalar turibdi. Psixologik to'siqlarning yo'qligi va kasbiy ijodkorlik, bu holda ijtimoiy, o'zini o'zi faollashtirishning ijtimoiy-psixologik omillari bo'lib, ular bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Aksariyat talabalar uchun eng muhimi shaxsiy yo'naltirilganlik, keyin ishbilarmonlik va eng muhimi muloqotga yo'naltirilganlik hisoblanadi. Ishbilarmonlik yo'nalishida o'zini o'zi faollashtirishning ijtimoiypsixologik omili deb hisoblash mumkin.

L.A.Staroverkina tadqiqotlarida aniqlangan qoidalarga asoslanib, biz

rivojlanishning asosiy mezonlari bo'lib xizmat qilgan va bizning ishimizda o'z aksini topgan uchta tarkibiy qismni ajratib oldik, bular: kognitiv, ehtiyojli motivasion va faoliyat-amaliy mezon. Kognitiv mezon tanlangan kasbiy sohada xabardorlik; oliy ta'lim muassasasida o'qitiladigan fanlarning kelajakdagi kasbiy faoliyat uchun ahamiyati; tanlangan mutaxassislikni o'zlashtirish uchun o'z imkoniyatlari, psixologik xususiyatlari, qiziqishi va salomatligini bilish; hayotiy rejalarning aniqligi kabi ko'rsatkichlar bilan belgilanadi. Ehtiyojli-motivasion mezon motivlarning barqarorligi; qiyinchiliklarni yengishga bo'lgan irodaviy munosabat; qadriyat yo'nalishlarining barqarorligi; tanlangan mutaxassislikning kelajakdagi faoliyatidagi roli va o'rining ahamiyatini anglash bilan belgilanadi. Faoliyatli-amaliy mezon mutaxassislikni o'qitish uchun maxsus ko'nikma va malakalarning mavjudligi; imitasion kasbiy faoliyatda faol ishtirok etish; mustaqil, ijodiy, tashabbuskor harakat qilishga intilish; o'z kasbiy ta'lim faoliyati natijalarini tahlil qilish va baholash qobiliyati bilan belgilanadi. Pedagogika va psixologiya fanining gumanistik qarashlarining asosiy muammosi hozirgi vaqtda o'zini o'zi ro'yobga chiqaradigan inson bo'lib qolmoqda. O'zini o'zi anglash toifasi bugungi kunda birinchi o'ringa chiqmoqda. Bizning muammomizga tatbiqan insonning o'zini o'zi faollashtirish va o'zini o'zi ro'yobga chiqarish muammosiga nisbatan qarashlar faoliyatiga yaqinroq ikki xil xarakterga ega. Birinchi jihat yigirma birinchi asrda yuz berayotgan prosessual xususiyatlar bilan bog'liq. Bu ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy jarayonlar bo'lib, inson jamiyatning ulkan qismida va axborot texnologik muhiti bilan bog'liq bo'lgan ma'lum bir muhitda begonalashuvi kabi oqibatlariga olib keladi. Boshqa tomondan, psixologiya va ijtimoiy fanlarning progressiv harakati gumanistik pedagogika bilan birgalikda ob'yektiv hozirgi muammoning axloqiy qiyofasini va axloq hamda ma'naviyat amaliyotiga mos keladigan axloqiy qiyofani topish vazifasini chuqurroq belgilaydi. amonaviy manbalarda ham insonning barcha qirralarini rivojlantirish jarayonida ta'lim-tarbiya sohasiga e'tibor qaratilayotganligini ta'kidlash lozim. Barkamol va har tomonlama rivojlangan shaxs har doim insonparvarlik ruhida umuminsoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotining asosiy shiori va umumiy mezoni bo'lib kelgan va shunday bo'lib qoladi. Psixologiya bo'yicha ko'plab tadqiqotlarda o'zini o'zi faollashtirish shaxs yo'nalishlarining fundamental qoidalari va ilmiy faoliyatda mavjud bo'lgan darajalar bilan o'zaro bog'liq holda tahlil qilish A.Maslou konsepsiyasida o'zini o'zi faollashtiruvchi shaxsni tushunish psixologiya fanida uyg'un rivojlangan shaxs tushunchasiga o'xshash ekanligini aniqlashga yordam beradi. Ushbu tadqiqotlarni asos qilib olgan holda, o'zini o'zi faollashtiradigan shaxsning quyidagi o'ziga xos belgilari mavjud: ongli ravishda "o'zini qabul qilish", mavjudlikni, hayotni ulkan qadriyat sifatida tushunish, ishonchli qat'iyat, intellektual sezgirlik, ijodkorlik, insonning tushuntirish sifatleri bilan aniqlanadigan, muammolarni hal etish va o'zaro aloqalarni oldindan aytib bo'ladigan, tushunish; psixologik komponentlarga e'tibor bilan bog'liq bo'lgan o'zini o'zi tashkil etish, hayotiy mazmunli

qadriyatlarni ongli qabul qilish va talabalikka nisbatan sabr-toqatli munosabatda bo'lish bilan izohlanadi. Inson o'zini o'zi faollashtirishi ba'zi fazilatlarni o'z ichiga oladi: atrofdagilarni ongli ravishda "qabul qilish" va bunga uyg'un e'tibor berish; boshqalarni va o'zini qabul qilish; o'z ishiga kasbiy ishtiyoq; faollik, ijtimoiy muhitdan begonalashish; motivlar va vositalarni, yaxshi va yomonni farqlash; soddalik, impulsivlik, tabiiy uslub; muammolarni yengib o'tishda tashabbuskorlik, muammolar va qiyinchiliklarni anglash kabilarda o'z aksini topadi O'quv jarayonida pedagogikaning shart-sharoitlarini tushunish bo'yicha o'rganilgan ishlarni tahlil qilib (I.Serkov, V.O.Klyuchevskiy, V.I.Perevedensev, A.N.Jdan va boshqalar), ushbu mahsuldorlikni aniqlaydigan chiziqni belgilash kerak. U mustaqil rivojlanishga bo'lgan faol munosabatga, pedagogik jamoaning har qanday ta'lim oluvchining o'zini puxta va qat'iy namoyon etishga bo'lgan motivatsion intilishlariga asoslanadi. O'zini o'zi ro'yobga chiqarish ijtimoiy va mumkin bo'lgan toifalarda samarali va rejali rivojlanishi mumkin. Bunda inson ham psixolog, ham pedagog yordamiga tayanadi, bu esa ijobiy aloqa chegaralarida amalga oshiriladi O'zini o'zi ro'yobga chiqarish muammosini ko'rib chiqishda tashqi yoki ichki xususiyatga ega bo'lgan ma'lum to'siqlarni ham ko'rsatish kerak. Ular ob'yektivlik va sub'yektivlik bilan bog'liq to'siqlar:

1. Ta'lim muassasasi o'zini muvaffaqiyatli namoyon etish va o'zi imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish mezonlarini maxsus shakllantirmaydi
2. Atrofdagilarning tajovuzkorligi, salbiyligi va nizolashuvi, tushunmovchilikning mavjudligi o'zini o'zi anglashni rivojlantirish uchun noqulay omillarni keltirib chiqaradi.
3. Ushbu muammoni hal qilishda har tomonlama o'zaro yordam va hamrohlikning yetishmasligi: pedagogik tarkib, ma'muriyat. Ichki xususiyatli to'siqlar:

1. O'zini o'zi anglash imkoniyatlarining yetishmasligi, shablonlashtirish va stereotiplashtirishga moyillik.

2. O'zini o'zi anglash uchun motivatsiya va intilishlarning yetishmasligi;
3. Kuchsizlik, hayotdan qoniqish bermaydigan o'ziga ishonchsiz munosabat;
4. Har qanday innovatsiyalarga salbiy munosabat .

Psixologiya sohasida xorijda olimlari tomonidan olib borilgan ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, bu o'zini o'zi anglash, o'zini namoyon qilish, muloqot, faoliyat komponentlariga, motivlarga, bog'liq fazilatlarga, o'zini o'zi anglashga, motivatsion intilishlarga, temperamentga sezilarli ta'sir ko'rsatgan (L.I.Bojovich, L.S.Vigotskiy, A.V.Zaporojes, A.N.Leont'yeu, M.S.Kagan, A.Maslou va boshqalar).Faol shaxsning tarkibiy qismini ifodalovchi shaxs tuzilishining eng muhim xususiyati talablar darajasiga bo'lgan komponentidir (O.N.Arestova, L.V.Borozdina, Ye.A.Grigoryan, V.G.Maralov, O.G.Melnichenko, K.Levin va boshqalar).Ushbu komponent shaxsning mustaqil va faol komponentlarini shartlaydi. Shu bilan birga barcha affektiv jarayonlarga ta'sir ko'rsatadi. Xorij psixologik

adabiyotlarda talablar darajasi komponenti sohasida eksperiment va nazariya bo'yicha keng qamrovli material to'plangan. Psixologiya bo'yicha tadqiqotchilarining ishlari shuni ko'rsatdiki, talablar darajasi insonning o'ziga xos xususiyati bo'lib, insonning ma'lum fazilatlarini, ya'ni muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik, ishonchli va ishonchsiz munosabat, o'zini o'zi anglash bilan chambarchas bog'liq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Stephen R. Covey — The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change. Birinchi nashr: 1989.
2. Carol S. Dweck — Mindset: The New Psychology of Success. Birinchi nashr: 2006.
3. James Clear — Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones. Birinchi nashr: 2018.
4. Daniel Goleman — Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Birinchi nashr: 1995.
5. Nishanova, Z. T., Kamilova, N. G., Abdullayeva, D. U., Xolnazarova, M. X. — Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2018
6. Ravshanbekova Asaxon — O'zini o'zi anglash: psixologiya va shaxsiy rivojlantirishdagi roli. Nashr: Yangi O'zbekiston Taraqqiyotida Tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari, 2024, Vol. 14 No. 1, sah. 177–179
7. Jo'rayev, O'. — Rivojlantirish psixologiyasi (ma'ruzalar to'plami). Termiz: nashriyot nomisiz, 2019

SUN'IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARINING PSIXOLOGIK TA'SIRI

*Ostanov Shuxrat Sharifovich
Buxoroda davlat universiteti,
psixologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari doktori (DSc)*

XXI asrda insoniyat hayotining barcha jabhalariga chuqur kirib kelgan raqamli texnologiyalar ichida sun'iy intellekt alohida o'rin egallaydi. Ta'lim tizimi, xususan oliy ta'lim sohasida ham sun'iy intellekt texnologiyalari keng qo'llanilmoqda va ular o'quv jarayonining mazmuni, shakli hamda uslubini tubdan o'zgartirmoqda. Zamonaviy talaba nafaqat an'anaviy bilim olish manbalaridan foydalanadi, balki ta'lim jarayonini individuallashtirish, bilimlarni interaktiv shaklda egallash va o'z-o'zini rivojlantirish imkonini beruvchi intellektual dasturlar, virtual yordamchilar hamda avtomatlashtirilgan o'quv platformalari bilan faol muloqot qiladi.

Shu bilan birga, sun'iy intellektning oliy ta'limga kirib kelishi nafaqat didaktik

samaradorlikni oshiradi, balki talabalarning psixologik holatiga ham sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Bir tomondan, sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish talabalarda motivatsiya, kognitiv faollik va mustaqil fikrlash jarayonlarini kuchaytirishi mumkin. Masalan, adaptiv ta'lim dasturlari talabalarning individual qobiliyat va ehtiyojlarini hisobga olib, ularda muvaffaqiyat hissi va o'z-o'zini baholashning ijobiy shakllanishiga xizmat qiladi. Ikkinchi tomondan esa, sun'iy intellekt texnologiyalarining haddan tashqari qo'llanilishi talabalarda ijtimoiy muloqot ko'nikmalarining pasayishi, intellektual passivlik, texnologiyaga qaramlik yoki stress holatlarini yuzaga keltirishi ehtimoldan xoli emas.

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida oliy ta'lim muassasalari oldida ikki tomonlama vazifa turibdi: birinchidan, sun'iy intellekt texnologiyalaridan ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda foydalanish, ikkinchidan esa, ularning talabalarning ruhiy barqarorligi, shaxsiy rivojlanishi va psixologik farovonligiga ta'sirini ilmiy asosda o'rganish va nazorat qilish. Psixologiya fanida bu jarayon o'quv motivlari, stress boshqaruvi, shaxslararo muloqot, kognitiv yuklama hamda refleksiv qobiliyat kabi ko'rsatkichlar orqali tahlil qilinadi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, hozirgi davrda oliy ta'lim talabalari o'z hayot faoliyatida sun'iy intellektidan foydalanishni odatiy jarayon sifatida qabul qilmoqda. Shuning uchun ham sun'iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta'sirini chuqur o'rganish, uning ijobiy va salbiy oqibatlarini aniqlash, ta'lim jarayonida sun'iy intellekt vositalaridan ongli va samarali foydalanish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish muhim ilmiy va amaliy vazifa hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. So'nggi yillarda sun'iy intellekt texnologiyalarining ta'lim tizimiga jadal kirib kelishi bilan bir qatorda, uning psixologik ta'sirini o'rganishga qaratilgan ilmiy izlanishlar ko'paymoqda. Bu masala, avvalo, oliy ta'limda tahsil olayotgan talabalarning bilim olish jarayonida yuzaga keladigan psixologik o'zgarishlar, motivatsiya, stressni boshqarish, ijtimoiy muloqot va kognitiv faoliyatni tahlil qilish orqali yoritiladi.

Mahalliy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, O'zbekistonda sun'iy intellekt texnologiyalarini ta'lim jarayoniga integratsiya qilish jarayonida, uning talabalarning shaxsiy rivojlanishi va ruhiy barqarorligiga ta'siri masalasi ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Masalan, A. Jo'raev va N. Toshpo'latovalarning izlanishlarida sun'iy intellektga asoslangan ta'limiy platformalar talabalarda o'quv motivatsiyasini oshirishi, mustaqil fikrlashni rivojlantirishi qayd etilgan. Shu bilan birga, ayrim tadqiqotchilar (M. Yusupov, Z. Qodirova) sun'iy intellekt vositalaridan haddan tashqari foydalanish natijasida talabalarda axborot oqimi bosimi ortishi va stress ko'rsatkichlari kuchayishi mumkinligini ta'kidlaydilar. Bu holat psixologik qo'llab-quvvatlash va sun'iy intellekt vositalaridan me'yorida foydalanish zarurligini ko'rsatadi.

Rus olimlari ham bu borada bir qator muhim tadqiqotlarni amalga oshirishgan. Jumladan, E.V. Bondareva va M.A. Ivanovalar oliy ta'lim jarayonida intellektual

tizimlardan foydalanish natijasida talabalar bilimining individuallashtirilishi ularning kognitiv faolligini kuchaytirishini ko'rsatadi. Shuningdek, A.A. Verbitskiy va V.P. Zinchenko sun'iy intellekt yordamida tashkil etilgan ta'limiy muhitning ijobiy jihatlari bilan bir qatorda, uning psixologik xavf omillariga ham e'tibor qaratadi. Ularning ta'kidlashicha, texnologiyaga haddan tashqari suyanish talabalarni muloqotdan chetlashish, refleksiya va ijodiy tafakkur ko'nikmalarining susayishiga olib kelishi mumkin.

Xorijiy tadqiqotlar esa bu masalani kengroq kontekstdan tahlil qiladi. Masalan, J. Luckin (Buyuk Britaniya) sun'iy intellekt asosidagi ta'lim vositalari talabalarda individual o'quv trayektoriyasini shakllantirish va metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirish imkoniyatini yaratishini ko'rsatadi. A. Holmes va D. Mayer (AQSh) o'z ishlarida sun'iy intellekt texnologiyalari yordamida talabalar o'quv samaradorligi ortishini ta'kidlash bilan birga, doimiy onlayn kuzatuv va baholash tizimlari talabalar orasida psixologik bosimni kuchaytirishi mumkinligini qayd etadilar. Xitoylik olimlar (Wang, Li, Zhang) olib borgan tadqiqotlarda esa sun'iy intellektdan foydalanish natijasida talabalar o'zlashtirish darajasining ortishi bilan bir qatorda, virtual vositalarga qaramlik holatlari ham uchrashi mumkinligi aniqlangan.

Yuqoridagi tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, sun'iy intellekt texnologiyalari oliy ta'lim talabalari uchun katta imkoniyatlar yaratadi: ularning bilim olish jarayonini individuallashtiradi, motivatsiyani kuchaytiradi va kognitiv faoliyatni rag'batlantiradi. Shu bilan birga, bu jarayonning psixologik salbiy oqibatlari — stress, ijtimoiy muloqotning qisqarishi, texnologiyaga haddan tashqari bog'lanish xavfi ham mavjud. Demak, ilmiy adabiyotlarda umumiy xulosaga ko'ra, sun'iy intellekt texnologiyalaridan samarali foydalanishning asosiy sharti – ularni pedagogik va psixologik yondashuv bilan uyg'unlashtirish, talabalarining ruhiy barqarorligi va shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashdan iboratdir.

Muhokama. Sun'iy intellekt texnologiyalarining oliy ta'lim jarayoniga kirib kelishi zamonaviy ta'lim tizimining sifatini oshirish, ta'lim jarayonini individuallashtirish va talabalarining bilim olish imkoniyatlarini kengaytirishga xizmat qilmoqda. Shu bilan birga, mazkur texnologiyalar ta'sirini nafaqat didaktik samaradorlik, balki psixologik omillar nuqtayi nazaridan ham baholash zarurati ortib bormoqda. Zero, talabalarining shaxsiy rivojlanishi, motivatsiyasi, hissiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligi oliy ta'lim samaradorligining muhim ko'rsatkichlaridan biridir.

Muhokama jarayonida, birinchi navbatda, sun'iy intellekt texnologiyalari talabalarining o'quv motivatsiyasiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi alohida ta'kidlanishi mumkin. O'quv jarayonida moslashtirilgan topshiriqlar, avtomatlashtirilgan tahlil va tezkor qayta aloqa talabalarni o'z ustida ishlashga undaydi. Bu esa o'z navbatida talabalarda o'zlashtirish samaradorligini oshiradi va bilimga qiziqishni kuchaytiradi. Shu bilan birga, sun'iy intellekt yordamida shakllangan individual o'quv

trayektoriyalari talabalarni mustaqil fikrlash va muammolarni ijodiy yechishga yo'naltiradi.

Biroq, ijobiy jihatlar bilan bir qatorda, sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishning psixologik xavf omillari ham mavjud. Masalan, ko'plab tadqiqotlarda qayd etilishicha, sun'iy intellekt asosida ishlab chiqilgan baholash va monitoring tizimlari talabalarni doimiy nazorat ostida qoldirishi natijasida ularning psixologik bosim ostida qolishi mumkin. Bundan tashqari, virtual vositalarga haddan tashqari qaramlik hissiy charchoq, ijtimoiy muloqotning qisqarishi va shaxsiy mustaqillikning susayishiga olib kelishi ehtimoli bor. Bu holat, ayniqsa, talabalarning stressga bardoshlilik darajasini pasaytirishi va ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Muhokama davomida yana bir muhim jihat shundaki, sun'iy intellekt texnologiyalari ta'lim jarayonida talabalar va o'qituvchilar o'rtasidagi an'anaviy muloqot shakllarini o'zgartirmoqda. Bunda o'qituvchining roli faqat bilim manbai emas, balki psixologik qo'llab-quvvatlovchi, yo'naltiruvchi va motivator sifatida ham namoyon bo'lishi zarur. Aks holda, talabalar shaxsiy muloqot va ijtimoiy-emotsional ko'nikmalardan mahrum bo'lishlari mumkin. Demak, oliy ta'limda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish jarayonida inson omili, ya'ni o'qituvchining pedagogik-psixologik yondashuvi hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, xalqaro tadqiqotlar tajribasi shuni ko'rsatadiki, sun'iy intellekt texnologiyalari to'g'ri yo'naltirilgan taqdirdagina talabalarning ijodiy salohiyatini rivojlantirish, refleksiv fikrlashni kuchaytirish va shaxsiy o'sishga xizmat qiladi. Aksincha, noto'g'ri yoki bir tomonlama qo'llanilganda, texnologiyaga haddan tashqari suyanish natijasida talabalarda passivlik, tanqidiy fikrlashning pasayishi va psixologik noqulayliklar paydo bo'lishi mumkin.

Sun'iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta'siri ikkiyoqlama xususiyatga ega: u bir tomondan talabalarning motivatsiyasi va kognitiv faoliyatini kuchaytirsa, ikkinchi tomondan, psixologik bosim, ijtimoiy izolyatsiya va texnologiyaga qaramlik xavfini yuzaga keltiradi. Shu sababli, oliy ta'lim tizimida ushbu texnologiyalarni joriy etishda psixologik yondashuvga alohida e'tibor berish, talabalarni ruhiy qo'llab-quvvatlash va o'qituvchining muloqotga asoslangan pedagogik faoliyatini davom ettirish zarur.

Umumiy xulosa. Oliy ta'lim jarayonida sun'iy intellekt texnologiyalarining keng qo'llanilishi ta'lim samaradorligini oshirish, o'quv jarayonini individuallashtirish va talabalarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirishda muhim rol o'ynamoqda. Biroq, bu jarayon faqat didaktik yutuqlar bilan cheklanib qolmay, balki psixologik jihatlardan ham chuqur tahlilni talab qiladi.

Muhokama natijalaridan kelib chiqib, quyidagilarni ta'kidlash mumkin:

Ijobiy ta'sirlar — sun'iy intellekt texnologiyalari talabalarda motivatsiya, kognitiv faoliyat va mustaqil ishlash ko'nikmalarini kuchaytiradi, individual o'quv

trayektoriyasini ta'minlaydi va tezkor qayta aloqa orqali o'zlashtirish sifatini oshiradi. Salbiy ta'sirlar — haddan tashqari texnologiyaga qaramlik, shaxslararo muloqotning qisqarishi, doimiy nazorat hissidan kelib chiqadigan stress va hissiy charchoq talabalarning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir qilishi mumkin.

Muvozanat omili — sun'iy intellekt ta'lim jarayonida inson omilini to'liq almashtirmasligi kerak; aksincha, u o'qituvchining psixologik qo'llab-quvvatlovchi va motivator sifatidagi rolini yanada muhimlashtiradi.

Demak, oliy ta'limda sun'iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta'siri ikkiyoqlama xususiyat kasb etadi va uni boshqarish uchun ilmiy asoslangan yondashuv zarur.

Amaliy tavsiyalar. Psixologik monitoring – sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanayotgan talabalar psixologik holatini muntazam ravishda baholash va stress, charchoq yoki qaramlik belgilarini erta aniqlash lozim.

Motivatsion muhit yaratish – sun'iy intellekt vositalaridan foydalanishda o'qituvchilar talabalarni rag'batlantiruvchi, qo'llab-quvvatlovchi va ijobiy psixologik muhit yaratishga e'tibor qaratishlari zarur.

Inson-texnologiya muvozanatini saqlash – ta'lim jarayonida sun'iy intellekt o'qituvchi va talabalar o'rtasidagi jonli muloqotni to'liq almashtirmasligi, balki uni qo'llab-quvvatlashi kerak.

Ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash – universitetlarda sun'iy intellekt texnologiyalari bilan ishlashda talabalarning psixologik barqarorligini oshirishga qaratilgan treninglar, stressni boshqarish mashg'ulotlari va psixologik maslahat xizmatlari yo'lga qo'yilishi maqsadga muvofiq.

Ijodiy salohiyatni rivojlantirish – sun'iy intellektidan faqat axborot manbai sifatida emas, balki talabalarda kreativ fikrlash va muammoli vaziyatlarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish vositasi sifatida foydalanish lozim.

O'qituvchilar malakasini oshirish – pedagoglar sun'iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta'sir mexanizmlarini yaxshi bilishlari va talabalarda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixologik qiyinchiliklarni yumshatish usullaridan xabardor bo'lishlari zarur.

Ilmiy-tadqiqotlarni kengaytirish – O'zbekiston sharoitida ham sun'iy intellektning psixologik ta'sirini chuqur o'rganish, mahalliy va xorijiy tajribalarni solishtirish, ilmiy asoslangan metodik tavsiyalar ishlab chiqish dolzarb masala hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Karimov, B. (2022). Sun'iy intellekt texnologiyalarining oliy ta'lim jarayonida qo'llanilishi. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti. – 180 b.
2. Jo'rayev, M., & Sattorova, G. (2021). Talabalarda raqamli kompetensiyalarni shakllantirishning psixologik asoslari. Toshkent: "Innovatsiya" nashriyoti. – 156 b.

- 3.Ostonova, D. (2023). Oliy ta'limda sun'iy intellekt vositalaridan foydalanishda psixologik omillar. Toshkent: Universitet nashriyoti. – 210 b.
- 4.Брушлинский, А. В. (2020). Искусственный интеллект в образовании: когнитивные и психологические эффекты. Москва: Просвещение. – 245 с.
- 5.Леонтьев, Д. А. (2021). Психология образования в эпоху цифровизации. Санкт-Петербург: Питер. – 198 с.
- 6.Солдатова, Г. У., & Шляпников, В. Н. (2022). Цифровая социализация студентов: вызовы и ресурсы. Москва: Издательство МГУ. – 230 с.
- 7.Selwyn, N. (2019). Should Robots Replace Teachers? AI and the Future of Education. Cambridge: Polity Press. – 192 p.
- 8.Luckin, R. (2020). AI in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning. London: Routledge. – 210 p.
- 9.Holmes, W., Bialik, M., & Fadel, C. (2020). Artificial Intelligence in Education: Challenges and Opportunities. Boston: Center for Curriculum Redesign. – 225 p.
- 10.ECD. (2021). AI and the Future of Skills: Insights from the OECD Education Directorate. Paris: OECD Publishing. – 260 p.

O'SMIRLARDA SHAKLLANADIGAN JINSIY IDENTIFIKATSIYANING GENDER XUSUSIYATLARI

*OtajonovaOdina
Toshkent Amaliy fanlar universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari nomzodi.*

Fuqarolik jamiyati va undagi oilalarda ro'y beradigan har qanday o'zgarishlar bir-biriga o'zaro bog'liqdir. Shu nuqtai nazardan qaralganda, har tomonlama sog'lom va barkamol avlodni voyaga yetkazishda oilaning, ota-onalarning, jumladan, xotin-qizlarning o'rni beqiyosdir.

Ona vatanimiz yer yuzidagi eng kuchli va qudratli bo'lmog'i uchun, shu zamin farzandlari jismonan sog'lom, aqlan yetuk va barkamol bo'lishlari shart. Bu muhim shartni ado etish uchun, eng avvalo bola kamol topayotgan oila deb atalmish muqqaddas dargohda, unga yaqin insonlarning o'zaro munosabatlari samimiyat hukmron bo'lishi ya'ni, oilaning ma'naviy muhiti sog'lom va unda yashovchi insonlar yaxshi xulq egalari bo'lishlari ayniqsa muhimdir.

Zero, dono xalqimizda “Qush uyasida ko'rganini qiladi” degan naql bejis aytilmagan. Bu naqlning zamirida ko'p hikmat bor ya'ni bola oilada tarbiya toparkan, ota-onadagi xulq - atvorni, muomila maromlarini qanday bo'lsa shundayligicha qabul qiladi va o'z hatti-harakatlarida ham shu sifatlarni namoyon qila boshlaydi.

Shu o'rinda, oilaviy munosabatlarda ayolning o'rnini targ'ib qilgan olimalardan biri Oxund Lutfulloh Sulaymon qizi Olimat ul Banotning “Muosharat odobi” risolasidagi ushbu fikrlarni keltirmoqchiman: “Oilaning baxtu saodati ham xotunlarning aqlli-yu

ilimli bo'lmoqlariga bog'lanmishdir. Xotunlar yaxshi tarbiyali bolalarni yetishtiradilar. Ularning tarbiyalari orqali dunyoda ulug' zotlar yetishib chiqishi muqarrardir. Agar xotun o'qigan bo'lsa, o'zining kim ekanligini, vazifasi nimadan iborat ekanligini shakshubhasiz biladi. Bolalarini esa go'zal tarbiya qiladi, eri bilan yaxshi muomalada bo'ladi va nihoyat, Alloh Taoloning amriga muvofiq hayot kechiradi. Va shu sababli o'zi ham, eri ham, bolalari ham dunyo va oxiratda masrur bo'ladi"

Olimaning murojaati, asosan xotin-qizlarga qaratilgan bo'lib, oilada baxtli hayot kechirish uchun ayol kishi ikkita narsani bilish kerak, deb hisoblaydi: "Birinchi: erlarning tabiat mijozini va xulqini yaxshi bilmoq va buning uchun ularni ko'p martabalar sinamoq kerakdir.

Shunigdek, oila masalalari bo'yicha chop etilgan va hozirgacha o'z qadrini yo'qotmagan qimmatli asarlardan yana biri tatar olimi Rizouddin ibn Faxruddinning "Oila" kitobidir. Bu asarda u oilada farzand tarbiyasida onaning rolini yuqori baholab, u "Xotunlari tarbiyali bo'lgan xalq – tarbiyali-yu, xotunlari tarbiyasiz bo'lgan xalq tarbiyasiz, xotunlari tirishqoq, tadbirkor, irodali bo'lgan xalq boyu, xotunlari yalqov yoki isrofgar xalq faqir bo'lishi aniqdir" deb ta'kidlaydi.

Xotin kishining bola tarbiyasidagi roli xususida: "Bolalariga tarbiya bera bilmagan va husni axloq o'rgata olmagan xotindan foyda o'rniga ulug' zararlar ko'rilur. Zero bunday xotunlar xalq orasida vabo mikroblaridan zararli bo'lgan insonlarni yetishtirurlar" deb aytgan fikrlari bugungi kunda ham ibratlidir.

Ma'rifatparvar shoir Abdurauf Fitrat insoniy saodatga erishishning birinchi omili – salomatlik deb biladi, ikkinchisi – sog'lom fikr, uchinchisi – komil ahloq. Ularning asosi esa, uning fikricha, badan tarbiyasi, fikr tarbiyasi va ahloq tarbiyasidan iborat. Fitratning nuqtai nazaricha, farzand tarbiyasi ona jismida bola paydo bo'lgan kundan boshlanmog'i kerak. U, onadagi holat va kechinmalar murg'ak vujud tabiatiga ham ta'sir ko'rsatishini alohida ta'kidlaydi.

Darhaqiqat, ona qiz bola uchun ibrat maktabi hisoblanadi. Ona hali zurriyodi dunyo yuzini ko'rmasdanoq unga o'zidagi barcha ijobiy va salbiy fe'l –atvorini o'tkaza boshlaydi. Onaning insonlarga, tabiatga munosabati bolada ham o'z aksini topadi. Shuning uchun xalqimizda "Chetini ko'rib bo'zini ol, onasini ko'rib qizini ol"deb bejiz aytilmagan.

Ayniqsa, qiz bola tarbiyasidagi onaning kichik bir xatosi ham juda mudhish oqibatlariga olib kelishi mumkin. Shu bois ona, uning qizi bo'lg'usi avlod davomchisini tarbiyalovchi inson, ona bo'lishini, bir daqiqa ham unutishga haqqi yo'q. Buning uchun onadan farzand tarbiyasida juda katta bilim, sabr – qanoat, go'zal ahloq egasi bo'lishi talab etiladi. Donolar aytganidek bu dunyoda eng og'ir ish bu- bola tarbiyasidir.

Zero ota ham, ona ham farzandiga hulqidan ortiq meros bera olmas deyiladi muqaddas kitoblarimizda. Shu bois, biz tadqiq etgan muammoning zamirida ana shu masalaning yechimiga javoblar topish masalasi yotadi.

Tadqiqotda o'zbek oilalaridagi o'smir yoshli o'g'il va qizlarning jinsiy

identifikatsiyasini to'liq oilalar misolida o'rganilgan va ota-onalikning ushbu jarayonga ta'sirini aniqlangan.

Bizga ma'lumki, bola dastlab ota-onasining hulqidagi jinsiy tafovutlarni, so'ngra boshqa kattalar, o'qituvchilar, tanish-bilishlarning xulqiga nazar solib, erkak va ayolga xos sifatlarni idrok qiladi va o'zini u yoki bu jins vakiliga identifikatsiya qiladi. Ya'ni, jinsiy identifikatsiyaning ilk muhiti – bu oila va undagi er-xotin munosabatlaridir. Bola shakllanadigan dastlabki ijtimoiy tasavvurlardan biri – “agar jinsimga mos ravishda harakat qilmasam, meni boshqalar qoralashadi”, degan fikrdir. Shaxsning o'zgalarga va o'zga jins vakiliga bo'lgan munosabatlarining yo'nalishini belgilovchi g'oya ham aynan shunday ijtimoiy tasavvurga asoslanadi.

Ma'lumki, ota-onalar identifikatsiyasi ota-onalar shaxsidagi muhim shaxsiy fazilatlarga qaratilgan bo'ladi, ya'ni ular o'z navbatida bola tomonidan anglanmagan taqlid qilish orqali ro'yobga chiqishini e'tirof etishadi. Bolalar o'z o'yinlarida ota-onalarining xatti-harakatlarini va fe'l-atvorlarini yaqqol aks ettiradilar. Qo'g'irchoqni qo'liga olib o'ynayotgan qiz bolani kuzatganda uning qo'g'irchoqni shirin so'zlar aytib erkalayotganini, avaylab tizzasiga yotqizib alla aytayotganini ko'rish mumkin. Bu holatda qizaloqning onasiga, uning hatti-harakatlariga taqlidini ko'rish mumkin.

Nazariy tahlil asosida tashkil etilgan empirik izlanishda o'zbek oilasida tarbiya topayotgan o'smir yoshli o'g'il va qiz bolalarning o'z jinsini anglashida ota-onaning, ulardagi liderlik rollari taqsimotining, o'zbek ayoli va erkagining oiladagi mavqei ular tarbiyalayotgan o'g'il va qiz bolalarda gender tasavvurlarning adekvat shakllanishi uchun ob'ektiv shart-sharoitlar va ijtimoiy-psixologik omil ekanligi isbotlandi.

Tadqiqot mobaynida to'plangan ma'lumotlar shundan darak beradiki, oila muhiti va tarkibiga bog'liq tarzda bolada jinsiy o'zini-o'zi anglash aniq chegaralanmagan yoshda namoyon bo'la boshlaydi. Ularning va undagi qabul qilingan qadriyatlar an'analar, oilada jinsiy o'zini-o'zi anglashiga bola tarbiyalanidigan ma'lum muhit munosabatlarning o'ziga xosligi, oila tarkibi, mavjud gender stereotiplar, ota-onaning oiladagi gender roli, jinsiy tarbiya borasidagi qarashlari va shaxsiy fazilatlarga bog'liqdir. So'nggi yillarda ayollarning ijtimoiy hayotida tutgan o'rnining o'zgarib borishi umuman yigit va qizlar psixologiyasida qator sifatlarning o'zgarib borishi ularning jamiyat va oiladagi gender o'rniga o'z ta'sirini ko'rsatmay qolmasligi ham tadqiqotda qisman o'z tasdig'ini oldi. Chunki oilaviy o'zaro munosabatlarda amalda liderlikning, ya'ni, erkakning yoki ayolning oilaning boshqa a'zolari irodasi va hissiyotlariga ta'sir ko'rsatishi orqali obro'-e'tibor qozona olish qobiliyati shu muhitda tarbiyalanayotgan farzand irodasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi va uning o'z jinsi imkoniyatlari hamda shaxsiy xususiyatlari to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun ham biz tanlab olingan oilalardagi er va xotinning amaldagi liderlik maqomlari ijtimoiy tasavvurlarida qanday aks etganligini, so'ngra ularning farzandlaridagi gender identifikatsiyani o'rgandik.

Olingan natijalar oilada ota-onalarning o'zaro munosabatlari ta'sirida

tarbiyalanayotgan qiz bolaning avvalo onasining otasiga munosabatiga e'tibor qaratishini, onaning oilada bajarayotgan gender roliga qarab o'zini kelajakda aynan ayollik va onalik roliga tayyorlab borishini isbotladi. Otaning onaga munosabatiga qarab esa, qizlar odatda o'zini kelajakda turmush o'rtog'iga nisbatan qanday tutishini o'rganib boradi. O'g'il bolalardagi jinsiy tarbiyasida ham shunga o'xshash tamoyil ustivor bo'ladi, ya'ni, u ham ota-onalar o'zaro munosabatlariga mos tarzda o'zini kelajakda oila boshlig'i, er roliga hamda onasining yurish-turishi va farzandlarga munosabatiga qarab, otalik roliga ruhan tayyorlab boradi.

Biz olgan natijalarnig eng etiborga molik tomoni, ayollarning aksariyati oilaviy o'zaro munosabatlarda agressiv liderlikdan qochishlari (8,3% xolos), shaxsiy magnetizm va majburiy liderlikdan vaqti-vaqti bilan foydalanishni afzal ko'rishlarini (15,4%) aniqladik. Erkaklar javoblari tahlilida esa aynan ayollar javoblariga xos bo'lmagan liderlik shakllari ko'proq namoyon bo'lmokda, ya'ni, ular mehr-muhabbat va o'zaro kelishuv asosida oilaviy munosabatlarni muvofiklashtirishdan ko'ra (5,6% xolos), ochik majburiy (tayzikli) liderlik hamda kerak bo'lsa, agressiv liderlikni namoyon etishga moyil va tayyorroq ekanligi raqamlardan ma'lum bo'lib turibdi. Demak, biz qo'lga kiritgan empirik ma'lumotlarning ishonchliligi va asosli ekanligini yana bir marotaba tasdiqlaydi. Sharq erkaklariga xos bo'lgan oilada yetakchilikka mutloq da'vogarlik hali-xanuz erkaklarning ijtimoiy ustanovkalarining kognitiv sohalarida saqlanib qolgan.

Erlariga qarama-qarshi o'laroq, shaxsiy sifatlar nuqtai nazaridan o'zlarini ayollar erkaklardan kam hisoblamasalarda, baribir, oilaviy munosabatlarda erkaklar bilan kelishib yashash, oilaviy muammolarni hal etishda sherikchilik munosabatlariga tayanishga moyil ekanliklarini namoyon etmokdalar. Bu ham o'zbekistonliklar oilasini qadriyat sifatida ushlab turgan sifatlardir.

Xulosa qilib ta'kidlaydigan bo'lsak, kattalarning oilaviy munosabatlari xarakteri ularning o'z farzandlaridagi gender o'ziga xoslikni tarbiyalash, jinsiy identifikatsiyaning shakllanishiga imkon beruvchi ijtimoiy-psixologik muhit rolini o'ynashga qodir. Chunki davr taqozosi bilan xotin-qizlarda shakllanayotgan yangi, demokratik, faol sifatlar qizlar psixologiyasiga qanchalik ijobiy ta'sir ko'rsatsa, shu oilada kamol topayotgan o'g'il bolaning tasavvurlarida jinslararo muloqotning samarali shakllari to'g'risida bilimlar bo'lishiga ham imkon beradi.

Erkakning faol va yetakchi mavqei, undagi liderlikning sifati va turidan qat'iy nazar, qiz bolada istiqboldagi oilaviy munosabatlarda zamonaviy ayol-ona obraziga ega bo'lish va gender muomala maromlarini aniq tasavvur etishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Oila: ijtimoiy himoya omillari. Ilmiy-ommabop maqolalar to'plami / Prof. V.M.Karimova tahriri ostida. – Toshkent, 2007.- 118 6.

2.Olimat ul –Banot. Muosharat odobi // Mas'ul muh. A. Irisov; tarj. va nashrga

tayyorl. T. Zieev. - T.: Mehnat, 1991.- 32 b.

3.Rizoiddin ibn Fahriddin. Oila. – T.: Mehnat, 1991 – 64 b.

4.Психология семейных отношений : конспект лекций / сост. С.А. Векилова.- М.: АСТ; СПб.: Сова, 2005 – 127 с.

5.Практикум по гендерной психологии / Под ред. И.С. Клеесиной .- СПб.: Питер, 2003.- 479 с.

6.Otajonova, O. A., Islamova, F. S., Fayazova, F. S., & Nematov, B. S. (2022). The Influence Of Parental Relationships On Adolescent Gender Identity. Journal of Positive School Psychology, 6(10).

OILADA MA'NAVIY SOG'LOM MUHITNI TASHKIL ETISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

*Otajonova Odina -
Toshkent Amaliy fanlar universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari nomzodi.*

Milliy mentalitetimiz va asrlar davomida saqlanib kelinayotgan udumlar va an'analarimizga e'tibor bersak, bizning ota va momolarimiz uchun salomat bo'lish, sog'lom turmush tarziga rioya qilish azaliy qadriyatlardan hisoblangan. Ajdodlarimiz nasl tozaligiga, orastalik va ozodalikka katta ahamiyat berganlar. Farzandlarida zararli odatlar bo'lmasligi uchun shu qadar ko'p oilaviy udumlar, rasm-rusumlar bo'lganki, ular tufayli yigit va qizlar sog' va salomat nikohga kirganlar, kelin tanlashda ham "yetti pushtini, nasl-nasabini surishtirish" odatga aylangan. Sog'lom nasl masalasida milliy qadriyatlarimizga yuqori baho berar ekanlar, psixologiya fanlari doktori prof. V. Karimova o'zining "Salomatlik psixologiyasi: yohud sog'lom bo'lish uchun ruhiyatni boshqarish sirlari" kitobida "Sog'lom turmush tarziga rioya qilish ham aslida psixologik amallar, ko'nikmalar, kerak bo'lsa, malakani talab qiladigan tushunchadir. Yani sog'lom turmush tarziga oiladan boshlaboq bolalarni o'rgatish lozim" deb ta'kidlaganlar. Bu o'rinda oilaning rolini ta'kidlash bilan birgalikda ustozimiz har bir insonning o'z salomatligiga shaxsiy mas'uliyatini ham uqtirib, "Zero salomatlik - bu inson tani vujudi va ruhiyatidagi shunday holatki, u hozir, ayni paytda betob emas va shuning uchun u turmushdagi, hayotdagi ko'plab burchlari, vazifalarini bajarish imkoniyatiga ega va ayni holat yaxshi, xayrli, ezgu ishlarni amalga oshirishi uchun real imkoniyatdir. Bolani sog'lom turmush tarzi madaniyatiga o'rgatuvchilar ayrim malakalarga, avvalo o'zlari ega bo'lishlari shart" deb yozadilar.

Darhaqiqat, prof. V. Karimova ta'kidlaganidek - "Barkamol avlodni voyaga yetkazishda sog'lom oilaviy muhitning ahamiyati beqiyosdir. **Sog'lom oilaviy muhit** – bu oilani tashkil etuvchi barcha a'zolarining o'zaro kundalik munosabatlari, o'zaro muomalalari xarakteridan kelib chiqadigan ma'naviy-ruhiy muhit bo'lib, undagi ustivor qadriyat – hamjihatlik, murosa va o'zaro hurmat, mehr-muruvvat, qo'llab-quvvatlov,

ijobiy tajribaning bir avlodidan ikkinchisiga ziddiyatlarsiz uzatilishini nazarda tutuvchi fazilatlar, sog'lom turmush tarzi qoidalariga barcha oila a'zolarining rioya etishlari va kundalik odatga aylantirganliklaridan iboratdir. Ya'ni oiladagi insonparvarlik, hamjihatlikka suyangan munosabatlar sog'lom muhitning tashkil etuvchilaridir".

Soha mutaxassisleri tomonidan o'tkazilgan ko'pgina tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, o'smir va yoshlarning giyohvandlik ko'chasiga kirib qolishiga sabab bo'luvchi asosiy omillardan biri oila, aniqrog'i undagi nosog'lom muhitning ta'siri ekanligi ma'lum bo'lmoqda. O'smirning oila a'zolari tomonidan kamsitilishi, ba'zan nohaq jazolanishi, uning his-tuyg'ulari bilan hisoblashmaslik, oiladan uzoqlashuviga va oqibatda uning o'z hayotidan qoniqmasligiga olib keladi. Giyohvand modda istemol qilish orqali o'smirning hayotdan qoniqmaslik darajasi pasayadi va shu bilan birga o'smirda giyohvand moddaga nisbatan uning imkoniyatlarini kengaytiruvchi vosita sifatida munosabat shakllanadi.

Ko'p hollarda o'smirlarning giyohvandlik ko'chasiga kirishiga uni o'rab turgan tengqurlari sabab bo'ladi, degan fikrga boramiz. Lekin, eng avvalo, bu illatning boshlanish nuqtasi oilada ekanligi bugun o'z isbotini topmoqda.

Chunki, oilada bola nafaqat o'ziga makon topadi, balki odamlar, tengqurlar, umuman insonlar bilan munosabatga kirishishni o'rganadi, kattalar ko'zi bilan dunyoni, hayotni anglaydi. Farzandning atrofdagi insonlarga munosabati, dunyoga qay ko'z bilan qarashi uning hayotidagi birinchi va asosiy murabbiylari bo'lmish ota-onaga bog'liqdir. Oilada o'rnatilgan o'zaro munosabatlardagi ahillik, totuvlik, har doim bir-birini qo'llab-quvvatlab turish noxush holatlarning oldini oladi.

Ota-ona farzandining yoshiga xos fe'l-atvoridagi shaxs xususiyatlarni yaxshi bilishi, uning ichki kechinmalari va qiziqishlari bilan o'rtoqlashishi zarur. Chunki o'smirlik davri inson hayotida juda murakkab davr bo'lib, bu yoshda o'smir dunyoga kattalar ko'zi bilan qarashga intiladi, o'ziga nisbatan bahosi ortib, unga kattalardek munosabat bildirishlariga ehtiyoj sezadi. O'smir o'z hayotidan ma'lum ma'noda mazmun axtaradi, o'z talablarini atrofdagilarga, avvalo yaqin insonlarga nisbatan bildirib boshlaydi. Uning ichki dunyosidagi qarama-qarshiliklar tashqi dunyosida, ya'ni odamlar bilan munosabatlarida o'z aksini topadi. Hamisha o'zidan qoniqmaslik, o'ziga bo'lgan talab uni atrofdagilar bilan nizoli vaziyatlarga tushib qolishiga sabab bo'ladi. Uni har ishda qo'llab-quvvatlab turish kelajakda katta ishlar qilishga bo'lgan ishonchining ortishiga olib keladi. Eng avvalo unga bunday imkoniyatni berishda oilaning ta'siri beqiyosdir.

Ota-onaning avvalo bir-birlariga bo'lgan munosabatlari, ayniqsa farzand tarbiyasidagi qarashlarining mushtarakligi ahamiyatlidir, chunki ota-ona bu borada yakdillikka erishmasalar, o'zaro munosabatlarning buzilishiga va oilaning parokandalikka yuz tutishiga, shuningdek o'z o'rnida, farzand ko'z o'ngida ota-onaning obro'sizlanishiga olib keladi. Oiladagi o'zaro munosabatlardagi sovuqlik va bolaning ichki imkoniyatlari va qiziqishlari bilan hisoblashmaslik, unga o'zlari xohlagan rol

bajarishga majburlash, bolaninig ruhiy holatidagi zo'riqishlarga olib keladi. Shu sabab, beixtiyor ota-onalar ko'pincha farzandlarini o'zlari bilmagan holda, hulqining buzilishiga sababchi bo'lib qoladilar.

Giyohvandlikka berilishning asosiy sabablaridan biri ham, aynan oilada zarur bo'lgan sog'lom muhitning buzilishi bilan bog'liqdir.

Achinarlisi shunda-ki, tushkunlikka berilgan, ota-onaning mehrsizligi va e'tiborsizligiga ko'nikib ketgan bola giyohvand bo'lganida ota-onaning unga nisbatan g'amxo'rliqi, ularga kerakligini ko'rib, bundan qoniqish hosil qiladi. O'z navbatida, bola ota-onasi uning uchun har qanday ishga tayyor ekanligini bilib, bu g'amxo'rlikni suiiste'mol qila boshlaydi. Bu bilan ota-ona boshi berk ko'chaga kirib qolganlarini ba'zan o'zlari ham sezmay qoladilar. Bir tomondan ota-ona bolani bu balodan qaytarish uchun nimaiki zarur bo'lsa, hammasini qilishga tayyor, ikkinchi tomondan giyohvandlikka moyil bo'lib qolgan o'smir o'zining bu holatda qo'llab-quvvatlanishi uchun ota-onadan foydalanadi. Aslida esa giyohvandlikka chalingan bemor ko'p hollarda yuz bergan bunday munosabatlar ko'lamini ongli ravishda o'zgartirishni, bu darddan forig' bo'lishni xohlamaydi.

Giyohvandlikka ruju qo'yishining sabablaridan yana biri, ko'p hollarda o'smirning ota-onaning kuchli tazyiqlari qurboniga aylanishi, shuningdek, uni o'zi xohlamagan sharoitga moslashishga majbur etishlarida ko'rinadi. O'smirning xohish-istaklari bilan hisoblashmaslik, o'ziga yoqmaydigan oilaviy ana'nalarni bajarishga majburlash oxir-oqibatda uning oiladan bezishiga, tobora uzoqlashishiga va giyohvandlik ta'siriga tushib qolishiga imkoniyat yaratadi. Chunki oilada rollarning teng taqsimlanganligi, "Biz" tushunchasining shakllanishi oiladagi har qanday muammo va mojarolarni hamjihatlik bilan yechish imkonini beradi.

Oiladagi muhitning buzilishi uni kundalik hayotini izdan chiqaradi va unga to'sqinlik qiladi. Oilada nosog'lom muhitning yuzaga kelishiga ota-onaning o'zaro janjallari, ayniqsa, onaning tinimsiz oila a'zolariga o'z fikrini o'tkazishga jon-jahdi bilan intilishi turmush o'rtog'ida va bolalarida unga nisbatan bo'lgan hurmat va e'tiborning pasayishiga olib keladi. Shuni unutmashlik lozimki, oilada ona bolalarining eng yaqin ishongan odami bo'lmog'i kerak. O'z fikrlarini birinchi galda ona yoki ota bilan o'rtoqlashishi va maslahatlar olishi o'smirda oilaga bo'lgan hurmatini va mehrini oshiradi.

Aks holda, onaning tinimsiz tergashi, kamsitishi oqibatida bola oila davrasida bo'lishdan o'zini olib qochadi. Bolada har doim "hozir onam menga baqirmasmikin" degan shubha va qo'rquv hukmron bo'ladi. Bu esa o'smirning oiladan bezishiga, undan uzoqlashishiga olib keladi. O'smir uchun ko'cha qulay muhit bo'lib tuyuladi, u ko'p vaqtini bekorchilikda besamar o'tkazishga odatlanadi va oqibatda og'ufurushlik bilan shug'ullanuvchi kimsalar (narkomafiya) ta'siriga tushib qoladi. Demak bolani biror ish bilan mashg'ul bo'lmasligi, vaqtini keraksiz ishlarga sarf qilishi ham giyohvandlik ko'chasiga kirib qolishga sabab bo'luvchi omillardan biri hisoblanadi.

Tezda zarur choralarni ko‘rish kerakligi, aks holda kasallik bola hayotiga kun sayin xavf solayotganini bilish, avvalo buni giyohvand o‘smirning o‘zi anglab yetishi kerak. Shuni unutmaslik kerakki, juda oz hollardagina o‘smirning o‘zi davolanishga ahd qilgan bo‘ladi, ko‘pincha u davolanishga shunchaki ota-onasining qistovi bilan, majburan rozi bo‘lishi mumkin.

Bunday ayanchli ahvolga tushmaslik uchun eng avvalo bolaning har bir hatti-harakatiga zimdan razm solib qarash lozim, ya’ni, ota-ona o‘ziga savol berib, uning javobini ham topishi lozim: - “Farzandim o‘zgarib qolyapti...”, “Ilgari bunday emas edi-ku...”, “G‘alati harakatlar qilyapti...” kabilar muayyan asoslarga ega bo‘lishini unutmaslik kerak.

Bunday vaziyatga yo‘liqmaslik uchun oiladagi mehr-oqibat, birdamlik, yaqinlarni qo‘llab-quvvatlash juda muhimdir. Yoshlarni zararli odatlarga berilish, jumladan, giyohvandlikka chalinishdan asrash, ularda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish kabi ezgu maqsadlarga ota-ona va barcha katta yoshdagi oila a‘zolarining hamkorligi natijasida erishish mumkin.

Xulosa o‘rnida, professor V.Karimovanning “Salomatlik psixologiyasi: yohud sog‘lom bo‘lish uchun ruhiyatni boshqarish sirlari” kitobidagi ushbu so‘zlari bilan yakunlayman. -“Ko‘pincha yashashdan muddao nima, hayotning manosi nimadan iborat degan savollar xayolimizdan o‘tadi. Shu savolga aniq-ravshan javob berish aslida mushkul, lekin, lekin Alloh bergan umrimiz o‘tib borar ekan, ayniqsa o‘smirlik, yoshlik davrlarida hayotiy qadriyatlar ongimizga singib borgani sari, kundalik yashashimiz, faoliyat ko‘rsatishimiz, odamlar orasida munosib o‘rin olishimiz uchun sihat –salomat bo‘lishimiz juda muhimekanligini anglab boraveramiz”.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. V.M.Karimova Salomatlik psixologiyasi: yohud sog‘lom bo‘lish uchun ruhiyatni boshqarish sirlari. – T.: “Yangi asr avlodi”, 2005. – 72 b.
- 2.Oila: ijtimoiy himoya omillari. Ilmiy-ommabop maqolalar to‘plami / Prof. V.M.Karimova tahriri ostida. – Toshkent, 2007.- 118 6.
3. Психология семейных отношений : конспект лекций / сост. С.А. Векилова.- М.: АСТ; СПб.: Сова, 2005 – 127 с.
4. Odina Otajonova “Farzandingizni OITS va giyohvandlik balosidan asrang” uslubiy qo‘llanma. 27 bet. 2020-y, noyabr
- 5.Otajonova O. “Farzand tarbiyasida otaning roli va uning ijtimoiy psixologik xususiyatlari”. Scholar issn: 2181-4147 № 7 | 2023y
- 6.Otajonova, O. A .Yoshlar tafakkurini shakllanishida psixologiyaning o‘rni. Ta’lim, fan va innovatsiya. Ma’naviy-ma’rifiy, ilmiy-uslubiy jurnal. 2024-yil. № 6
7. Otajonova, O. A., Islamova, F. S., Fayazova, F. S., & Nematov, B. S. (2022). The Influence Of Parental Relationships On Adolescent Gender Identity. Journal of Positive School Psychology, 6(10).

O‘SMIRLIK DAVRIDAGI PSIXIK HOLAT

*Ozodqulov Olimjon Bahodir o‘g‘li
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti
Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi.*

Kirish. O‘smirlik davri inson hayotining 12-18 yosh oralig‘ini qamrab oladi va bu davrda shaxsning psixik holati sezilarli o‘zgarishlarga uchraydi. Bu davrda o‘smirlar jismoniy, hissiy, ijtimoiy va kognitiv jihatdan tez rivojlanadi. O‘smirlik davri shaxsiy identifikatsiya, hissiy beqarorlik, ijtimoiy munosabatlar va o‘zini-o‘zi anglash kabi murakkab jarayonlar bilan tavsiflanadi. Ushbu maqolada o‘smirlik davridagi psixik holatning asosiy xususiyatlari, shuningdek, bu davrda psixik holatga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar keng yoritilgan. O‘smirlik davri haqida bir qancha olimlar turli nuqtai nazardan fikr bildirgan. Bu davr inson psixikasida katta o‘zgarishlarni keltirib chiqaradigan, hayotiy tajribalar bilan to‘lib toshgan, ko‘plab murakkabliklar va ichki kurashlarni o‘z ichiga olgan davrdir

Bolalikdan kattalikka o'tish davri juda murakkab hisoblanadi. Fiziologik nuqtai nazardan o‘smirlik yoshi jinsiy balog‘atga etish davri hisoblanadi. Bu davrda shaxsiyatning shakllanishi, mustaqillikka intilish, tanqidiy fikrlashni rivojlantirish, jamiyatdagi xulq-atvor qoidalarini o‘zlashtirish, dastlabki kasbiy yo‘nalish va asosiy hayotiy pozitsiyalarni belgilash amalga oshadi. Bola dunyoqarashining o'zgarishi natijasida ota-onalarning roli va obro'si kamayadi.

O‘smirlik davrining davomiyligi etnik kelib chiqishi, madaniy va shaxsiy xususiyatlarga bog‘liq. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti 10 dan 19 yoshgacha bo‘lgan davrni ajratadi. Biroq, ba’zi tadqiqotchilar psixika va kognitiv funktsiyalarning to‘liq shakllanishi faqat 23 yoshda tugallanadi, deb hisoblaydilar. Voyaga etish jarayoni shartli ravishda 3 bosqichga bo‘linadi. Har bir bosqich o‘ziga xos xususiyatlarga ega. Ushbu voyaga etish davri 10 dan 14 yoshgacha davom etadi. Qizlarda bu davr biroz erta boshlanadi (6-sinfdan), yigitlarda esa bir yil–bir yarim yil keyinroq, bu esa o‘qishdagi muvaffaqiyatsizlikka olib kelishi mumkin. Ota-onalar va o‘qituvchilar buni hisobga olishlari kerak, chunki yuqori talablar o‘quv yukini oshiradi.

O‘rta o‘smirlik davri: bu davr 14 yoshda boshlanib, 16–17 yoshda tugaydi. O‘rta o‘smirlik davrida jinsiy balog‘atga etish va organizmning gormonal qayta qurilishi tugaydi. Bu davrda jinsiylik va qarama-qarshi jinsga qiziqish shakllanadi. Qizlar va yigitlar impulsivlik va labillik bilan ajralib turadi. Natijada, o‘smirlar ijtimoiy hayotda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ular ko‘pincha o‘z fikr va e’tiqodlarida qat’iyatli bo‘lib, qaror va harakatlarining oqibatlarini yaxshi tushunmaydilar.

Emotsional kechinmalar oldinga chiqadi. Shaxsiy makon tushunchasi shakllanadi, norozilik va rad etish reaksiyasi keskin namoyon bo'ladi.

O'smirlar o'zlarida jismoniy kamchiliklar yoki nomukammalliklarni topadilar, bu komplekslarning rivojlanishiga olib keladi. Bu vaqtda qizlar va yigitlar uchun ota-onalar va o'qituvchilarning fikri o'z ahamiyatini yo'qotadi, chunki shaxsiyat shakllanishi, o'zining tanqidiy fikrlashining rivojlanishi faol sodir bo'ladi. O'smirning psixologiyasi hali ham bolalikka yaqin, lekin organizmda tezkor fiziologik o'zgarishlar sodir bo'ladi. Bu davrda jinsiy balog'atga etish boshlanadi va gormonlar ishlab chiqarilishi kuchayadi. Kayfiyat tez-tez o'zgaradi.

Kech o'smirlik yoshi: bu davr 17–18 yoshga to'g'ri keladi, ammo qiz yoki yigitning yashash sharoitlariga qarab 23 yoshgacha davom etishi mumkin. Bu davrda o'sishning barcha fiziologik jarayonlari allaqachon tugagan, gormonal fon barqarorlashgan, shuning uchun hissiy holat kamroq labillik bilan tavsiflanadi.

O'smir allaqachon nimani xohlashini biladi va o'z pozitsiyasini tinchlik bilan tushuntira oladi. Kasbiy afzalliklarning shakllanishi kuzatiladi. Ko'pincha bu yoshdagi yigitlar va qizlarda birinchi ish tajribasi, romantik va jinsiy munosabatlar paydo bo'ladi.

O'smirlar uchun kattalikka o'sish kuchli stressdir. Ular tashqi tomondan tez o'zgaradi, shaxsiy o'sadi. Ushbu davr nafaqat tanaga, balki kelajakdagi kattalarning psixikasiga katta yuk yaratadi. Ko'pincha atrofdagi ota-onalar va o'qituvchilar o'zgarishlarga moslasha olmaydilar, bu esa kattalarning obro'sining tez yo'qolishiga, ularning istaklari va ko'rsatmalarini e'tiborsiz qoldirishga, tez-tez mojarolarga olib keladi.

O'smirlik davridagi psixik holat quyidagi asosiy xususiyatlar bilan tavsiflanadi: **Shaxsiy identifikatsiya:** O'smirlik davrida shaxs o'zining shaxsiy identifikatsiyasini shakllantirishga intiladi. Bu davrda o'smirlar o'zlarining qadriyatlari, e'tiqodlari va kelajakdagi maqsadlarini aniqlashga harakat qiladi. E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, bu davrda o'smirlar "kim men?" degan savolga javob topishga intiladi.

Hissiy beqarorlik: O'smirlik davrida hissiy holat tez-tez o'zgarib turadi. O'smirlar bir lahza quvonch, keyin esa g'azab yoki qayg'u his qilishi mumkin. Bu davrda gormonal o'zgarishlar hissiy beqarorlikka sabab bo'ladi.

Ijtimoiy munosabatlar: O'smirlik davrida do'stlik va ijtimoiy munosabatlar muhim ahamiyat kasb etadi. O'smirlar o'z guruhlarida qabul qilinishga intiladi va bu ularning ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, oila bilan munosabatlarda ziddiyatlar paydo bo'lishi mumkin.

O'zini-o'zi anglash: O'smirlik davrida o'smirlar o'zlarining qobiliyatlari, kamchiliklari va shaxsiy xususiyatlarini anglashga harakat qiladi. Bu davrda o'ziga ishonch va o'zini qadrlash hissi shakllanadi.

L.S.Vigotskiyning fikricha o'smirlik davri ijtimoiy o'zgarishlar va o'z-o'zini anglash jarayonining ahamiyati, yoshlar o'zning psixologik rivojlanishi boshqalar bilan o'zaro aloqalar va madaniy tajribalar orqali amalga oshiradi. O'smirlik 11 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan davrni tashkil etadi. Hozirgi o'smirlar avvalgi yillarga nisbatan

jismoniy, aqliy va siyosiy jihatdan bir muncha ustunlikka egadir. Ularda ijtimoiylashuv, psixik o'sish, jinsiy yetilish birmuncha oldinroq namoyon bo'lmoqda. "Endi o'smir bola emas, lekin katta ham emas" shu ta'rif o'smirlik davrida katta ahamiyatga ega. O'smirlik bu bolalikdan o'tish davri bo'lib, psixologik fiziologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari mavjud. Bu bosqichda jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, turli narsalarga qiziqishi ortadi, xarakteri shakllanib boradi, ziddiyatlar avj olgan bo'ladi. O'smirlik davrida balog'atga yetish, yangi hislar, sezgilar rivojlanib boradi. Fiziologik jihatdan olib qaraydigan bo'lsak, qiz bolalarda bo'y o'sishi 5-7 smga tezlashadi, og'iz bo'shlig'i va halqumdagi o'zgarishlar oqibatida tovush tembri ham o'zgaradi. O'g'il bolalarda esa bo'y o'sishi 5-10 smga tezlashadi, tovushi vazminroq bo'lib do'rillaydi.

Bu davrda jinsiy bezlar faoliyati kuchayadi. Shuning uchun ularda jismoniy-biologik o'zgarishlar natijasida psixik dunyosida tub burilishlar ro'y beradi. Jinsiy yetilish o'smirlarda xulq-atvoriga asosiy biologik omil sifatida ta'sir ko'rsatib, bu ta'sir bevosita emas, balki bilvositadir.

O'smirlik davrida psixik holatga quyidagi omillar ta'sir ko'rsatadi:

Oila ta'siri: Oila o'smirlarning psixik holatiga katta ta'sir ko'rsatadi. Ota-onalarning qat'iy yoki haddan tashqari qo'llab-quvvatlovchi munosabati o'smirlarning hissiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ayniqsa, oiladagi ziddiyatlar va notinch muhit o'smirlarning psixik holatini yomonlashtirishi mumkin.

Ijtimoiy muhit: O'smirlik davrida do'stlar va sinfdoshlar bilan munosabatlar muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy muhitda qabul qilinmaganlik yoki izolyatsiya hissi o'smirlarda depressiya va kayfiyat pasayishiga olib kelishi mumkin.

Biologik o'zgarishlar: O'smirlik davrida gormonal o'zgarishlar hissiy holatga katta ta'sir ko'rsatadi. Bu davrda jinsiy yetilish boshlanadi, bu esa o'smirlarning hissiy holatini beqaror qiladi.

Madaniy va ijtimoiy omillar: Madaniy va ijtimoiy omillar ham o'smirlarning psixik holatiga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, jamiyatda qabul qilingan qadriyatlarning o'zgarishi yoki globalizatsiya sharoitida o'smirlar yangi qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

O'smirlar o'zlarini kattalardek tutishga harakat qiladilar ular o'zlarining layoqat, qobiliyat va imkoniyatlarini ma'lum darajada o'rtoqlari va o'qituvchilariga ko'rsatishga intiladilar. O'smirlik davri "o'tish davri", "krizis davr", "qiyin davr" kabi psixologik nomlar bilan xarakterlanadi. Chunki bu davrda yangi sharoitlarda o'z o'rnini topa olmagan, xarakatlari bilan muqobilligidan psixik portlash hollari ham kuzatiladi. L.S.Vigotskiy bunday holatni "psixik rivojlanishdagi inqiroz" deb nomlagan. Katta yoshli odamlarga ega bo'lgan hamma narsalardan foydalanishga, erkin, mustaqil va ozod bo'lishga intiladi.

O'smirlik davrida kimningdir xatti-harakatini imitatsiya qilish xosdir. Ko'pincha ular o'zlariga tanish va yoqadigan kattalarning xatti-harakatlariga imitatsiya, taqlid qiladilar. O'smirlar bu davrda chekish hamda spirtli ichimliklarga qiziqib qolishlari ham

mumkin. Shuningdek o'smirlik davrida o'zidan qoniqmaslik ham yuzaga ham keladi.

O'smirlik davrida bilish jarayonlarining nutq og'zaki va yozma mavjud bo'lishi bilan kuchli vosita hisoblanadi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirning muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirishiga ehtiyoj va intilishdir. O'smirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan so'z boyligining oshishi hisobiga bo'lsa, ikkinchi tomondan tabiat va jamiyatdagi narsa, voqea hodisalarning mazmun mohiyatini anglashlari hisobiga bo'ladi.

Kichik maktab davrida ixtiyorsiz diqqat ustunlik qilsa, o'smirlik davrida o'z diqqatni o'zi boshqara oladi. Dars davomida intizomning buzilishi aksariyat hollarda o'quvchilar diqqatsizligidan emas, balki ijtimoiy sabablar bilan belgilanadi. O'smir o'z diqqatini to'la ravishda o'zi uchun ahamiyatli bo'lgan va yuqori natijalarga erishishi mumkin bo'lgan faoliyatlarga qarata oladi.

O'smirlik davrda xotiraning barcha turlari o'zining ko'rsatkichlari asosida jadal rivojlanadi. Ularda faol ravishda mantiqiy xotira rivojlanib boradi. Mexanik xotira esa biroz sustlashadi. Mexanik xotiraning sustlashuvi ma'lumotlarni eslab qolishda muommolarni keltirib chiqaradi va o'smirlar tomonidan xotiralari zaiflashuvi haqidagi shikoyatlariga va o'z-o'zidan o'qishga bo'lgan qiziqishlarining pasayishiga sabab bo'lishi mumkin. Buning uchun o'quvchi o'quv materiallarining mazmunining tahlil qilishi, undagi mantiqiy tuzilishini bilishi mumkin.

O'smirlik davrida nazariy tafakkur yurqori ahamiyatga ega bo'la boshlaydi. Chunki bu davrdagi o'quvchilar atrof-olamdagi bog'lanishlar mazmunini yuqori darajada bilishga harakat qiladilar. Bu davrda o'smirlarning bilishga bo'lgan qiziqishida keskin rivojlanish sodir bo'ladi. Ilmiy-nazariy bilimlarning egallab olinishi o'smir tafakkurning rivojlanishiga olib keladi. Buning ta'sirida isbot, dalillar bilan fikrlash qobiliyati rivojlanadi. Unda deduktiv xulosalar chiqarishga qobiliyati paydo bo'ladi. J. Piajening ta'kidlashicha, "Ijtimoiy hayot uch narsaning ta'siri-til, mazmun, qoidalar asosida shakllantiriladi". Bu borada o'zlashtirilgan ijtimoiy munosabatlar o'z-o'zidan tafakkurning yangi imkoniyatlarini yaratadi.

O'smirlik davrida kattalardan masofa saqlash va begonalashish ro'y beradi. Haqiqatan ham o'zini kattalarga qarshi qo'yish, mustaqil subyekt sifatida o'zinikini, o'z fikrini ajratish yaqqol namoyon bo'ladi. O'smirning bir tomondan kattalar bilan huquqlardan teng ekanligini prinsipial jihatdan talab qiladi, ikkinchi tomondan kattalarning yordamiga, qo'llab-quvvatlashiga, himoyasiga, bahosiga ehtiyoj sezadi. Kattalar o'smir uchun muhim, o'smirda ham kattalarga nisbatan empatiya kuchli, lekin amalda nazoratning "bolalarcha" saqlanib qolganligiga, haddan tashqari g'amxo'rlik qilishlariga qarshi chiqadi.

Ota-onalar bilan o'zaro munosabatlardagi muommolar, o'qituvchilar bilan nizolashishlar-o'smirlik davri uchun odatiy hol bo'lsa-da, bunday holatlarning namoyon bo'lish tezligi kattalarning unga bo'lgan munosabatiga, oilaviy tarbiya uslubiga, o'smir xulq-atvoriga nisbatan hurmat bilan munosabatda bo'lish ko'nikmasiga bog'liq. O'smir

va kattalar orasida qulay munosabatlarni o'rnatishning zaruriy sharti kattalarning tashabbusi bilan ular hayotida umumiylikni yaratish, hamkorlik sohalarini kengaytirish, mazmunli aloqalarni amalga oshirish, o'zaro yordam va ishonch muhitini yaratishdan iborat.

O'smirlik davridagi psixik holat shaxsning kelajakdagi rivojlanishi uchun muhim ahamiyatga ega. Bu davrda shakllanadigan shaxsiy identifikatsiya, hissiy barqarorlik va ijtimoiy qobiliyatlar insonning keyingi hayotida muhim rol o'ynaydi. O'smirlik davridagi psixik holatni to'g'ri tushunish va uning ahamiyatini anglash shaxsning kelajakdagi rivojlanishi uchun muhim hisoblanadi.

O'smirlar kattalarning ularga bildiradigan ishonchlariga katta ehtiyoj sezadilar. Kattalarning o'smir yoshdagilarga ta'sir ko'rsatishi, tarbiya berishi uchun eng qulay sharoit-bu umumiy mehnat bilan shug'ullanishdir. Agar kichik yoshdagi bolalar yordamchi bo'lish rollaridan qoniqsalar, o'smirlar, ayniqsa katta o'smirlar kattalar bilan teng ravishda faoliyat ko'rsatayotganlaridan, lozim bo'lganda ularning o'rnilariga ham ishlay olishlaridan qoniqadilar. Kattalar o'smirlar bilan do'stona, uni to'la tushungan holda va aql bilan rahbarlik qilsalar, bunga o'smirlar ijobiy qaraydilar, lekin bu rahbarlik kattaning xohish-istagiga ustunligida kechsa, unday holda ular qarshilik ko'rsatadilar. Bu qarshilik ko'pincha salbiy natijalarga, ba'zan depressiya holatini ham yuzaga keltirishi mumkin. Bu holat ko'pincha ota-onasi avtoritar munosabatda bo'luvchi o'smirlarning oilalarda uchraydi. Bunday oilalarda tarbiyalanayotgan o'smirlar hayotda mustaqil holda harakat qilishlari o'z rejalarini amalga oshirishlari, qiyin mas'uliyatni o'z zimmlariga olishlari birmuncha qiyin kechadi.

Ular ko'pincha intellektual xarakterdagi muommolarni ham qiyinchilik bilan yengadilar. O'smirlik davrida bolalarning atrofdagi odamlar bilan shaxsiy va ish yuzasdan bo'ladigan munosabatlardagi mavqei o'zgaradi. Endi o'smirlar o'yin hamda damga kamroq vaqtlarini ajratgan holda ko'proq jiddiy ishlar bilan shug'ullana boshlaydilar va ularda bilish jarayonlari jadal rivojlana boshlaydi.

Xulosa. O'smirlik davri insonning hayotidagi o'ziga xos va muhim psixologik o'zgarishlar davridir. Bu davrda yoshlar o'zlikni anglash, mustaqillikka intilish, emotsional holatlar va ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish kabi murakkab jarayonlarga duch keladilar. O'smirlar o'z kimligini aniqlashga, o'z dunyoqarashlarini rivojlantirishga va o'zaro aloqalarini mustahkamlashga kuchayadi va tez-tez o'zgarib turadi. Mustaqil fikrlash va ijtimoiy roldan kelib chiqadigan qiyinchiliklar yoshlar uchun psixologik jihatdan katta sinovlar yaratilishi mumkin. Biroq, o'zini anglash, o'ziga ishonchni rivojlantirish va ijtimoiy qobiliyatlarini o'zlashtirish bu davrning asosiy vazifalaridir. To'g'ri qo'llab-quvvatlash va tushunish orqali o'smirlarning psixik rivojlanishi sog'lom va barqaror bo'lishi mumkin.

O'smirlik davri inson hayotining eng murakkab va dinamik davrlaridan biri bo'lib, bu davrda shaxsning psixik holati sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Ushbu davrda shaxsiy identifikatsiya, hissiy beqarorlik, ijtimoiy munosabatlar va o'zini-o'zi anglash

kabi murakkab jarayonlar sodir bo'ladi. O'smirlik davridagi psixik holatni to'g'ri tushunish va uning ahamiyatini anglash shaxsning kelajakdagi rivojlanishi uchun muhim hisoblanadi. Oila, ijtimoiy muhit, biologik o'zgarishlar va madaniy omillar o'smirlik davridagi psixik holatga katta ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, bu davrda o'smirlarga to'g'ri yondashish va ularning psixik holatini qo'llab-quvvatlash har bir ota-ona, pedagoglar va jamiyatning asosiy vazifasi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. "Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya" Z.T.Nishanova, N.G.Komilova, D.U.Abdullayeva, M.X.Xolnazarova "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti. Toshkent-2018
2. "Rivojlanish psixologiyasi" fanidan ma'ruzalar matni Jo'rayev O'tkir Toshpo'latovich
3. "Umumiy psixologiya" G'oziyev.E "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" 2010
4. Musurmonova O. Ma'naviy qadriyatlar va yoshlar tarbiyasi. –T.: O'qituvchi, 66-bet
5. O'zbek pedagogikasi antologiyasi // Tuzuvchi-mualliflar: K.Hoshimov, S.Ochil. – Toshkent: O'qituvchi, 1995. – 137-bet
6. Ozodqulov Olimjon Bahodir o'g'li. (2024). Rahbar va xodim munosabatlarining boshqaruv jarayonidagi psixologik xususiyatlari. Образование наука и инновационные идеи в мире, 41(1), 110–113. Retrieved from <https://www.newjournal.org/index.php/01/article/view/12079>
7. Sirojiddin Amangeldiyev Nurg'aliy o'g'li . Psixologik maslahat gipotezalarini shakllantirish. Central asian academic journal ISSN: 2181-2489 OF scientific research volume 1 I ISSUE 1 I 2021. <https://search.app/R78CQ7R1YR9Sg7PR6>

XULQI OGISHGAN O'SMIR QIZLARDA HIMOYA MEXANIZMLARNING KO'RINISHLARI.

*Parpiyeva Sh-
Nizomiy nomidagi O'zMPU
Amaliy psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi.*

Shaxsning himoya mexanizmlari salbiy ta'sirlarni kamaytirishga yo'naltirilgan bo'lib, ular inson xatti-harakatlarini tartibga soluvchi, uning moslashuvchanligini oshirishga va psixikasining muvozanatlashishiga qaratilgan anglanilmagan psixologik himoya mexanizmlar hisoblanadi. Ko'pgina himoya mexanizmlari erta bolalikdan rivojlanadi va bolaning yopiq (bola o'z fikrini erkin bayon etolmaydi, odamovi bo'ladi) bo'lishiga, tashqi qiyinchiliklar hamda xavfdan yashirinishiga olib keladi. Bola taraqqiyotining asosiy determenanti oilaviy munosabatlar bo'lib, bunda oilaviy munosabatlarning buzilishi ko'pincha shaxsiy emotsional rivojlanishining disgarmoniyasi, patopsixologiyasi va bola psixologik himoya gipertrofiyasiga olib

keladi. Bugun oiladagi tarbiya sharoiti, oilaning ijtimoiy mavqeyi, oila a'zolarining kasbi va moddiy ta'minoti, ota-onaning ma'lumotlilik darajasi bolaning psixik rivojlanishiga ta'sirini inkor etib bo'lmaydi. Psixologik himoya va mexanizmlarini shakllantirish muammosini o'rganishning dolzarbligi hamda ahamiyati jamiyatdagi hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy, siyosiy o'zgarishlar bilan ham bog'liq bo'lib, ular shaxsning rivojlanishi va ijtimoiylashuvi jarayoniga ta'sir qiladi. Bu ta'sir rivojlanishning o'tish davrida, ayniqsa, muhimdir.

Jamiyat va oiladagi ijtimoiy o'zgarishlar o'smirlarda hissiy noqulaylik va ichki zo'riqishning kuchayishiga olib keladi va ular bu holatni shaxsiy qiyinchilik sifatida boshdan kechirishadi, bu esa atrofidaqilar bilan munosabatda yaqqol namoyon bo'ladi. Shu jihatdan, bugungi kunda o'smirlarning o'zining va atrof-muhitning barqarorligini hamda hissiy jihatdan qabul qilishini saqlashga yordam beradigan psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishni o'rganishga qiziqish ortib bormoqda.

Psixologik himoya va mexanizmlari odamlarning stressli vaziyatlarga javob qaytarishda namoyon bo'ladigan adaptatsion jarayonning muhim shakli sifatida qaraladi. [3] Bu hodisa Zigmund Freyd tomonidan "Himoya neyropsixozlari" asarida, E. From, K. Xorni, Granovskaya R.M., Rottenberg V.S., Romanova Y.S., Bassin F.V., Kamenskaya V.G., Gracheva G.V. va boshqalarning ishlarida o'z ifodasini topdi. Biz ushbu maqolamizda qo'yilgan masalaning yechimini aniqlashda tavsifiy, tahlil usullaridan foydalandik.

Psixologik himoya mexanizmlari termini ilk marta 1894-yilda Zigmund Freyd tomonidan "Himoya neyropsixozlari" asarida qo'llanilgan. Olim o'z amaliyotida isteriyani davolayotganida qarshiliklarga duch keladi, u bemorning ong ostiga ta'sir qilishga urinadi. Bu qarshilik esa bemorning tuzalishiga to'sqinlik qilardi. Freyd buni siqib chiqarish fenomeni sifatida ta'riflaydi va shunday deydi: "O'sha kuchlar qarshilik kabi hozir to'sqinlik qiladi, ongga kirishni unutgan, bir vaqtning o'zida sabab bo'lgan unutish va tegishli patogen tajribalarni xotiradan chiqarib yubordi. Men buni siqib chiqarish deb nomladim va buni isbotlangan qarshilikning mavjudligi sifatida qaradim". Olim o'zining keyingi ishlarida boshqa himoya mexanizmlarini gapirib o'tadi va bu mexanizmlar jamlanmasi inson xulq-atvorini nazorat qiladi deydi.

Freyd o'z asarlarida quyidagi psixologik himoya mexanizmlarini ajratib ko'rsatdi: siqib chiqarish, proyeksiya, regressiya, aralashtirib yuborish, ratsionalizatsiya, reaktiv shakllanish. Bu mexanizmlar shaxsni anglamagan holda faollashtiradi va turli xildagi salbiy oqibatlarni pasaytiradi, ayni vaqtda voqelikni buzib ko'rsatadi. Inkor etish mexanizmlari odamni qandaydir tarzda shikastlashi yoki bo'lmasa konfliktga olib kelishi mumkin bo'lgan har qanday ma'lumotni idrok etishni bloklashdan iborat.

Proyeksiya odam o'zidagi nojoiz sifatlarni va fazilatlarni boshqa kishiga ko'chirish demakdir. Aralashtirib yuborish xavotirga sabab bo'lgan obyektga nisbatan hosil bo'lgan hislarni boshqa obyektga yo'naltirish imkonini beruvchi himoya mexanizmidir.

Regressiyaning namoyon bo'lishi infantlikka o'xshaydi. Ratsionalizatsiya esa o'z xatti-harakatlarini o'zi uchun maqbul bo'lgan tushuntirishdan iborat. Reaktiv

shakllanish himoya mexanizmi bir xil hissiyot va impulsni cheklash, ularga qarama-qarshi hissiyot va impulsni kuchaytirish orqali xavotirlanish darajasini pasaytirish imkonini beruvchi mexanizm.[1]

Freydning ishlarini uning qizi davom ettiradi va bu tushunchalarning ma'nosini kengaytiradi. U keltirilgan himoya mexanizmlarning tug'ma xususiyatlaridan tashqari, inson ontogenezi davomida orttirgan individual xususiyatlarini ham ifodalaydi.

E. From psixologik himoya mexanizmini agressiyaning namoyon bo'lishi sifatida izohladi. Sotsial-madaniy nazariya vakili K. Xorni inson o'zini xavfsizlantirish istagining paydo bo'lishi asosida "asosiy xavotir", tashvish, ishonchsizlik tuyg'usi sifatida tug'iladi, – deb ta'kidlaydi. Rus psixologiyasida bu muammo Granovskaya R.M., Rottenberg V.S., Romanova Y.S., Bassin F.V., Kamenskaya V.G., Gracheva G.V. va boshqalarning ishlarida o'z ifodasini topdi.

R.M.Granovskaya psixologik himoya mexanizmlarini shaxs dunyoni to'laqonli idrok etishdan himoya qiluvchi, g'oyalarni toraytiruvchi va buzuvchi to'siq sifatida ifodalaydi. Odam faqat xavfli axborotni qabul qiladi, keyinchalik u ham buziladi va ongda shaxs uchun eng qulay ko'rinishda qoladi. Eng xavfli axborotlar idrok qilinmaydi va o'zlashmaydi. Ammo psixologik himoya mexanizmlari inson tanasiga ijobiy ta'sir ham qilishi mumkin. Inson ongini xavfli axborot oqimidan himoya qilib, mumkin bo'lgan maqsadga erishishni ta'minlaydi, muayyan konkret vaziyatni hal qilishga yordam beradi.[2]

Manbalarda qayd etilishicha, F.V. Bassin psixologik himoya muammosini ustuvor qo'ya bilgan olim hisoblanadi. 1 Uning fandagi xizmati shundaki, u himoya hodisasiga psixozanalizning artefakti sifatida emas, balki ilmiy tadqiqotning to'g'ri va operatsion imkoniyatlariga ega bo'lgan haqiqatdan mavjud ruhiy hodisa sifatida qaraydi. F.V. Bassin psixologik himoyaning ahamiyatini faqat o'ziga xos ekskvizitli vaziyatlar bilan cheklamaydi, masalan, tadqiqotchilar Y. Savenko va F.E. Vasilyuklarning fikricha, himoya mexanizmlari o'z-o'zini aktualizatsiyalash jarayonida yuzaga keladi va bu jarayon murakkablashtirilgan vaziyatlar yoki "mumkin bo'lmagan holatlar" deb ataladi. Bu muammoni, ayniqsa, o'smirlilik davrida, shuningdek, o'smirlilikdan o'spirinlikka o'tish davrida o'rganish muhimdir. Aynan shu davrdan odam shaxs sifatida shakllanadi hamda dunyoqarashi kengayadi. Bu davrning eng muhim xususiyati o'z taqdirini o'zi belgilashi, kasb va hayot yo'lini tanlashi, o'z zimmasiga mas'uliyatni ola bilishi, jamiyatda va oilada yangi mavqeni egallashi bilan ahamiyatlidir. Kerakli hayotiy ko'nikmalarning yetishmasligi, xulqatvor ko'nikmalarining yo'qligi, yangi qiyinchiliklarga dosh bera olmasligi, stressdan chiqa olmasligi o'smirlarni yanada kuchliroq emotsional zo'riqishga olib keladi. Bunday kuchli vaziyatlarda o'smir turli himoya shakllariga murojaat qiladi, kamdan kam hollarda destruktiv bo'ladi.

O'smirlarning kam samara beradigan psixologik himoya usullaridan foydalanishi natijasida og'ishishning rivojlanishiga hamda deviantlikning namoyon bo'lishiga olib kelishi mumkin. F. Kramer o'smirlar orasida eng ommabop mexanizm sifatida

proyeksiya mexanizmini qayd etadi. Bir tomondan bu mexanizm odam o'zi xohlamaydigan sifatlarni rad etishga va jamiyatda o'z o'rnini mustahkamlashga yordam beradi. Shu bilan bir vaqtda atrofdagilarga xayoliy illatlarni yuklash shaxslararo munosabatlarda dushmanlik va salbiylikni keltirib chiqaradi, natijada shaxslararo munosabatlarni qurishda muammolar kelib chiqadi.

Xulosa sifatida shuni qayd etish lozimki, psixologik himoya mexanizmlari konstruktiv hamda destruktiv ta'sirga olib kelishi mumkin. Konstruktiv xarakterdagi himoya mexanizmlari vaziyatni adekvat baholashga, alternativ maqsadni aniqlashga va erishishda optimal vositalarni tanlashga, talab va ehtiyojlarni qondirishga yordam beradi. Destruktiv xarakterdagi himoya mexanizmlari esa reallikni inkor etish va buzishdan iborat bo'lib, vaqti kelib shaxsning patologik o'zgarishiga olib keladi. Shuning uchun psixologik himoya mexanizmlari tanani psixotravmatik buzilishlardan, vaziyatlardan, salbiy axborotlardan asraydi va kritik vaziyatlardagi barqarorligini oshiradi. Yana shuni qayd qilish kerakki, psixologik himoya mexanizmlari ba'zida og'ir oqibatlariga, shaxs shakllanishi hamda ijtimoiy moslashuvning buzilishiga olib kelishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Фрейд А. Психология <<Я>> и защитные механизмы. — М.: <<Педагогика Пресс>>, 1993, — 140 с.
2. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — СПб.: <<Свет>>, 1997. — 608 с.
3. Набиуллина Р. Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом. Учебное пособи.

YANGI O'ZBEKISTONDA PSIXOLOGIK TA'LIMNI TASHKIL ETISH TENDENSIYALARI

*Pulatova Gulnoza Murodilovna,
FDU Psixologiya kafedrası o'qituvchisi;
Umrzaqova Gulzoda Abdurakhmonovna,
FDU Psixologiya yo'nalishi talabasi*

Kirish. O'zbekiston Respublikasida olib borilayotgan keng qamrovli islohotlar, xususan, ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, uni zamonaviy ilm-fan yutuqlari asosida qayta tashkil etish bo'yicha amalga oshirilayotgan sa'y-harakatlar zahirida inson omiliga berilayotgan yuksak e'tibor mujassam. Insonni har tomonlama barkamol, intellektual salohiyatli, ijtimoiy moslashgan va ma'naviy yetuk shaxs sifatida shakllantirishda psixologik bilim va ko'nikmalar hal qiluvchi o'rin egallaydi. Shu nuqtai nazardan, Yangi O'zbekiston sharoitida psixologik ta'limning roli tobora ortib bormoqda. Zamonaviy ta'lim tizimida shaxsni o'rganish, uning ruhiy holatini aniqlash, ijtimoiy-psixologik muammolarini bartaraf etish, shuningdek, motivatsion, axloqiy va

emotsional holatini tahlil qilish orqali samarali pedagogik yondashuvlarni tanlash zarurati kuchaymoqda. Bu esa, psixologik ta’limni rivojlantirishni, uning ilmiy-nazariy asoslarini qayta ko‘rib chiqishni va amaliy jihatdan takomillashtirishni taqozo etmoqda.

Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasida ta’lim tizimi ustuvor yo‘nalish sifatida belgilangan bo‘lib, bunda insonning ruhiy salomatligi, psixologik farovonligi va hayotiy kompetensiyalarini shakllantirishga alohida urg‘u berilmoqda. Shu sababli ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatining samaradorligini oshirish, psixolog-mutaxassislarning malakasini oshirish, ularni zamonaviy ilmiy-metodik adabiyotlar bilan ta’minlash dolzarb masalaga aylangan. Bundan tashqari, ijtimoiy hayotda yuzaga kelayotgan turli stress holatlari, oilaviy muammolar, yoshlar orasida uchrayotgan depressiv holatlar, agressivlik va ijtimoiy moslashuvdagi muammolar ta’lim jarayonida psixologik yondashuvning dolzarbligini yanada oshirmoqda. Shunday murakkab sharoitlarda psixologik ta’limni tizimli asosda yo‘lga qo‘yish, uni ilmiy va amaliy jihatdan chuqurlashtirish orqali ta’lim oluvchilarning ruhiy salomatligini ta’minlash muhim strategik vazifa sifatida qaralmoqda. Biroq mavjud imkoniyatlarga qaramay, hozirgi kunda psixologik ta’limni tashkil etish jarayonida qator muammolar mavjud: o‘quv dasturlarining zamonaviy psixologiya faniga to‘liq mos emasligi, amaliy psixologik mashg‘ulotlarning yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmagani, kadrlar malakasining bir me‘yorda emasligi, hamda zamonaviy metodik vositalarning yetishmasligi shular jumlasidandir. Shuningdek, psixologik xizmat ko‘rsatish tizimida ham hali to‘liq tizimli yondashuv shakllanmaganligi sezilmoqda.

Shu sababli Yangi O‘zbekistonda psixologik ta’limni tashkil etishning asosiy tendensiyalarini aniqlash, mavjud dolzarb muammolarni tahlil qilish va ularni bartaraf etish yo‘llarini ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu tadqiqot aynan ana shunday dolzarb masalalarni yoritishga, ularni ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilishga qaratilgan.

Asosiy qism. O‘zbekiston ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar mamlakatning ijtimoiy va iqtisodiy rivojlanish strategiyasiga mos ravishda psixologik ta’limni integratsiya qilishni o‘z oldiga asosiy maqsad qilib qo‘ymoqda. Bu jarayonning bir qismi sifatida, ta’lim tizimida psixologik bilim va ko‘nikmalarni rivojlantirish, o‘quvchilarda psixologik salohiyatni oshirish va ruhiy salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan alohida dasturlarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik ta’limning asosiy vazifalaridan biri – o‘quvchilarning emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishini ta’minlashdir. Shuningdek, bu o‘quvchilarga hayotiy qobiliyatlarni rivojlantirishda yordam berish, stressni boshqarish va muammolarni hal qilishda psixologik resurslardan foydalanish imkoniyatlarini yaratishdir. Psixologik ta’limning o‘quv jarayonida samarali qo‘llanilishi nafaqat bilim olishni, balki individual rivojlanishni, o‘quvchilarning hissiy barqarorligini va jamoada muvaffaqiyatli faoliyat yuritishini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi. Bu, o‘z navbatida, ta’lim tizimining ijtimoiy va amaliy ahamiyatini oshiradi, o‘quvchilarning jamiyatda muvaffaqiyatli

yashash va ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi.[1,22-23b]

Psixologik ta'limni rivojlantirishning yana bir muhim omili – inson kapitalini rivojlantirishdir. Yangi O'zbekistonda inson kapitalini rivojlantirish strategiyasining asosiy komponentlaridan biri psixologik salohiyatni shakllantirish va yosh avlodni ta'lim va jamiyat hayotiga tayyorlashdir. Psixologik bilimlarni ta'lim tizimiga integratsiya qilish, nafaqat o'quvchilarning kognitiv ko'nikmalarini rivojlantirish, balki ularning emotsional va ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirishni ham ta'minlaydi. Psixologik ta'lim orqali o'quvchilarga muvaffaqiyatli ishlash, stressni boshqarish, o'zini anglash, ijtimoiy mas'uliyatni his qilish kabi ko'nikmalarni o'rgatish hamda ularning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan yondashuvlar ishlab chiqish zarurati mavjud. Inson kapitalini rivojlantirishning asosiy maqsadi – o'quvchilarni nafaqat zamonaviy mehnat bozorida muvaffaqiyatli faoliyat yuritishga, balki ularni mustahkam psixologik salohiyatga ega bo'lishga tayyorlashdir. Psixologik ta'limning bu jihati, o'quvchilarning stressga chidamliligini oshirish, o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish, ijtimoiy mas'uliyatni his qilishda yordam beradi. Bu esa jamiyatda barqaror rivojlanishga, inson kapitalining yanada kuchayishiga olib keladi.[2,36-39b]

Psixologiyaning jamiyatdagi ahamiyati tobora ortib bormoqda. O'zbekistonning ijtimoiy, siyosiy va iqtisodiy jarayonlarida psixologik yondashuvlar, jamiyatdagi turli guruhlarining psixologik holatini yaxshilash, ularning o'zaro aloqalarini mustahkamlash va ruhiy barqarorlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Psixologiyaning ta'lim tizimiga integratsiyasi nafaqat o'quvchilarning bilim olish jarayonini yaxshilashga, balki ularning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlashga, ijtimoiy o'zgarishlarga moslashishga yordam beradi. Psixologiyaning jamiyatdagi o'rni, ayniqsa, ijtimoiy-emotsional muammolarni hal qilishda, stress va depressiya kabi ruhiy holatlarning oldini olishda, o'zini anglash va o'zini rivojlantirishga yordam berishda sezilarli ahamiyatga ega. Mamlakatda psixologik xizmatlarning samarali ishlashi uchun psixologik ta'limni rivojlantirish va psixologik yordam ko'rsatish tizimini takomillashtirish zarurati mavjud. Bu jarayon, ta'lim tizimida psixologiyaning muhim o'rni va uning ta'lim jarayoniga ta'sirini yoritadi.[3,45-47b]

Psixologik ta'lim tizimini modernizatsiya qilishning zarurati, o'quvchilarning nafaqat kognitiv rivojlanishini, balki ularning emotsional va ijtimoiy jihatlarini ham o'z ichiga oladi. O'quvchilarning ruhiy salomatligini ta'minlash, stressni boshqarish, o'zini anglash va boshqalar bilan samarali aloqalar o'rnatish kabi ko'nikmalarni shakllantirishda psixologik ta'limning ahamiyati katta. Bu, o'z navbatida, ta'lim tizimining barqarorligini, samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Psixologik ta'limni takomillashtirish jarayonida o'qituvchilarning psixologik bilimlarga ega bo'lishi, o'quvchilarga psixologik yordamini taqdim etishning yangi yondashuvlarini ishlab chiqish zarurati tug'iladi. Psixologik treninglar, stressni boshqarish, shaxsiy rivojlanish dasturlari va ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni o'rgatish tizimini yaratish,

o'quvchilarning ruhiy salomatligini ta'minlashga yordam beradi.[4,61-63b]

Oliy ta'lim muassasalarida psixologik fanlarni o'qitish sifati, nafaqat ilmiy asoslangan nazariy bilimlarga, balki talabalarni hayotiy vaziyatlarga tayyorlay oladigan amaliy ko'nikmalarni berishga qaratilishi kerak. Psixologik kurslar (umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya, klinik psixologiya, rivojlanish psixologiyasi va boshqalar) bugungi kunda modul asosida, integrativ yondashuvlar bilan uyg'un holda tashkil etilmoqda. Bu metodologiya talabaning mustaqil fikrlash qobiliyatini, analitik tafakkurini va tajriba asosida o'rganish malakasini rivojlantiradi.[5,41-43b]

Misol uchun, Germaniyaning Heidelberg universitetida klinik psixologiya kursi davomida talabalarning 30% vaqti nazariy o'qishga, 70% esa amaliy tahlil va terapevtik mashg'ulotlarga ajratiladi. O'zbekistonda esa bu model 2023-yildan boshlab O'zMU Psixologiya fakultetida eksperimental tarzda joriy etildi.[6]

Zamonaviy psixologik ta'limni rivojlantirishda raqamli texnologiyalar muhim o'rin tutadi. Onlayn platformalar (Moodle, Zoom, Google Classroom), psixologik testlar va virtual laboratoriyalar orqali interaktiv ta'lim muhiti yaratilmoqda. Ayniqsa, pandemiyadan keyingi davrda "e-learning" va "blended learning" texnologiyalarining keng tatbiq etilishi psixologik fanlar o'qitilishida yangi imkoniyatlar ochdi. Masalan, AQShning APA (American Psychological Association) tashkiloti tomonidan tavsiya etilgan "Virtual Clinical Training" modeli asosida psixologiya bo'yicha magistratura talabalariga klinik ishlar simulyatsiyasi onlayn tarzda o'rgatilmoqda.[7,12-18b]

Psixologik ta'lim faqatgina bilim va ko'nikma bilan cheklanmaydi, balki psixolog shaxsining professional va axloqiy yetukligini shakllantirishga ham xizmat qiladi. Mas'uliyat, empatiya, ichki intizom, maxfiylikka rioya qilish, ijtimoiy sezgirlik — bular psixolog kasbining poydevoridir. Shuning uchun, psixologik ta'lim tizimida kasb etikasiga oid alohida modullar joriy etilishi zarur.

Bu borada Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) psixologik xizmatda "ethical competence" (axloqiy kompetensiya)ni kasbiy tayyorgarlikning ajralmas qismi sifatida belgilagan.[8,33b]

Psixologik ta'lim tizimi nafaqat boshlang'ich tayyorgarlikni, balki professional faoliyat davomida muntazam malaka oshirishni ham o'z ichiga olishi kerak. Dunyoning rivojlangan mamlakatlarida psixologlar har 3–5 yilda sertifikatlarni yangilash va malaka oshirish kurslarida qatnashish majburiyatiga egalar. Bu tajriba O'zbekistonda ham Milliy Psixologlar Assotsiatsiyasi tomonidan yo'lga qo'yilgan "Kasbiy rivojlanish portfeli" loyihasi orqali joriy etilmoqda.[9,7b]

Xulosa. Yangi O'zbekistonda psixologik ta'limni tashkil etish sohasida kuzatilayotgan tendensiyalar mamlakatda inson kapitalini rivojlantirish va barqaror ijtimoiy taraqqiyotga erishish yo'lidagi muhim omillardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. So'nggi yillarda olib borilayotgan islohotlar natijasida psixologik ta'limga bo'lgan e'tibor keskin oshdi — bu, avvalo, ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni kuchaytirish, psixolog kadrlar tayyorlash tizimini yangilash va amaliyot bilan uzviy

bog'lash, hamda zamonaviy psixodiagnostik va psixokorreksion usullarning joriy etilishi orqali namoyon bo'lmoqda.

Bugungi kunda respublikamiz oliy ta'lim muassasalarida psixologiya yo'nalishi bo'yicha ta'lim sifatini oshirish, xalqaro standartlarga mos o'quv dasturlarini ishlab chiqish va psixologik kompetensiyalarni shakllantirishga alohida urg'u berilmoqda. Psixologik bilimlarning nafaqat ta'lim, balki sog'liqni saqlash, huquq-tartibot, ijtimoiy xizmatlar kabi sohalarda ham tobora dolzarb bo'lib borayotgani, psixolog kadrlarining jamiyatdagi rolini mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Shuningdek, Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida belgilangan maqsadlar psixologik ta'limni rivojlantirishda inson huquqlari, yoshlar salohiyatini to'liq ochib berish, ijtimoiy-emotsional rivojlanishni qo'llab-quvvatlash kabi ustuvor yo'nalishlarni ilgari surmoqda. Psixologik xizmat va ta'limni raqamlashtirish, masofaviy o'qitish, interaktiv o'quv metodlarini keng joriy etish esa bu jarayonni zamon talablariga mos tarzda shakllantirish imkonini bermoqda.

Xulosa qilib aytganda, Yangi O'zbekistonda psixologik ta'limni tashkil etish yo'nalishidagi islohotlar – bu nafaqat ta'lim tizimi doirasidagi yangilanish, balki umuman jamiyatning ma'naviy va ruhiy salomatligini mustahkamlashga qaratilgan keng qamrovli taraqqiyot strategiyasidir. Kelajakda bu sohani yanada samarali rivojlantirish uchun fan va amaliyot uyg'unligi, xalqaro hamkorlik, malakali mutaxassislarni tayyorlash va ularning faoliyatini munosib rag'batlantirish kabi yo'nalishlarga ustuvor ahamiyat berilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. M.R.Karimov. "O'zbekiston ta'lim tizimidagi islohotlar va psixologik ta'limni integratsiya qilish", Ta'lim va Innovatsiyalar, 2024, B.22-23.
2. F.Z.Abdullayeva. "Psixologik ta'lim va inson kapitali", Xalqaro Pedagogika Jurnal, 2023, B.36-39.
3. S.M.Tashkentov. "Psixologiyaning jamiyatdagi roli va uning ta'lim tizimiga integratsiyasi", Ijtimoiy Psixologiya, 2023, B.45-47.
4. R.M.Xamdor. "Psixologik ta'limni takomillashtirishdagi zamonaviy yondashuvlar", Ta'lim va Innovatsiyalar, 2024, B.61-63.
5. Karimova Z.M., "Zamonaviy psixologik ta'limda integratsiyalashgan metodlar", Toshkent, 2022, B.41-43.
6. Heidelberg Uni. Clinical Psychology Syllabus, 2021.
7. APA Guidelines for Online Training, 2020, P.12-18.
8. WHO Mental Health Policy Guidelines, 2022, P.33.
9. 2024-yil NPA ma'lumotnomasi, B.7.

AJRIM YOQASIDAGI OILALAR VA XOTIN-QIZLAR BILAN ISHLASH, PSIXOLOGIK KO'MAK KO'RSATISH

Pulatov Javdat Abdujabborovich

*O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
Din psixologiyasi va pedagogika kafedrasi dotsenti,
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Shaxsni ma'naviy-axloqiy jihatdan tarbiyalab, voyaga yetkazishning eng asosiy bo'g'ini bu oiladir. Ma'naviy sog'lom inson jamiyatga to'g'ri va adolatli munosabatda bo'ladi, o'z xalqining milliy qadriyatlarini ham e'zozlaydi, o'zligini hech qachon unutmaydi.

Oila — bu bir-birini muhabbat va hurmat bilan qo'llab-quvvatlaydigan, birgalikda yashash va hayotni o'tkazish uchun birlashgan insonlardan iborat jamoa. Oilada, ko'pincha, er-xotin, bolalar, bobo buvilar bo'lishi mumkin. Oila — insonning o'zini yaxshi his qilishi, xursandchilik va qiyinchilik damlarda birgalikda ehtiyot qilishga yordam beruvchi muhim ijtimoiy muhit

Kundalik hayotimizda oila-inson tafakkurining oliy mahsuli ekanligi to'g'risida tez-tez eshitamiz. Jamiyat taraqqiyotiga farzandlar kamoli orqaligina erishiladi. Haqiqatdan ham inson tafakkur olamini, fe'l-atvorini va dunyoqarashini belgilaydigan g'oyaviy mezon va qarashlar to'g'risidagi dastlabki tasavvurlar oila sharoitida, ota-onaning ibrat namunasida shakllanadi va tarkib topa boradi.

Shu nuqtai nazardan qaraganda ham, oila – jamiyatning asosiy bo'g'ini, uning mustahkamligi nafaqat oila a'zolari, balki butun jamiyat barqarorligi uchun muhim ahamiyatga ega.

Respublikamizda oilaviy ajrimlarning soni sezilarli darajada ortganligi, shu nuqtai nazardan yondashganda mazkur ajrimlar **oilalar va xotin-qizlar bilan ishlash, psixologik ko'mak ko'rsatish**, ajrimlarning bolalar tarbiyasiga qay darajada ta'sir qilayotganligi ilmiy-nazariy, pedagogik jihatdan o'rganishga bo'lgan e'tiborni kuchaytirish ajrimlarning salbiy ta'sirini bartaraf etish masalalariga jiddiy e'tibor qaratish lozimligini ko'rsatmoqda.

Tajriba va kuzatishlarimiz tahliliga tayanib aytishimiz mumkinki, oilaviy munosabatlarda gender tenglik masalalarini mazmun mohiyatini teran anglab yetish, xotin-qizlar va erkaklarning o'rni haqida jamiyatda shakllangan salbiy qarashlarni o'zgartirish, bu borada ommaviy axborot vositalari ishtirokida targ'ibot-tashviqot ishlarini qo'llab-quvvatlash muhim pedagogik ahamiyat kasb etmoqda.

To'g'ri biz xotin-qizlar va erkaklar o'rtasidagi munosabatlar, ularning jamiyat hayotidagi rivojiga qo'shayotgan hissalariga qarshi chiqish fikridan yiroqmiz. Shu nuqtai nazardan, oilaviy ajrimlarni bolalar tarbiyasiga salbiy ta'sirini bartaraf etish mazmunini ijtimoiy voqelik va shaxs taraqqiyoti talablariga tayangan holda belgilash muhim pedagogik ahamiyat kasb etadi. Bugun jamiyat hayotining siyosiy, iqtisodiy,

huquqiy, mafkura va madaniyat, ta’lim hamda ilm-fan, tadbirkorlik sohalarida faoliyat yuritayotgan ayollarimiz oiladagi “onalik”, “ayollik vazifalarini” unutmasalar oilada farzand tarbiyasi muhimligini anglab yetsalar, bolalar ma’naviyatini yuksaltirish, ular o‘rtasida axloqiy ko‘nikmalarini rivojlantirishga muhim pedagogik ahamiyat kasb etadi. Aslida **gyender tarbiyasi** – bu genderli rollarga mos tarbiya berish, gender tarbiyaning maqsadi erkaklar va ayollarning kelajak ijtimoiy rolini bajarishdan iborat deb tushuniladi.

Shu o‘rinda V.M.Karimova va M.S.Zokirovalar o‘zbek oilalarida oilaviy rollar haqidagi tasavvurlarning shakllanishini o‘rganish jarayonida ota-ona va farzandlar o‘zaro munosabatlaridagi ayrim sifatlarni chet ellik olimlar tomonidan o‘rganilgan manbalarga to‘xtalib o‘tadi. Olimlar olib borgan tadqiqotlarda davlat ishi bilan band bo‘lgan ayollarning bola tarbiyasida xatoga yo‘l qo‘yishi kuzatilgani, ya’ni jamiyatda bolalar jinoyatining ko‘payishining ayollar emansipasiyasi bilan bog‘liq tomonlari aniqlangan. Uy bekasi hisoblangan ayollarning bola tarbiyasidagi roli yuqori baholangan. Biroq ishlaydigan ayol ishlamaydigan ayolga nisbatan uy yumushlarini kamroq bajarsa-da, ularning o‘z burchiga nisbatan ma’suliyati kuchli [10] degan fikrni keltirib o‘tganlar.

Pedagogik adabiyotlar tahlili va kuzatishlarimiz asosida aytishimiz mumkinki, bugun yangicha fikrlaydigan, o‘z kelajagini jamiyatda demokratik qadriyatlarni mustahkamlash bilan, mamlakatimiz kelajagini jahon hamjamiyatiga integratsiyalashuvi bilan bog‘liq holda ko‘radigan yangi avlod vakillari hayotga kirib kelmoqda.

Yangi avlod vakillarini ijtimoiylashuvini ta’minlashda ota-onalar pedagogik psixologik ma’suliyatini oshirish, ota-onalar o‘rtasida ajrimlarni oldini olish umuminsoniy va milliy oilaviy qadriyatlarni, ilg‘or xorijiy tajribani tahlil qilish asosida oilalarda ma’naviy-axloqiy qadriyatlarni mustahkamlash bilan bog‘liq metodik tavsiyalar ishlab chiqish muhim pedagogik ahamiyat kasb etadi.

Ochiq axborot tizimidagi, internet global tarmog‘idagi yangilanishlar, “ommaviy madaniyat rivoji” akseliratsiya jarayonini bir qadar tezlashtirib yubordi desak mubolag‘a bo‘lmaydi. Shu nuqtai nazardan qaraganda oilaviy tarbiya zamirida bolalarning yuksak axloqiy ideallarni shakllantirish ma’naviy ehtiyojga aylandi.

Bilamizki, yoshlarning nikohiga e’tibor qaratgan jamiyatda doimo sog‘lom muhit hukm suradi, tinch-totuv oilada fayz, baraka bo‘ladi. Ko‘pincha yangi turmush qurayotgan kelin-kuyovlarni ko‘rgan yoshi ulug‘lar beixtiyor: “Iloho, yangi turmush qurayotgan kelin-kuyov baxtli bo‘lishsin, oilasida totuvlik, ahillik oshyon qursin”, deb duoga qo‘l ochishadi. Afsus, kelin-kuyovlarning hammasi ham umrlari davomida oila nomli oshyonlarini avaylab asray olishmaydi. Bo‘lar-bo‘lmas gap-so‘zlar, arzimasi bahonalar bilan shirin turmushlarini og‘uga aylantirishadi. Bir-birlarini tushunmaslikdan, murosa ilmini bilmaslikdan bir oilada yashayotgan ikki kishi dushman-g‘animga aylanadi. Qancha oilalar buzilib, kishilar aziyat chekadi, bolalar yetim bo‘ladi, asablar qaqshaydi.

Ajrashishmagan taqdirda ham, butun umrlari g‘urbat, g‘am va iztirobda o‘tadi [13]

Mamlakatimiz ijtimoiy jarayonning barcha jabhalarida oilani mustahkamlashga, oila va uning a‘zolarini manfaatlarini qanoatlantirishga eng ko‘p imkoniyat beradigan munosabatlarni o‘rnatishga, oila a‘zolaridan har biri uchun munosib hayot va erkin rivojlanishni ta‘minlaydigan sharoitlar yaratishga qaratilgan huquqiy sharoitlarni, konseptual g‘oyalarni amaliyotga tatbiq etish, oilaviy ajrimlarning oldini olishda metodik shart-sharoitlarini aniqlashtirish, bolalar ta‘lim-tarbiya sifatini oshirishga ta‘sir etuvchi omillarni aniqlash, ayniqsa, kreativ yondashuvga asoslangan tarbiyaviy komponentlar majmuasini takomillashtirish modellarini ishlab chiqish zarurati ko‘zga tashlanmoqda.

Mazkur vazifani amalga oshirish muammosining dolzarbligi quyidagilarga asos bo‘lmoqda:

birinchidan, tarbiya nazariyasi va amaliyotida har bir shaxsda muayyan jismoniy, ruhiy, axloqiy, ma‘naviy sifatlarni shakllantirishga qaratilgan amaliy pedagogik jarayon, insonning jamiyatda yashashini ta‘minlash uchun zarur bo‘lgan aqliy jismoniy, badiiy estetik va axloqiy ma‘naviy xususiyatlarni tarkib toptirishga yo‘naltirilgan tarbiyaviy faoliyatni “OILA” da ota-onalarning hamjihatligi asosida tashkil etish imkoniyatlarini takomillashtirish;

ikkinchidan, oilaviy tarbiya jarayonida milliy urf-odat va qadriyatlarimizga hurmat tuyg‘usini shakllantirish negizi bo‘lgan besh yo‘nalishda kechadigan: iymon tarbiyasi, ma‘naviy tarbiya, dunyoviy tarbiya, jismoniy tarbiya, ruhiy tarbiya asoslarini bugungi kun ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda ilmiy asoslangan tayanch kompetensiyalar, fazilatlarni oila ostonasidanoq shakllantirishga erishish;

uchinchidan, oilaviy tarbiyada yangicha, tizimli, kreativ, neonologik yondashuvga ko‘ra ijtimoiy-pedagogik imkoniyatlarni to‘liq yuzaga chiqarish va “hamkorlik strategiya”si (ta‘lim muassasalari-mahalla-oila) asosida bolalarning kundalik faoliyatini nazorat qilish.

Oldimizga qo‘ygan eng asosiy vazifamiz, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, oilaviy ajrimlarni bartaraf etishning huquqiy va psixologik asoslarini o‘rganish, oilaviy ajralishlarning farzand tarbiyasiga salbiy ta‘sirini oldini olish bo‘yicha ilmiy asoslangan takliflar ishlab chiqish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasining Oila kodeksi. T.: “Adolat” 1998 -18b.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 2 fevraldagi “Xotin -qizlarni qo‘llab-quvvatlash va oila institutini mustahkamlash sohasidagi faoliyatini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi 5325-son Farmoni [www// lex. Uz](http://www.lex.uz)
3. Narbayeva T.K. O‘zbekiston xotin-qizlarni ijtimoiy himoya qilish tizimi samaradorligini oshirishning innovation modeli. Sosiologiya fanlari doktorligi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiya. – T.: 2020.

4.Karimova V.M., Zokirova M.S. O‘zbek oilalarida oilaviy rollar haqidagi tasavvurlarning shakllanishi haqida / “O‘zbek oilasining etnopsixologik muammolari” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani ma’ruzalarining qisqacha bayoni.- T.: 2003.-B.40-42.

5.Narzikulova D.X. Oilada ijtimoiy nizolarni bartaraf etishning pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish Doktorlik (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati . Samarqand, 2022.

ZAMONAVIY JAMIYATDA OILA RISHTALARINI ZAIFLASHTIRAYOTGAN YASHIRIN OMILLAR

*Qayumjonov Jasurbek Bahromjon o‘g‘li,
FDU Amaliy psixologiya yo‘nalishi talabasi.*

XXI asr insoniyat taraqqiyoti tarixida o‘ziga xos burilish davri sifatida e’tirof etiladi. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar va axborot-kommunikatsiya vositalarining jadal rivojlanishi hayotning barcha sohalariga tubdan ta’sir ko‘rsatmoqda. Mobil telefon, internet va ijtimoiy tarmoqlar bugungi kunda nafaqat aloqa vositasi yoki axborot manbai, balki inson faoliyatining kundalik tarkibiy qismiga aylanib ulgurgan. Dastlab ular qulaylik va samaradorlikni oshirish maqsadida qo‘llanilgan bo‘lsa, hozirgi paytda mehnat jarayoni, ta’lim faoliyati, ijtimoiy muloqot, shaxsiy rivojlanish hamda oilaviy munosabatlar kabi hayotning barcha jabhalariga chuqur singib bormoqda.

Bugungi zamonaviy odamning hayotini mobil qurilmasiz tasavvur qilish tobora mushkullashib bormoqda. Telefonlar yordamida inson faqatgina aloqa qilmaydi, balki o‘zining ijtimoiy maqomini namoyon qiladi, virtual jamoalarda ishtirok etadi, bilim oladi, ko‘ngilochar faoliyat bilan shug‘ullanadi hamda psixologik ehtiyojlarini ham qondiradi. Biroq, aynan shu jarayonning ortiqcha kuchayishi inson ruhiy salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu munosabat bilan psixologiyada yangi tushuncha – nemofobiya (no-mobile-phone phobia) atamasi paydo bo‘ldi. Nemofobiya – bu, mobil telefon yoki internet vositalarisiz qolgan shaxsda kuzatiladigan kuchli psixologik noqulaylik, tashvish, xavotir, asabiylashish va hatto tushkunlik bilan kechadigan ruhiy holatdir. Mutaxassislar fikricha, bu hodisa zamonaviy insonning texnologiyaga ortiqcha bog‘lanishi, ijtimoiy muloqot va emotsional ehtiyojlarni asosan virtual aloqa orqali qondirishga intilishi bilan bog‘liqdir. Aslida, nemofobiya oddiy qo‘rquv emas, balki insonning real hayotdagi ijtimoiy aloqalari bilan virtual olamdagi faoliyat o‘rtasidagi muvozanatning buzilishi sifatida izohlanadi. Telefon va internetdan uzilib qolish holatida shaxs o‘zini yolg‘iz his qiladi, ijtimoiy izolyatsiya, beqarorlik va psixologik bosimni boshdan kechiradi. Shu bois bu hodisa nafaqat individual psixologik muammo, balki ijtimoiy va oilaviy munosabatlarga ham ta’sir ko‘rsatuvchi muhim omil sifatida ko‘rilmogda. Ilmiy manbalarga ko‘ra, nemofobiya insonning tabiiy muloqot ehtiyoji

bilan bevosita bog‘liq. Inson o‘zining ijtimoiy aloqalarini, do‘stlik, muhabbat va e‘tibor tuyg‘usini real hayotda emas, balki texnologik vositalar orqali qondirishga intiladi. Shu jarayonda virtual muloqotning haddan ziyod ustuvorlik kasb etishi, inson ongida bevosita muloqotdan ko‘ra onlayn aloqaga ko‘proq qiziqish uyg‘otadi. Natijada real hayotdagi ijtimoiy munosabatlar zaiflashadi, hissiy aloqalar susayadi, ruhiy beqarorlik ortadi.

1. Oilada nemofobiya: ya‘ni a‘zolar mobil qurilmalarga me‘yoridan ortiq bog‘lanish natijasida yuzaga keladi. Natijada o‘rtadagi samimiylilik, hissiy yaqinlik va real hayotdagi muloqot susayadi. Bu jarayon oila ichidagi iliqlikni yo‘qotib, barchani ortiq “virtual”, real muloqotni ikkinchi reja qilinishiga olib keladi – bunday muomala esa sovuqlik, tushunmovchilik va vaqt o‘tishi bilan oilaviy munosabatni zaiflashtiradi.

2. Ilmiy manbalarga tayanib:

- talabalarda o‘rganishlar shuni ko‘rsatdiki, nomofobiya va oila ichidagi yolg‘izlik (familial loneliness) o‘rtasida ijobiy bog‘liqlik mavjud, ya‘ni ular bir-biridan ta’sirlanadi
- boshqa tahlillar esa nomofobiyaning depressiya, xavotir va stress kabi ruhiy tangliklar omilidir – ularning 24%-30% qismi nomofobiya bilan izohlanadi.
- undan tashqari, ortiqcha smartfon foydalanish ijtimoiy bog‘lanishni zaiflashtirib, ruhiy muvofiqlikka salbiy ta’sir ko‘rsatadi.
- ish va oila majburiyatlari ortasidagi nomofobiya bilan bog‘liq ziddiyatlar ham aniqlangan – buning natijasida mehnat, oilaviy va shaxsiy identifikatsiya muammolari yuzaga keladi.
- individual sog‘lomlik uchun xavf: Oilada hissiy yaqinlik susayishi nafaqat shaxsiy, balki farzand tarbiyasida ham ziyon yetkazadi.
- jamiyat psixologiyasiga salbiy ta’sir: Bugungi internet-avlodni shakllantirib kelayotgan yoshlar ijtimoiy izolyatsiyaga tushib qolmoqda. Ekranga bog‘lanish avlodlarning hissiy intellekt va real muloqot qobiliyatini zaiflashtirmoqda.
- millat va oilalarning barqarorligi: Oila institutining zaiflashuvi ijtimoiy barqarorlikka, sog‘lom jamiyat rivojiga putur yetkazadi — ayniqsa bolaning tarbiyasi va ruhiy sog‘lig‘i uchun ayniqsa xavfli.

Prezident nutqi hamda davlat siyosati: raqamli mas’uliyat va qonunchilik

Hozircha nemofobiya haqida bevosita prezident nutqlari yoki qonunlar aniqlanmagan. Lekin O‘zbekistonda raqamli va axborot sohasiga doir bir qator normativ-huquqiy qadamlar ko‘rilgan:

- Raqamli isbot huquqi to‘g‘risidagi qonun (2024-yil iyun/oktyabr oylari): raqamli ma’lumotlarni jinoyat-protsessual jarayonda yuridik jihatdan mustahkam dalil sifatida qabul qilish tamoyillari belgilandi.

- Shaxsiy ma'lumotlar himoyasi (2021-2022-yillar): ma'lumotlarni mahalliy serverlarga joylashtirish majburiyati – shaxsiy axborot xavfsizligini kuchaytirishga yo'naltirilgan chora.

Hozirgi kunga kelib, nemofobiya emas, lekin raqamli madaniyat, axborot etikasi, shaxsiy ma'lumotlar himoyasi kabi masalalar davlat siyosatining e'tiborida bo'lmoqda. Ya'ni, raqamli vositalardan oqilona foydalanishni targ'ib qilish, yoshlar va oilalar orasida raqamli salomatlikni ta'minlashga yo'naltirilgan dasturlarni joriy qilish ayniqsa muhim.

1. Er-xotin munosabatlarida hissiy sovuqlik – o'zaro muloqotning kamayishi, mehr-muhabbatning zaiflashishi va tushunmovchiliklarning ortishi.
2. Ota-ona va farzandlar o'rtasida ruhiy masofa – farzandlarning emotsional ehtiyojlari yetarli qondirilmaydi, bu esa ularning psixologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.
3. Oilaviy rishtalarning zaiflashuvi – oila a'zolari ko'proq virtual olamga berilib, real hayotdagi aloqalarni ikkinchi o'ringa suradi.
4. Ajrimlar sonining ortishi – muloqot va tushunmovchilik yetishmasligi oilaviy nizolarni kuchaytirib, ajrim xavfini oshiradi.
5. Yoshlarning ruhiy salomatligiga xavf – nemofobiya stress, tashvish, yolg'izlik va ijtimoiy izolyatsiya kabi salbiy omillarni kuchaytiradi.

Oilaviy nemofobiya global ijtimoiy-psixologik muammo sifatida dolzarblik kasb etmoqda. Raqamli texnologiyalar hayotimizda qulaylik yaratishi bilan birga, insonning tabiiy ehtiyojlari – mehr, muhabbat, e'tibor va samimiy muloqotning kamayishiga sabab bo'layotgani tashvishlidir. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, ajrimlarning katta qismi bevosita yoki bilvosita oilaviy muloqotning sustlashuvi bilan bog'liq. Shu jihatdan qaralganda, oilaviy nemofobiya oilaning ijtimoiy barqarorligi va jamiyatning ma'naviy poydevoriga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi muhim omil hisoblanadi.

Xulosa. Oilaviy nemofobiya zamonaviy jamiyatning eng dolzarb psixologik muammolaridan biridir. U nafaqat oilaviy rishtalarni zaiflashtiradi, balki avlod tarbiyasiga, yoshlarning ruhiy sog'lig'iga va umuman jamiyat barqarorligiga ham tahdid soladi. Shu sababli, mazkur muammoni chuqur o'rganish, uni bartaraf etish choralarini ishlab chiqish va oilaviy munosabatlarda texnologiyalardan oqilona foydalanish zarurdir. Oilada samimiy muloqot, hissiy yaqinlik va bevosita munosabatlarni kuchaytirish, texnologiyadan foydalanishda me'yorni saqlash bugungi kunda har bir inson va jamiyat uchun eng muhim psixologik ehtiyojlardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Griffiths, M. Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, No. 76, 1995. P.14-19.
2. Young, K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 1998. P.237-244.

3. Griffiths, M. D. Internet addiction—Time to be taken seriously?. *Addiction Research*, 8(5), 2000. P.413-418.
4. American Psychological Association (APA). *Stress in America Survey: Coping with Change*. APA Press. 2022.
5. UNESCO. *Digital technology, education and young people's mental health*. UNESCO Report. 2022.
6. UNICEF. *Child well-being and family structures in Central Asia: Regional analysis*. UNICEF Publications. 2023.
7. O'zbekiston Respublikasi Statistika agentligi. *Oila va ajrimlar statistik tahlili*. Toshkent. 2023.
8. Jahon banki (World Bank). *Uzbekistan Gender Assessment Report*. Retrieved from: 2022.
9. "Oila va jamiyat" ijtimoiy so'rovnomasi. O'zbekiston Respublikasi Oila va xotin-qizlar qo'mitasi materiallari. 2023.

HARBIY OILALARDA PSIXIK O'ZINI-O'ZI BOSHQARISH RIVOJLANISHIGA GENDER OMILLARINING TA'SIRI

*Qiyomxo 'jayeva Madina Rustambek qizi,
O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti
"Xizmat faoliyatini tarbiyaviy-psixologik ta'minlash"
kafedrasi o'qituvchisi.*

Nikoh munosabatlari oilaning asosini tashkil etadi. Bu munosabatlarda tabiiy hamda ijtimoiy, moddiy (ijtimoiy borliq) va ma'naviy (ijtimoiy ong) sohalar o'z ifodasini topadi. Jamiyat nikoh munosabatlarining barqarorligidan manfaatdordir, shu bois u nikohning optimal faoliyat yuritishini tashqi ijtimoiy nazorat orqali ta'minlaydi. Bu jarayon jamoatchilik fikri, shaxsga nisbatan ijtimoiy ta'sir vositalari va tarbiya jarayoni orqali amalga oshiriladi. Nikoh, qanday tashqi sabablarga asoslanmasin yoki qanday qonunlar bilan tartibga solinmasin, aslida chuqur psixologik omillarga tayanadi. U insonning sevgi, yaqin intim muloqot, jinsiy yaqinlik kabi ehtiyojlarini qondiradi. Nikoh turmush o'rtoqlarning hayot faoliyatining barcha jihatlariga ta'sir etadi, ularning psixik va jismoniy salomatligiga, turmush tarzini shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu o'zgarishlar er-xotinlararo shaxslararo munosabatlarda, ularning xulq-atvorida hamda o'z rollariga munosabatida aks etadi. Oila esa ochiq tizim bo'lib, uning a'zolari nafaqat o'zaro, balki tashqi tizimlar (maktab, ishlab chiqarish, ilm-fan, din, davlat) bilan ham o'zaro aloqada bo'ladi. Tashqi biologik va ijtimoiy tizimlar bilan "teskari aloqa" mexanizmining amal qilishi natijasida oila doimiy rivojlanib boruvchi tizim sifatida namoyon bo'ladi. "Oila" tushunchasini "nikoh" tushunchasi bilan aralashtirmaslik kerak. Chunki oila nikohga nisbatan murakkabroq munosabatlar

tizimini ifodalaydi: u nafaqat er-xotinlarni, balki ularning farzandlari va boshqa qarindoshlarini ham birlashtiradi [5].

Guruhlar va jamoalarda optimal munosabatlarni shakllantirish har qanday tashkilot boshqaruv organlarining eng muhim vazifalaridan biridir. Zamonaviy ishlab chiqarish, pedagogik hamda harbiy bo'linmalarning mehnati jamoaviy xarakterga ega bo'lib, hamkorlik, o'zaro talabchanlik va qo'llab-quvvatlashga asoslangan ijtimoiy-psixologik muhitni yaratishni taqozo etadi. Shu bilan birga, professional jamoalarda munosabatlarning optimalligi qator ijtimoiy-psixologik omillarning o'zaro ta'siri orqali belgilanadi. Bular jumlasiga xodimlar soni va tarkibi, kasbiy hamda jinsiy bir xillik darajasi, faoliyat reglamenti, jamoalarning vaqt va makondagi faoliyat parametrlari kiradi. Harbiy xizmatchi ayol, harbiy-kasbiy faoliyat subyekti sifatida, o'z xizmat vazifalarini muvaffaqiyatli bajarishi uchun ko'pincha jamiyatda ayolning an'anaviy ijtimoiy rolga mos kelmaydigan sifatlarni egallashi lozim bo'ladi. Bunday nomuvofiqlik esa ayolning harbiy ijtimoiy muhitdagi o'rniga nisbatan qarama-qarshi tasavvurlar shakllanishiga sabab bo'lib, uning atrofida tomonidan salbiy munosabatlarning yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin [2]. Bundan tashqari, shuni ham ta'kidlash lozimki, biologik va ijtimoiy xususiyatlarning tashuvchisi sifatida harbiy xizmatchi ayollarga ba'zi turdagi xizmat vazifalari (yoki ular to'liq hajmda) tatbiq etilmaydi. Masalan, navbatchilikda xizmat o'tash, jismonan og'ir ishlarni bajarish va shu kabilar. Bu esa ko'pincha harbiy xizmatchi erkaklarda salbiy hissiyotlarni uyg'otadi. Ushbu holat turli jins vakillari ishtirok etadigan harbiy jamoalarda o'zaro munosabatlarda keskinlik vujudga kelishining psixologik shart-sharoitlaridan biri hisoblanadi [1].

Psixologiya va ijtimoiy psixologiyada "rol" tushunchasi ko'pincha shaxsning ma'lum bir ijtimoiy va shaxslararo munosabatlar tizimida egallagan mavqeiga muvofiq undan kutiladigan, me'yoriy jihatdan ma'qullangan xulq-atvor shakllari sifatida talqin qilinadi. Rol tushunchasiga faqat xulq-atvor emas, balki maqsad va istaklar, e'tiqodlar, ijtimoiy qarashlar, qadriyatlar hamda jamiyatda ma'lum mavqega ega bo'lgan insonga nisbat beriladigan yoki undan kutib olinadigan harakatlar ham kiradi. Oilada shakllangan rol (yoki rollar tizimi) bir qator talablarni qondirishi zarur:

1. Rollar majmui yaxlit tizimni tashkil etishi lozim. Agar rolga qo'yilgan talablar qarama-qarshi bo'lsa, uni bajarishda jiddiy qiyinchiliklar yuzaga keladi. Shuningdek, bir shaxs zimmasiga yuklatilgan turli rollar o'rtasidagi qarama-qarshilik ham muammolarga sabab bo'ladi.
2. Shaxs bajarayotgan rollar uning oiladagi ehtiyojlarini, jumladan, hurmat, e'tirof, mehr kabi ehtiyojlarni qondirishi kerak.
3. Shaxsning bajaradigan rollari uning imkoniyatlariga mos bo'lishi lozim. Aks holda, bu ortiqcha zo'riqish, ruhiy keskinlik yoki o'z rolini bajara olish qobiliyatiga ishonchsizlik tufayli paydo bo'ladigan tashvishga olib keladi.

4. Oiladagi rollar tizimi faqatgina individning emas, balki oilaning boshqa a'zolari ehtiyojlarini ham qondirishga xizmat qilishi kerak [7].

Gender rollar differensiasiyasi haqidagi qarashlarning evolyutsiyasi bir qator o'zaro bog'liq bosqichlardan o'tgan: biologik antagonizm; ijtimoiy-egalitar bosqich; genderning ijtimoiy konstruksiyasi. Gender ustanovkalarini tadqiq etishda sezilarli ta'sir ko'rsatgan nazariyalarga qadimgi davr olimlarining, o'rta asrlar, yangi davr mutafakkirlarining qarashlari, klassik nemis falsafasi, psixoanaliz, strukturaviy funksionalizm nazariyasi hamda feministik ta'limotlarni kiritish mumkin.

Gender ustanovkalarini tadqiq etishning metodologik asosini genderning ijtimoiy konstruksiya konsepsiyasi tashkil etishi maqsadga muvofiqdir. Unga ko'ra:

- gender – bu, ma'lum jamiyatda shakllangan erkak va ayol o'rtasidagi ijtimoiy-psixologik munosabatlar tizimida namoyon bo'ladigan jinsning ijtimoiy tavsifidir;
- gender roli – genderning dinamik jihati bo'lib, muayyan jins vakilidan kutiladigan, jamiyat tomonidan belgilangan ijtimoiy xulq-atvordir;
- gender stereotipi – muayyan madaniyatda shakllangan, erkaklar va ayollar qanday bo'lishi kerakligi haqidagi barqaror hayotiy tasavvur bo'lib, u shaxs xususiyatlari va xulq-atvoriga oid ijobiy yoki salbiy xususiyatlar to'plamini o'z ichiga oladi;
- gender identifikatsiyasi – shaxsning o'z jinsiga oid o'zini anglashidir, ya'ni ma'lum gender rolini qabul qilish darajasi;
- gender farqlari va ular bilan bog'liq qarama-qarshiliklar jinslararo ziddiyatli munosabatlarning vujudga kelishiga shart-sharoit yaratadi [6].

Gender ustanovkasi – bu o'z va qarama-qarshi jinsga oid xususiyatlar, jinsiy rollar va faoliyat turlari haqidagi tasavvurlar, shuningdek, ular asosida shakllangan turli vaziyatlardagi ijobiy yoki salbiy munosabatdir. Tadqiqotimiz kontekstida, gender ustanovkasi – bu ayol harbiy xizmatchilarning kasbiy rolni bajarish imkoniyatlari haqidagi tasavvurlar hamda shu asosda shakllangan ularning harbiy jamoada mavjudligiga ijobiy yoki salbiy munosabatdir. Gender ustanovkasi harbiy tashkilotlarda ayol harbiy xizmatchining rolga bo'lgan qarashlardan kelib chiqib an'anaviy yoki egalitar, unga nisbatan munosabatdan kelib chiqib esa ijobiy yoki salbiy bo'lishi mumkin. Shu bois gender ustanovkasi bipolyar emas, balki kvadripolyar xarakterga ega [3].

Gender ustanovkalarning shakllanishi sotsiokultural qatlamlar, oila, ijtimoiy muhit kabi obyektiv makroomillar bilan chambarchas bog'liq. Gender ijtimoiylashuvi muayyan mamlakat madaniyati kontekstida kechadi, unda “erkaklik” va “ayollik”ning shakllangan andozalari asosiy ta'sirni ko'rsatadi. Ular xarakter xususiyatlari, xulq-atvor, emotsional reaksiyalar majmuini o'z ichiga oladi. Biroq bu andozalar nisbiydir, chunki turli etnoslar madaniyatida ular bir-biriga mos kelmaydi. Harbiy xizmatchilarda gender ustanovkalarni shakllantiruvchi yetakchi mikroomil – bu o'ziga xos an'ana va xulqiy

me'yorlarga ega bo'lgan harbiy jamoa hisoblanadi. Ko'plab erkak harbiy xizmatchilarda gender ustanovkalar harbiy xizmat davomida shakllangan, bunda ayol xizmatchilar asosan xizmat ko'rsatish lavozimlarida faoliyat olib borishgan. Ayollar esa harbiy xizmatni ko'pincha erkaklardan ancha kechroq boshlashadi va fuqarolik sharoitida shakllangan gender ustanovkalari bilan kelishadi [4].

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Бажбенова С.Б., Кабакова М.П. Психология взаимоотношения в семье как фактор здоровья членов семьи // Вестник КазНУ. Сер. психологии и социологии. - 2007. - № 1. - С.35-38.
2. Голод С.И. Личная жизнь: любовь и отношения полов. СПб.: Речь, 2021. - 246 с.
3. Детерминанты удовлетворенности жизнью //Общество и политика / Ред. В.Ю.Большаков. СПб., Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2020, с. 476-510.
4. Джидарьян И. А. Представление о счастье в российском менталитете. СПб. Речь, 2001. — 232 с.
5. Жаназарова З.Ж. Семья и брак как предмет исследования в социологии // Вестник КазНУ. Сер. психологии и социологии. - 2004. - № 3. - С.32-33.
6. Ильичева М.Ю. Военная обязанность: вопросы и ответы. М.: Олимп: АСТ: Астрель, 2016. - 330 с.
7. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Диагностика супружеских затруднений // Психологический журнал. - Т.3. - 1982. - № 2. - С.147-151.

SHAXSNING EKOLOGIK ONGNING SHAKLLANISHIDA IJTIMOIIY PSIXOLOGIYANING AHAMIYATI

*Qo'chqarov Musajon Tillaboyevich,
Farg'ona viloyati Pedagogik mahorat markazi dotsenti,
Psixologiya fanlari nomzodi, Xalqaro Psixologiya Fanlari
akadyemiyasi muhbir a'zosi.*

Bugungi kunda barchamizga ma'lumki, jamiyatimizda ro'y berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy o'zgarishlar havo va suvning ifloslanishi, tuproq eroziyasi, cho'llanish, qazilma yoqilg'ilardan ortiqcha foydalanish global isish, tabiiy ofatlar sonining ko'payishi, atrof-muhit va aholi salomatligiga zarar yetkazayotgani muammosini ayniqsa dolzarb qilib qo'yimoqda(1). O'zbekiston Respublikasida 2030-yilgacha bo'lgan davr mobaynida aholining ekologik madaniyatini yuksaltirish kontseptsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi Prezident qarori(PQ-184-son,15.05.2025y) qabul qilindi(2). Qarorga ko'ra, 2030-yilgacha bo'lgan davrda aholining ekologik

madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi tasdiqlanganligi va shuningdek, O‘zbekiston Respublikasida 2025-yil “Atrof-muhitni muhofaza qilish va yashil iqtisodiyot yili” deb e’lon qilingani munosabati bilan O‘zbekistonda “Yashil Makon” umumxalq tashabbusi qabul qilinganligi va mintaqaviy iqlim strategiyasini qo‘shni davlatlar bilan birgalikda amalga oshirish tadqiqotimizning dolzarbligini belgilab beribgina qolmay balki, uning asosiy yo‘nalishi kelajak avlodning ekologik ongini ochib berishga qaratilgan(3).

Atrof-muhitdagi har bir o‘zgarishlarning shaxsning individual psixologik xususiyatlariga ta’siri, tashqi muhitning, fizikaviy unsurlarning shaxsning psixologik emotsional holatiga ta’siri, radiatsion fon, atmosferaning ifloslanishi darajalari va uning o‘zaro aloqadorligi, “individ-muhit” tizimida psihik jarayonlarning o‘rganilishiga zaruriyat to‘g‘ilmoqda.

Bugungi kunda “individ-muhit”, “Odam-tabiati” tizimidagi muammolar jamiyatimizning asosiy muammosi bo‘lib hisoblanib, ayni paytda ekologik sabablarning kelib chiqishi endilikda uning shaxs psixologiyasiga ta’siri va ekologik muammolar yechimining ijobiy yo‘llarini ham tanlash ijtimoiy psixologiyaning asosiy masalalaridan biridir. Shuningdek, ekologik ta’lim-tarbiyaning maqsadi ekologik ongli shaxsni shakllantirishdan iborat bo‘lib, Ekologik ta’lim va tarbiyaning umumiy masalalari shaxsning ekologik ongini shakllantirishdir.

XXI asr insoniyat tarixida ekologik muammolar keskinlashgan, tabiat va jamiyat o‘rtasidagi munosabatlarda muvozanat buzilgan davr sifatida ajralib turadi. Global iqlim o‘zgarishi, suv va havo ifloslanishi, bioxilma-xillikning kamayishi, cho‘llanish, yovvoyi hayvonlar yashash muhitining yo‘qolishi kabi ko‘plab ekologik tahdidlar insoniyatni ekologik ongni tubdan qayta ko‘rib chiqishga undamoqda. Bu holat nafaqat atrof-muhitni boshqarishning iqtisodiy yoki texnik yondashuvlarini talab qiladi, balki inson tafakkurining o‘zgarishini ham zarur qiladi. Zero, ekologik inqiroz insonning tabiatga bo‘lgan munosabatini, qadriyatlar tizimini va ijtimoiy ongi tarkibini qayta shakllantirishni talab etmoqda. Shu sababli ekologik ong tushunchasi ijtimoiy ong shakllari tizimida alohida o‘rin egallaydi. U insonning ekologik muammolarga bo‘lgan axloqiy, madaniy va ijtimoiy munosabatlarini ifodalovchi ong shakli bo‘lib, uning rivoji jamiyatning umumiy ong darajasi, ekologik ta’lim sifati va ommaviy axborot vositalarining yoritish uslublari bilan bevosita bog‘liqdir.

Ekologik ongning rivoji orqali shaxslar nafaqat tabiatni anglaydi, balki o‘zlarining ekologik javobgarligini ham chuqur his eta boshlaydilar [6, 23]. Shu bilan birga, ekologik ongni jamiyatdagi boshqa ong shakllari (masalan, siyosiy, diniy, axloqiy ong) bilan o‘zaro ta’siri orqali tahlil qilish ham muhimdir, chunki bu uning ijtimoiy strukturalardagi o‘rnini yanada chuqurroq tushunishga imkon beradi [3, 18]. Ushbu tadqiqotda ekologik ongni ijtimoiy ong tizimida tahlil qilish uchun bir nechta fanlararo yondashuvlar asos qilib olindi. Avvalo, falsafiy yondashuv orqali ekologik ongning mohiyati, uning qadriyatlar tizimidagi o‘rni va inson tafakkuridagi ifodasi chuqur tahlil qilindi. Falsafa ekologik ongni insoniyatning tabiat bilan o‘zaro munosabatidagi

ma'naviy-axloqiy mezonlar kontekstida o'rganadi [4, 45]. Bundan tashqari, sotsiologik yondashuv orqali ekologik ongning jamiyatdagi namoyon bo'lish shakllari, ommaviy ong, ijtimoiy institutlar va siyosiy strukturalar bilan aloqasi o'rganildi. Ekologik ong jamiyatda qanday shakllanadi, qanday ijtimoiy omillar unga ta'sir qiladi — bu savollar sotsiologik tahlil yordamida ochib berildi [5, 67].

Shaxsning ekologik ongini shakllanishi ijtimoiy ekologik ong bilan chambarchas bog'liqdir, chunki Ijtimoiy-ekologik ong – bu, odamlarning o'z jamiyatida va atrof-muhitda yuz berayotgan o'zgarishlarga, tabiat va jamiyatning bir-biriga ta'siri haqidagi ongli munosabati va bu boradagi amaliy faoliyatlaridir. Ijtimoiy va ekologik tizimlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tushunish, ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirishning asosiy vazifalaridan biridir. Bunday ijtimoiy-ekologik ong, shaxslararo ijtimoiy munosabatlar bilan atrof-muhitni saqlab qolish va barqaror rivojlanishga erishish o'rtasidagi bog'liqlikni chuqur anglashni ta'minlaydi.

Shuningdek, ijtimoiy-ekologik ongning hozirgi kunda ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirish zarurati avvalambor ekologik inqiroz va ijtimoiy tengsizlik kabi global muammolar bilan bog'liq. Ijtimoiy va ekologik tizimlar bir-biriga mustahkam bog'langan bo'lib, bir tizimdagi o'zgarishlar boshqa tizimga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Masalan, resurslarining kamayishi, iqlim o'zgarishi va tabiiy ofatlar jamiyatda ijtimoiy tengsizlikka olib kelishi mumkin, yoki aksincha, ijtimoiy adolatsizliklar ekologik muammolarga olib keladi. Shuning uchun ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirish jamiyatning umumiy farovonligi uchun muhim hisoblanadi.

Ta'lim va axborot, **ekologik bilimlar** – shaxslarning tabiat, ekologik tizimlar, ifloslanish sabablari va oqibatlarini to'g'risidagi bilimlari. Ekologik xulq-atvor – kundalik hayotda atrof-muhitga zarar yetkazmaslikka harakat qilish (masalan, chiqindilarni ajratish, daraxt ekish, suvni tejash). Ekologiya va ijtimoiy fanlar bo'yicha ta'lim olish orqali, insonlar ijtimoiy va ekologik tizimlarning o'zaro bog'liqligini tushunishlari mumkin. Ekologik ta'lim, jamiyatni o'zgarishlarga tayyorlash, ekologik adolat va resurslarni boshqarish tamoyillarini o'rgatish orqali ijtimoiy-ekologik ongni shakllantiradi. Ijtimoiy mas'uliyatni kuchaytirish uchun ta'limni kengaytirish va targ'ibot ishlari muhim ahamiyatga ega.

Jamiyatning faol ekologik ishtiroki va **ekologik qadriyatlar** – shaxslar orasida tabiatga nisbatan hurmat, uni asrash istagi va ekologik adolat prinsiplariga amal qilish, ekologik muammolarga qarshi kurashishda jamoaviy harakatlar, aksiyalar, ekologik ta'lim va targ'ibot ishlarida ishtirok etish hisoblanadi. Jamiyatning ekologik muammolarni hal qilishdagi faolligi ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu orqali insonlar nafaqat o'z ehtiyojlari, balki jamiyat va atrof-muhit uchun ham mas'uliyatli bo'lishadi. Ekologik inqirozlarni hal qilishda, masalan, chiqindilarni qayta ishlash, yashil energiya manbalariga o'tish, barqaror qishloq xo'jaligi va iqlimga moslashish masalalarida jamoaviy harakatlar muhimdir.

Barqaror rivojlanishning tashviqoti. Ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirishda

barqaror rivojlanish konsepsiyasini joriy qilish barqaror rivojlanish, iqtisodiy, ijtimoiy va ekologik aspektlarning uyg‘unligi va uzluksiz o‘shini ta’minlashni anglatadi. Jamiyatning bu haqda bilim va ma’lumotga ega bo‘lishi, barqaror turmush tarzini targ‘ib qilish va ijtimoiy-iqtisodiy tizimda ekologik muvozanatni saqlashga yordam beradi.

Hukumat va tashkilotlarning o‘rni. Hukumat va ekologik tashkilotlar tomonidan amalga oshirilgan siyosatlar va dasturlar ham ijtimoiy-ekologik ongni shakllantirishda katta rol o‘ynaydi. Hukumat ekologik qonunchilikni mustahkamlash, barqaror ishlab chiqarish usullarini rag‘batlantirish va ijtimoiy mas’uliyatni oshirish orqali bu jarayonda muhim rol o‘ynashi mumkin. Tashkilotlar esa, ekologik muammolarga qarshi kurashda samarali chora-tadbirlarni amalga oshirib, ijtimoiy ongni shakllantirishda yordam beradi. Lekin shunday bo‘lsada:

Shaxsning ekologik ongi barqaror kelajak asosi bo‘lib xizmat qiladi. Bugungi kunda ekologik muammolar global miqyosda dolzarb masalaga aylangan. Atmosfera ifloslanishi, suv tanqisligi, chiqindilar muammosi, biologik xilma-xillikning yo‘qolishi kabi muammolar insoniyat hayotiga bevosita tahdid solmoqda. Bunday tahlikali holatda har bir shaxsning tabiatga nisbatan ongli, mas’uliyatli va g‘amxo‘r munosabati zarur bo‘ladi. Bu esa bevosita shaxsning ekologik ongi darajasi bilan beigilanadi,

Ekologik ong – bu, shaxsning tabiat va atrof-muhitga bo‘lgan bilimga asoslangan ongli munosabati, ya’ni ekologik muammolarni anglash, ularni hal qilishda ishtirok etish va mas’uliyatli xulq-atvor ko‘rsatishidir. Shaxsning ekologik ongi quyidagi asosiy tarkibiy qismlardan iborat:

Ekologik bilimlar – shaxsning tabiat, tabiiy resurslar, ekologik muvozanat va muammolar haqida bilimga ega bo‘lishi;

Ekologik hissiyot va qadriyatlar – tabiatga mehr, hurmat, e’tiborli bo‘lish hissiyotlari;

Ekologik fikrlash – har bir harakatning ekologik oqibatini oldindan ko‘ra bilish;

Ekologik xulq-atvor – bu, bilim va qadriyatlarga asoslangan amaliy harakatlar, masalan, chiqindilarni ajratish, daraxt ekish, suvni tejash va hokazo, shuning uchun ham ekologik ongni shakllanishi bola yoshligidan boshlanishi muhim ahamiyat kasb etadi bu jarayon quyidagi muhim omillar orqali yuz beradi:

- **Oila** – farzandga tabiatga mehr va ehtiyotkorlikni o‘rgatadigan birinchi muhit;
- **Ta’lim** – bog‘cha maktab va oliy o‘quv yurtlaridagi ekologik ta’lim va tarbiya darslari orqali ekologik bilimlar berilishi;
- **Ommaviy axborot vositalari** – ekologik reklama, hujjatli filmlar, ijtimoiy tarmoqlardagi axborotlar ekologik madaniyatni oshirilishi;
- **Shaxsiy tajriba** – odamlarning tabiat bilan bevosita muloqoti, ekosayohatlar, ko‘ngilli ekologik aksiyalar ham ekologik ongni mustahkamlaydi. Ekologik ongning jamiyatdagi o‘rni shundan iboratki, ekologik ongli shaxslar ko‘paygan sari, jamiyatda ekologik madaniyat shakllanadi. Bunday jamiyatda:

- Aholi chiqindilarni saralashga odatlanadi;
- Energiyani tejash, ekologik toza mahsulotlardan foydalanish keng tarqaladi;
- Qonunlarga rioya qilish darajasi ortadi;
- Atrof-muhit muhofazasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishiga aylanadi. Qisqasi, ekologik ong nafaqat individual darajadagi o‘zgarish, balki jamiyat taraqqiyotining barqaror modelini yaratadi.

Vaxolanki, hozirgi davr realligi shaxs ekologik dunyqarashini shakllantirishda milliy qadriyatlarining roli va ahamiyatini fundamental tadqiq etish borasida jiddiy izlanishlar olib borilishini ijtimoiy zaruriyat hisoblanadi.

Shaxsning ekologik ongini rivojlantirish umumiy psixologik prinsiplari (determinizm, ong bilan faoliyat birligi, ongni faoliyatda taraqqiyoti)ga bog‘liq ekanligi masalasi, shaxsning ekologik ong, ekologik tarbiya, ekologik tafakkur, ekologik madaniyatini rivojlantirish jarayonida nazariy va amaliy qo‘llanma sifatida foydalanishi uchun dasturlar yaratilishini dolzarb ekanligini taqozo etadi:

- buning uchun yosh avlodni yoshligidan boshlab o‘quv dasturlariga ekologik ongini shakllanishini masalalarini kiritish, turli ta‘lim-tarbiya metodlarini va yangi pedagogik texnologiyalarni yaratish;

- shaxsning ekologik bilim, ko‘nikma, malakalarini rivojlantirish va shakllantirish jarayonida yangi pedagogik samarali o‘qitishning o‘qitish usullarini tadbiq etish;

- shuningdek, o‘qituvchilarni ekologik ta‘lim-tarbiya berishda ularning pedagogik kompetentsiyalarini rivojlantirish bo‘yicha tayyorlash va ularning kasbiy rivojlantirish soati va kasbiy rivojlantirish kunlarini joriy etish orqali qayta tayyorlash hamda malakasini oshirish;

- bundan tashqari, yosh avlodni jamiyat, mahalla va ekologik tashkilotlar bilan hamkorlikda ekologik loyihalarda ishtirok etishga jalb qilish;

- ekologik ongni shakllantirish jarayonida va ularning erishgan natijalarini baholash va tahlil qilish;

- o‘quvchilarni ekologik ongini shakllanishiga, shuningdek, rivojlanishiga to‘sqinlik qiladigan sabablari, omillari hamda xususiyatlarini o‘rganish va uni bartaraf etish;

- qishloq va shahar hududlarda o‘qiydigan yosh avlodni yuksaltiruvchi va rivojlantiruvchi guruhlarga bo‘lish hamda ularni ekologik ong darajasini va shuningdek gender xususiyatlarini taqqoslab o‘rganish;

- o‘quvchilarda ijtimoiy-ekologik ongni shakllantirishda ijtimoiy-psixologik-pedagogik dasturlar ishlab chiqish, o‘qituvchi va pedagoglar uchun tavsiyalar, o‘quv-uslubiy qullanmalar yaratish talab etiladi;

Umuman olganda, shaxsning ijtimoiy-ekologik ongini rivojlantirish, nafaqat ma‘naviy tarbiya, balki ijtimoiy mas‘uliyatni ham oshirishda muhim ahamiyatga ega. Bu, kelajak avlodlarni barqaror rivojlanish, atrof-muhitni himoya qilish va ekologik barqarorlikni ta‘minlashga yo‘naltirilgan faoliyatlarda ishtirok etishga tayyorlaydi.

Shaxsning ekologik ongini oshirish nafaqat uning shaxsiy hayotiga, balki butun

jamiyatga ham ta'sir qiladi. Ekologik ongli shaxslar ko'proq tabiatni himoya qilishga, chiqindilarni kamaytirishga va barqaror hayot tarzini qo'llab-quvvatlashga intiladilar. Bunday odamlar o'zining ekologik xatti-harakatlari orqali boshqalarga ham ilhom beradi va jamiyatda ekologik mas'uliyatni oshiradi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy-ekologik ong jamiyat va atrof-muhit o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni anglash va bu bog'liqlikni amaliy faoliyatga aylantirishni o'z ichiga oladi. Bugungi kunda ijtimoiy va ekologik mas'uliyatni birlashtirish, barqaror rivojlanishni ta'minlash va global ekologik muammolarni hal etish uchun ijtimoiy-ekologik ongni rivojlantirish zarurdir. Ta'lim, jamoaviy harakatlar, hukumat siyosati va barqaror rivojlanish tamoyillari orqali ijtimoiy-ekologik ongni shakllantirish – bu, ijtimoiy va ekologik barqarorlikni ta'minlashdagi eng muhim omillardan biridir.

Shaxsning ekologik ongi faqat o'zini emas, balki butun jamiyat va kelajak avlodni himoya qilishga xizmat qiladi. Ekologik muammolarni hal qilish uchun har bir inson o'zidan boshlashi kerak. Ekologik ongli shaxs – bu, tabiat va inson o'rtasidagi uyg'unlik timsolidir.

Shaxsning ekologik ongi – bu, faqatgina tabiatga bo'lgan munosabat emas, balki insonning jamiyat oldidagi mas'uliyati, kelajak avlod oldidagi burchidir. Ekologik ongli insonlar barqaror rivojlanishning poydevorini yaratadi. Har birimiz o'zimizdan boshlab, kundalik hayotimizda ekologik xulq-atvorni shakllantirish orqali bu yo'lda muhim hissa qo'sha olamiz. Shunday ekan, kelajak avlodga toza va yashil yer yuzini qoldirishni istasak, bugun ekologik ongimizni rivojlantirishga e'tibor qaratishimiz shart.

Shaxsning ekologik ongini rivojlantirish nafaqat atrof-muhitni saqlash, balki insoniyatning kelajagi uchun ham muhimdir. Ekologik ongni shakllantirish va bu ong asosida to'g'ri qarorlar qabul qilish – iqlim o'zgarishiga qarshi kurashda, tabiatni himoya qilishda va kelajak avlodlar uchun sog'lom yashash muhitini yaratishda asosiy vosita hisoblanadi. Ekologik ta'lim, shaxsiy o'zgarishlar va jamoaviy harakatlar orqali bu ongni rivojlantirish mumkin.

Ushbu maqola orqali ekologik ongning ahamiyati va uni rivojlantirish yo'llari haqida umumiy tasavvur hosil bo'ladi. Tabiatni himoya qilish va barqaror rivojlanish jarayonida har bir shaxsning roli juda katta. Bu atrof-muhitga nisbatan ongli va mas'uliyatli munosabatni rivojlantirish jarayonidir. Ekologik ongni shakllantirish har bir shaxsning o'zgarishlarni amalga oshirishda, tabiatni muhofaza qilishda va barqaror rivojlanishga hissa qo'shishda muhim rol o'ynaydi. Ta'lim, kundalik hayotdagi kichik o'zgarishlar, barqaror turmush tarzini qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy faoliyatlarda ishtirok etish – shaxsning ekologik ongi va atrof-muhitga bo'lgan mas'uliyatini kuchaytirishning asosiy vositalaridir.

Shaxsning ekologik ongini oshirish nafaqat uning shaxsiy hayotiga, balki butun jamiyatga ham ta'sir qiladi. Ekologik ongli shaxslar ko'proq tabiatni himoya qilishga, chiqindilarni kamaytirishga va barqaror hayot tarzini qo'llab-quvvatlashga intiladilar.

Bunday odamlar o‘zining ekologik xatti-harakatlari orqali boshqalarga ham ilhom beradi va jamiyatda ekologik mas’uliyatni oshiradi.

Shaxsning ekologik ongini rivojlantirish – bu, ijtimoiy va ekologik barqarorlikka erishishdagi muhim qadamdir. Har bir insonning ekologik ongini oshirish, atrof-muhitni muhofaza qilishda katta ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 29-dekabrda qabul qilingan“ Atrof-muhitni muhofaza qilish va ekologik barqarorlikni ta’minlashga doir choratadbirlar to‘g‘risida”gi Qarori (PQ-4927-son).
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2025-yil 15-mayda qabul qilingan “2030-yilgacha bo‘lgan davrda aholini ekologik madaniyatini yuksaltirish kontseptsiyasini tasdiqlash to‘q‘risida”gi Qarori (PQ-184-son).
3. O‘zbekiston Respublikasi ekologik siyosati asoslari. Rasmiy hujjatlar to‘plami, 2023.
4. Abdullayeva Z. Ekologik tarbiya nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: O‘qituvchi, 2021.
5. Nasr S. H. Man and Nature: The Spiritual Crisis of Modern Man. – ABC International Group, 2007.
6. G‘ulomov A. Ekologik tafakkur va insoniyat kelajagi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2020.
7. Mol, A. P. J., & Spaargaren, G. (2000). "Ecological Modernisation Theory in Debate: A Review". *Environmental Politics*, 9(1), P.17-49.
8. Redclift, M. (2005). *Sustainable Development: Exploring the Contradictions*. Routledge.
9. Giddings, B., Hopwood, B., & O'Brien, G. (2002). "Environment, economy and society: Fitting them together into sustainable development". *Sustainable Development*, 10(4), P.187-196.

TALABALARDA PROFESSIONAL IDENTIFIKATSIYA JARAYONINING PSIXOLOGIK DETERMINANTALARI

*Qodirova Dilnoza Murtazoyevna,
Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasida dotsenti,
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).*

Kirish. Talabalarda professional identifikatsiya jarayoni ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Bu jarayon, asosan, talabalar o‘z kasbiy yo‘nalishlarini anglab yetishlari, o‘zlarini professional muhitda qanday tutishlarini shakllantirishlari bilan bog‘liqdir. Identifikatsiyaning psixologik determinantlari esa

ushbu jarayonni chuqurroq tushunishga yordam beradi, chunki ular talabaning kasbga munosabatini, motivatsiyasini, o'ziga bo'lgan ishonchini va ijtimoiy moslashuvchanligini belgilaydi. Har bir talabada professional identifikatsiya jarayoni individual bo'lib, uning shaxsiy xususiyatlari, ijtimoiy tajribalari va o'qish jarayonidagi tajribalari bilan chambarchas bog'liqdir. Shu bois, bu mavzuni chuqur tahlil qilish uchun psixologik determinantlarning har bir jihatini alohida ko'rib chiqish zarur. Professional identifikatsiya talabaning kelajakdagi kasbiga bo'lgan munosabatini shakllantirishda hal qiluvchi omil bo'lib, uning psixologik holati va ijtimoiy tajribalari bilan mustahkam bog'langan.

Talabalarning professional identifikatsiyasiga ta'sir qiluvchi asosiy psixologik omillar orasida shaxsiy motivatsiya va qiziqishlar muhim o'rin tutadi. Odamning kasb tanlashga bo'lgan istagi va unga bo'lgan e'tibori, o'ziga xos qobiliyatlari va qiziqishlari bilan uzviy bog'liq. Motivatsiya yuqori bo'lgan talabalar o'z kasbini anglab yetishga, unga moslashishga va malakani oshirishga ko'proq intiladi. Shu bilan birga, talabalarning o'ziga bo'lgan ishonchi ham professional identifikatsiya jarayonida katta ahamiyatga ega. O'zini ijobiy baholash va kasbiy faoliyatga tayyorlik hissi talabaning o'z kasbini qabul qilishini osonlashtiradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ayniqsa, o'qituvchilar va tengdoshlarning munosabati, talabalarning o'zini professional jamoaga mansub his qilishlariga yordam beradi. Bu esa, o'z navbatida, ularning o'z kasbiy yo'nalishlariga bo'lgan sadoqatini oshiradi va professional identifikatsiyani mustahkamlaydi.

Shuningdek, psixologik determinantlar qatorida stress va xavotir darajasi ham ahamiyatga ega. Professional yo'nalishdagi noaniqliklar va tanlovdagi qiyinchiliklar talabaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday holatlarda, talabalar o'zini ishonchsiz his qilib, professional identifikatsiya jarayonida muammolarga duch kelishadi. Psixologik moslashuvchanlik va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari esa bu jarayonni yengillashtiradi, shuningdek, o'qish va professional faoliyatdagi muvaffaqiyatga yordam beradi. Shuning uchun ham professional identifikatsiyaning psixologik determinantlarini chuqur o'rganish talabalarning kasbiy tayyorgarligini yaxshilashda katta ahamiyatga ega. Bu jarayonni yanada samarali qilish uchun individual yondashuv va psixologik yordam tizimlarini yaratish zarurdir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talabalarda professional identifikatsiya jarayonining psixologik determinantlari sohasida olib borilgan ilmiy tadqiqotlar, bu jarayonning talabaning shaxsiy va kasbiy rivojlanishidagi ahamiyatini yanada chuqurroq tushunishga imkon beradi. Birinchi navbatda, Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi bu masalani o'rganishda asosiy o'rin tutadi. Uning "Identifikatsiya va rollar o'rtasidagi chalkashlik" nazariyasi, o'smirlik davrida shaxsning kimligini shakllantirishdagi muhim bosqichni ta'kidlaydi. Eriksonning fikriga ko'ra, bu davrda shaxs o'zining kasbiy yo'nalishini aniqlashga intiladi, bu esa professional identifikatsiyaning boshlanishiga olib keladi. Shuningdek, Jeyms Marsiya tomonidan

ishlab chiqilgan ego-identifikatsiya holatlari nazariyasi, identifikatsiya jarayonining chuqurroq tahlilini taqdim etadi. Marsiya, identifikatsiya shakllanishida ikkita asosiy jarayonni ajratadi: o'zini anglash va majburiyat. Bu jarayonlar talabaning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Ikkinchi navbatda, talabalarining professional identifikatsiyasiga ta'sir qiluvchi psixologik determinantlar orasida o'z-o'ziga ishonch va o'zini anglash kabi omillar alohida ahamiyatga ega. Masalan, o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. "BMC Psychology" jurnalida chop etilgan tadqiqotda, o'z-o'ziga ishonchning professional identifikatsiya shakllanishidagi o'rni o'rganilgan. Tadqiqot natijalari, o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, talabaning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam berishini ko'rsatadi. Bundan tashqari, o'zini anglash, talabaning o'z qobiliyatlari va qiziqishlarini aniqlashga yordam beradi, bu esa professional yo'nalishni tanlashda muhim omil hisoblanadi.

Uchinchidan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham talabalarining professional identifikatsiyasiga ta'sir ko'rsatadi. Boshqa bir guruh olimlar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, oila va do'stlarning qo'llab-quvvatlashi, talabaning professional rolni ichkilashtirishiga yordam berishi aniqlangan. Tadqiqotda qatnashgan doktorantlarning fikriga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stressni kamaytirish va professional identifikatsiyani mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, o'qituvchilarning qo'llab-quvvatlashi, talabaning professional identifikatsiyasini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi.

To'rtinchidan, talabalarining professional identifikatsiyasiga ta'sir qiluvchi psixologik determinantlar orasida kasbiy qiziqishlar va motivatsiya ham alohida ahamiyatga ega. Talabaning kasbiy yo'nalishga bo'lgan qiziqishi va motivatsiyasi, uning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. "BMC Medical Education" jurnalida chop etilgan tadqiqotda, tibbiyot va stomatologiya fakulteti talabalarining professional identifikatsiya shakllanishi o'rganilgan. Tadqiqot natijalari, talabalarining kasbiy qiziqishlari va motivatsiyasining professional identifikatsiya shakllanishiga ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Bu esa, talabalarining professional yo'nalishni tanlashda va unga moslashishda muhim omil hisoblanadi.

Tahlillar va natijalar. Talabalarda professional identifikatsiya jarayonining psixologik determinantlarini o'rganish, ularning kasbiy yo'nalishini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Birinchi navbatda, o'z-o'ziga ishonch bu jarayonda asosiy omil hisoblanadi. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'ziga ishonch nazariyasi, shaxsning o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchini ifodalaydi. O'z-o'ziga ishonchning yuqori darajasi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, tibbiyot fakulteti talabalarida o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, ularning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Bundan tashqari, o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, talabalarining o'qishdagi

muvaffaqiyatini oshiradi, chunki ular o'z qobiliyatlariga ishonib, qiyinchiliklarga qarshi turishga tayyor bo'lishadi.

Ikkinchi muhim determinant - bu o'zini anglash. O'zini anglash, shaxsning o'z qobiliyatlari, qiziqishlari va qiymatlarini anglashini anglatadi. O'zini anglashning yuqori darajasi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, pedagogika fakulteti talabalarida o'zini anglashning yuqori bo'lishi, ularning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. O'zini anglashning yuqori bo'lishi, shuningdek, talabalarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi, bu esa ularning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.

Uchinchidan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham talabalarning professional identifikatsiyasiga ta'sir ko'rsatadi. Oila, do'stlar va o'qituvchilarning qo'llab-quvvatlashi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, o'qituvchilarning konstruktiv fikrlari va ijobiy munosabatlari, talabaning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yuqori bo'lishi, shuningdek, talabalarning stressni kamaytirishga yordam beradi, bu esa ularning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.

Shu bilan birga, stress va xavotir darajasi ham professional identifikatsiya jarayoniga ta'sir ko'rsatadi. Professional yo'nalishdagi noaniqliklar va tanlovdagi qiyinchiliklar talabaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday holatlarda, talabalar o'zini ishonchsiz his qilib, professional identifikatsiya jarayonida muammolarga duch kelishadi. Shuning uchun, stressni boshqarish va ijobiy ruhiy holatni saqlash, talabalarning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Talabalarda professional identifikatsiya jarayonining psixologik determinantlarini chuqur tahlil qilish, ularning kasbiy yo'nalishini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Birinchi navbatda, o'z-o'ziga ishonch (self-efficacy) bu jarayonda asosiy omil hisoblanadi. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'ziga ishonch nazariyasi, shaxsning o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchini ifodalaydi. O'z-o'ziga ishonchning yuqori darajasi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, tibbiyot fakulteti talabalarida o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, ularning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Bundan tashqari, o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, talabalarning o'qishdagi muvaffaqiyatini oshiradi, chunki ular o'z qobiliyatlariga ishonib, qiyinchiliklarga qarshi turishga tayyor bo'lishadi. Shu bilan birga, o'z-o'ziga ishonchning yuqori bo'lishi, talabalarning stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi, bu esa ularning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. O'z-o'ziga ishonchning rivojlanishi, talabalarning o'z kasbiy yo'nalishlariga bo'lgan sadoqatini oshiradi. Shu sababli, o'z-o'ziga ishonchni oshirish, talabalarning

professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. O'z-o'ziga ishonchni oshirish uchun, talabalarga muvaffaqiyatli tajribalar taqdim etish, ijobiy fikrlar bildirish va qo'llab-quvvatlash muhimdir. Bundan tashqari, o'z-o'ziga ishonchni oshirish uchun, talabalarga o'z qobiliyatlarini rivojlantirish imkoniyatlari yaratish zarur.

Ikkinchi muhim determinant - bu o'zini anglash. O'zini anglash, shaxsning o'z qobiliyatlari, qiziqishlari va qiymatlarini anglashini anglatadi. O'zini anglashning yuqori darajasi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, pedagogika fakulteti talabalarida o'zini anglashning yuqori bo'lishi, ularning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. O'zini anglashning yuqori bo'lishi, shuningdek, talabalarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi, bu esa ularning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi. O'zini anglashning rivojlanishi, talabalarning o'z kasbiy yo'nalishlariga bo'lgan sadoqatini oshiradi. Shu sababli, o'zini anglashni rivojlantirish, talabalarning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. O'zini anglashni rivojlantirish uchun, talabalarga o'z qobiliyatlarini aniqlash, qiziqishlarini tushunish va qiymatlarini belgilash imkoniyatlari yaratish zarur. Bundan tashqari, o'zini anglashni rivojlantirish uchun, talabalarga o'z-o'zini tahlil qilish va refleksiya qilish imkoniyatlari taqdim etish muhimdir. O'zini anglashning rivojlanishi, talabalarning o'z kasbiy yo'nalishlariga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi. Shu sababli, o'zini anglashni rivojlantirish, talabalarning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim omil hisoblanadi.

Uchinchidan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham talabalarning professional identifikatsiyasiga ta'sir ko'rsatadi. Oila, do'stlar va o'qituvchilarning qo'llab-quvvatlashi, talabaning o'z kasbiy yo'nalishini aniqlashda va unga moslashishda yordam beradi. Masalan, o'qituvchilarning konstruktiv fikrlari va ijobiy munosabatlari, talabaning professional identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yuqori bo'lishi, shuningdek, talabalarning stressni kamaytirishga yordam beradi, bu esa ularning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning rivojlanishi, talabalarning o'z kasbiy yo'nalishlariga bo'lgan sadoqatini oshiradi. Shu sababli, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni rivojlantirish, talabalarning professional identifikatsiyasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni rivojlantirish uchun, talabalarga o'z fikrlarini erkin ifoda etish, o'zaro muloqot qilish va qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Абдуллаев, Ж. *Касбий ўзликни шакллантиришда психологик омиллар*. Тошкент: "Fan va texnologiya" nashriёти. 2020. – 124 б.

2. Хамидова, М. *Ёшлар онгида касбий идентификация жараёнининг шаклланиши*. Тошкент давлат педагогика университети илмий журнали. 2019. – Б. 36-40.
3. Марков, А.В. *Психология профессионального самоопределения студентов*. Москва: Издательство "Аспект Пресс". 2018. – 182 с.
4. Super, D. E. *A life-span, life-space approach to career development*. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development* (2nd ed.). San Francisco: Jossey-Bass. 2000. – 90 p.
5. Erikson, E. H. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company. 2004. – 142 p.

O‘QUV FAOLIYATI MOTIVLARI VA UNING NAZARIY ASOSLARI

*Qodirova Malikaxon Kaxramonovna,
JDPU, katta o‘qituvchi*

Ta'lim tizimini takomillashtirish, uning sifat darajasi va samaradorligini oshirish bir qator omillar bilan chambarchas bog‘liq ekanligi ta'lim jarayonida yaqqol namoyon bo‘lmoqda. Respublikamizda yuqori malakali kadrlar tayyorlash maqsadida amalga oshirilayotgan chora-tadbirlar, ishlab chiqilgan qonun va farmoyishlar ana shu faktorlarni o‘zida mujassam etganligini alohida ta’kidlab o‘tish joiz. Bunda umumiy ta'lim maktablarida dars berish sifatini oshirish asosiy mazmunni tashkil etadi.

Ma'lumki, darslarni tashkil etish va dars davomida o‘quvchilarning faolligini ta'minlash uchun avvalo o‘quvchilardagi o‘quv–biluv motivlarini inobatga olish yoki ularning fanga bo‘lgan motivlarini shakllantirish zarur. Bunga asosiy sabab o‘quvchilardagi o‘quv – biluv motivlari, umuman, motivlar faoliyatning tayanch asosini tashkil etishidadir.

Motiv – insonni o‘qishga yoki biror harakatlarni bajarishga undovchi turli sabablar yig‘indisi. Salbiy motiv – bu majburlab o‘qitish, lekin bunda o‘quvchining o‘qishga nisbatan qarshiligi hamma harakatlarimizni yo‘qqa chiqaradi.

Motivlar ta'limda samaradorlikka erishishning zarur shartidir. Psixologlarning asarlarida shunday holatlar ham mavjudki, ularda xulq motivatsiyasi muammolari shaxsning muhim xususiyatlarini tahlil qilish negizidan kelib chiqib qoraladi. Ushbu holat T. Olport asarlarida yaqqol ko‘zga tashlanadi.

Uningcha, eng muhim jihat bu inson xulqining o‘zgarish sabablarini ochishdir. Shuning bilan birga mazkur vaziyatga olib keluvchi motivlar omillarini tekshirishlari ham alohida ahamiyatga ega ekanligini anglab yetish qiyin emas.

O‘quv faoliyati motivlari deganda o‘quv faolligi namoyon bo‘lishiga sabab bo‘luvchi barcha omillar: ehtiyojlar, maqsadlar, ustanovkalar, burch hissi, qiziqishlar va boshqalar tushuniladi. G.Rozenfeld o‘qish motivatsiyasining quyidagi

omillarini ajratgan.

1. Ta'lim olish uchun o'qish, faoliyatdan qoniqmaslik yoki o'rganilayotgan fanga qiziqmaslik.
2. Ma'lum qiziqishlarsiz o'qish.
3. Ijtimoiy identifikatsiya uchun o'qish.
4. Muvaffaqiyatga erishish yoki muvaffaqiyatsizlikdan qochish uchun o'qish.
5. Majburlab yoki qo'rqqanidan o'qish.
6. Umum qabul qilingan me'yorlarga yoki axloqiy majburiyatlarga asoslangan o'qish.
7. Hayotda maqsadga erishish uchun ta'lim olish.
8. Ijtimoiy maqsadlarga, talablarga va qadriyatlarga asoslangan ta'lim.

E. Torndayk o'quv jarayonini u yoki bu qo'zg'atuvchiga (stimulga) javob reaksiyasining holati bilan bog'liqligini, ya'ni ushbu reaksiya hamda vaziyat o'rtasidagi ma'lum aloqani o'rnatish bilan izohlanishini aytib o'tadi.

Torndayk kishi o'zi xohlagan reaksiyaning takrorlanishiga nisbatan ro'yxushlikning hamda o'zi xohlagan reaksiyaga nisbatan bo'lgan moyillikning ta'sirini o'rganishga harakat qiladi. U bir xil sharoitda yuzaga kelgan jazolash omillari rag'batlantirish omillaridan ancha samarasiz va kuchsizdir, degan xulosaga keladi. Keyingi tadqiqotlarida esa, rag'batlantirish, umuman, jalb etish barcha aloqalarni saqlash va kuchaytirish salohiyatiga, jazolash esa tez-tez (lekin har doim ham emas) aloqalarni muayyandan noaniqlikka o'zgartirish xususiyatiga egaligini ta'kidlab o'tadi. Torndayk bolaning ijobiy o'quv motivatsiyasini uni jazolash orqali hosil qilib bo'lmasligini, bunday chora-tadbirlar bolada faqatgina salbiy motivatsiyani vujudga keltirishini e'tirof etgan. O'z tadqiqotlaridan kelib chiqib, Torndayk real inson turli rejadagi o'z ehtiyojlari hamda talablari orqali amalga oshiradigan, uzoq vaqt davom etadigan jarayon hisoblangan o'quv faoliyatiga aloqador bo'lgan umumiy ko'rinishdagi xulosalarga keladi va bu xulosalar, motivlashtirish nuqtai nazaridan qaralganda, mustahkamlashning alohida bitta tizimiga sig'maydi.

J. Bruner o'qish motivlari masalasiga Torndaykdan boshqacharoq yondashadi. U o'zining "O'quv jarayoni" nomli kitobida o'quvchining real, yetarli darajada uzoq davom etadigan o'qish jarayoni tufayli tug'iladigan amaliy va nazariy muammolarini e'tirof etgan.

J. Bruner faqat o'qishni motivatsiyalash, ya'ni har doim ham o'qish jarayoniga undovchi, anglangan omillar haqidagina emas, shu bilan birga, o'quvchining motivlari haqida ham fikr yuritadi. Garchi uning fikrlari umumiy xarakterda bo'lsa ham, ulardagi ayrim yo'nalishlar diqqatga sazovordir. Bu, birinchi navbatda, o'qish jarayonida bilish xarakteridagi motivlarning ahamiyati va yangi narsani bilishdan paydo bo'ladigan ichki qanoat hissi, himoya masalalarining qo'yilishidir. Shuni e'tirof etish kerakki, ushbu ichki qanoat hissi keyinchalik bilim olishga yo'naltirilgan ijobiy motivatsiya bilan uyg'unlashib ketadi.

Respublikamizda hozirgi kunda o'qish faoliyatidagi motivlar muammolarini

o'rganishga qaratilgan tadqiqot ishlarini olib borilmoqda. Masalan M.G.Davletshin, E. G'oziev, G'.B.Shoumarov, V.A.Tokareva R.I.Sunnatova, A.A.Fayzullaev, A.K.Saitova, E.Z.Usmonova, M.Rasulova, F.I.Haydarov kabi psixolog olimlar ta'lim jarayonida o'qish motivlarini o'rganishga oid ko'plab ilmiy tadqiqot ishlarini olib bormoqdalar.

E. G'oziev o'z tadqiqotlarida mustaqil tafakkurning rivojlanishi, bilish jarayonining qiziqarli tashkil etilishi o'quvchilar faoliyatida yangi muvaffaqiyatlarga erishishning ijodiy manbai ekanligini aytib o'tadi. Olim o'quv faoliyatini boshqarishning diagnostik metodini ishlab chiqib, psixologiya fanining kam o'rganilgan sohalaridan biri bo'lgan o'qish faoliyatini boshqarish muammosining nazariy va amaliy, empirik tomonlarini yoritib berdi.

V.Karimova motiv motivatsiyaga nisbatan aniqroq, torroq tushuncha hisoblanib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi.

V.A.Tokarevaning tadqiqotlarida o'quvchilar o'quv faoliyati motivlarini o'rganishga katta e'tibor beriladi. Uning fikricha, o'qish motivlari o'zgarishi uchun yasama vaziyat va sharoitlar zarur emas, bularning barchasi kundalik hayotda va ta'lim jarayonida shakllanadi.

A.A.Fayzullaev motivatsion jarayonni bosqichma-bosqich tahlil qiladi. Bu bosqichlar quyidagilar: 1- qo'zg'alishning anglanishi; 2 – motivning qabul qilinishi; 3 – motivning hayotga tatbiq qilinishi; 4 – motivning mustahkamlanishi; 5 - qo'zg'alishning faollashuvi.

Birinchi bosqich qo'zg'alishning paydo bo'lishi va anglanishi. Qo'zg'alishning to'liq anglanishi qo'zg'atishni qanday predmet chaqirganligini anglash bilan hamda mazkur harakatni amalga oshirish usullari va natijasini tushunib yetish bilan belgilanadi.

Ikkinchi bosqich motivning qabul qilinishi. Muallif buni qo'zg'alishning ichki jihatdan qabul qilinishi bilan tushuntiradi. Bu bosqichda odam o'zining axloqiy prinsiplari, qadriyatlari va boshqalarni tahlil qilib ko'rib, paydo bo'lgan ehtiyoj, mayl va uning hayoti uchun naqadar muhimligi, ularni qondirish kerakmi - yo'qligi to'g'risida qaror qabul qiladi.

Uchinchi bosqichbu motivning amalga oshirilish bosqichi bo'lib, bujarayon davomida konkret vaziyatlarga va motivning bajarilishiga bog'liq holda motivning psixologik mazmuni o'zgarishi mumkin.

To'rtinchi bosqichmotivning mustahkamlanishi hisoblanib, bu bosqich natijasida motiv xarakter belgisiga aylanadi.

So'nggi bosqich potensial qo'zg'alishning faollashuvi bo'lib, bu holatda xarakterning ma'lum belgisi anglangan va anglanmagan holda yuzaga chiqadi.

Xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, har qanday motivlarning asosida shaxsning ehtiyojlari yotadi, ya'ni shaxsda avval u yoki bu ehtiyojlar bo'ladi va aynan ularning tabiat va zaruriyatiga bog'liq tarzda xulq motivlari namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Э.Торндайк. Процесс учения у человека / Пер. С англ. – М.: Изд-во иностр. Лит-ры, 1931. – 317 с.
2. F.I. Haydarov, N. I. Xalilova. Umumiy psixologiya. –T.: 2010-yil. 275-276-betlar.
3. Е.Л. Деси и д.р. Мотивация и образования. 1991 г. 325-326 с.
4. Д.Н.Узнадзе. Психологические проблемы мотивации поведения. Тбилиси.: Наука. 1968 год. 212 с.
5. Е. G‘oziyev. O‘quvchilarning o‘quv faoliyatini boshqarish. – Toshkent: O‘qituvchi, 1988, 104 b.

**DAXLDORLIK XODIMLARNI BOSHQARISHDA MOTIVATSIYA
ELEMENTI SIFATIDA**

*Quliyev Yorqin Karimovich
BuxDU Psixologiya kafedrası dotsenti.*

Daxldorlik muammolari sohasida olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, so‘nggi paytda korxona va tashkilotlarda faoliyat yuritayotgan ishchi-xodim tashkilot tarkibidagi asosiy bo‘g‘inlardan biri ekanligi menejment va boshqaruv sohasida tobora ommalashib bormoqda, chunki korxonaning muvaffaqiyati va foydasi xodim bajaradigan ish sifatiga bog‘liq bo‘ladi. Har bir ish beruvchi oldida mehnat sharoitlarini optimallashtirish, qulay ish muhitini yaratish, kadrlar almashinuvini kamaytirish, shuningdek, tashkilot faoliyatini takomillashtirish jarayonlariga xodimlarni jalb qilish vazifasi turibdi. Korxona oldiga qo‘ygan maqsadlarga erishish uchun ish beruvchi birinchi navbatda o‘z xodimlarini rag‘batlantirishi, ularning mavjud ehtiyojlarini qondirishi kerak.

Shu bilan birga ta‘kidlash joizki, tashkilotlardagi motivatsion jarayon - bu tashqi va ichki omillar majmuasi ta‘sirida mehnat xatti-harakati motivlarini shakllantirishga qaratilgan faoliyatni rag‘batlantirish jarayoni tushuniladi. Xodimlarning ijtimoiy ahamiyatga ega ehtiyojlarini qondirish va keyinchalik ularning mehnat motivlarini shakllantirishning muhim sharti mehnat motivatsiyasi hisoblanadi. Bu faol mehnat faoliyati, undan olingan va oldindan belgilab qo‘yilgan natijalar bir-biriga bog‘liq bo‘lgan yagona butunlikning ehtiyot qismlari sifatida ishlaydigan mexanizmdir.

Ushbu masala bo‘yicha mavjud ilmiy izlanishlarni o‘rganish orqali motivatsiyaning uchta turi aniqlandi:

1) me‘yoriy - ishonitirish, taklif qilish, ma‘lumot berish, shaxsning ma‘lum bir xatti-harakatga motivatsiyasini psixologik yuqtirish orqali;

2) majburlash - kuchdan foydalanish va xodim tegishli talablarni bajarmagan taqdirda uning ehtiyojlarini qondirishda yomonlashish bilan tahdid qilish orqali;

3) мотивatsiya orqali rag'batlantirish - shaxsga ta'sir emas, balki uni o'rab turgan tashqi sharoitlarga xodimni ma'lum xatti-harakatlarga undaydigan rag'batlantiruvchi vositalar yordamida sodir bo'ladi, shuni ta'kidlash kerakki, ko'pincha shaxsga faqat tashqi ta'sir etarli emas. Ish beruvchi shaxs ichidagi xatti-harakatlarni tartibga soluvchi ichki motivatsiya uchun sharoit yaratishi kerak. Tashkilotning ushbu yo'nalishdagi samaradorligining asosiy kontseptsiyasi "daxldorlik" atamasi hisoblanadi.

Xodimlarning daxldorligi - bu xodimlarning o'zlarini tashkilotning bir qismi sifatida bilishi, uning qadriyatlarini, korporativ tamoyillari va ishtiroklarini qabul qilish va o'zlashtirish. Bu shaxsning o'ziga yuklangan ko'proq vazifalarni bajarish, samarali natijaga erishish uchun maksimal kuch va imkoniyatlarni ishga solish istagi hisoblanadi. Britaniya tadqiqot instituti CIPD xodimlari "daxldorlik" deganda xodimning vazifaga diqqatini jamlashi, o'z rolidan qoniqish, shuningdek, tashkilotga, uning maqsadlari va qadriyatlariga sadoqatini tushunishadi [4]. Daxldorlik haqidagi turli fikrlar tabiiydir, chunki bu hodisa tabiatan murakkab. Daxldorlikning yagona ta'rifi hali ham mavjud emas va bu bugungi kunda muhim tadqiqot muammosidir. Mavjud ta'riflarni tahlil qilgandan so'ng, biz jalb qilishni ko'p o'lchovli tuzilma sifatida aniqlaymiz, bu faoliyatni amalga oshirish uchun sarflangan kuch va energiya darajasini aks ettiradi. Shuningdek, amalga oshirilgan faoliyat bilan bog'liq hissiy tajribalar, kognitiv, motivatsion va semantik jarayonlar xisoblanadi. Daxldorlik shaxsning faoliyatni amalga oshirishdagi faollik darajasi bilan belgilanadi va dinamizm bilan tavsiflanadi.

Shaxsiyat falsafasida "daxldorlik" tushunchasi asosiy hisoblanadi. Nemis faylasufi P.L. Landsberg o'zining "Shaxsiy ishtirok haqida mulohazalar" nomli maqolasida daxldorlikni insoniyat tarixiyliigi sifatida tavsiflash orqali ushbu kontseptsyani kiritdi. Daxldorlik insoniyat kelajagi uchun o'z mas'uliyatini anglash demakdir; u erkinlikdan voz kechish sifatida namoyon bo'lmaydi, balkim inson erkinligini va shaxsiy hayotni amalga oshirish uchun asos xisoblanadi. Daxldorlik begonalashtirishning dialektik kategoriyasidir. Ushbu toifalar o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish ko'rib chiqilayotgan hodisalarning yanada yaxlit tasvirini ko'rish imkonini beradi. Begonalashtirish falsafiy kategoriya bo'lib, unda "odamlar faoliyati natijalari va mahsullari o'z ijodkorlaridan ustun bo'ladigan va ularni bostiruvchi mustaqil kuchga aylanadigan ijtimoiy jarayon"ni ifodalaydi.

Begonalashish psixologlar tomonidan ham faol o'rganilgan. Xususan, Z.Freyd shaxs o'z begonalashuvining asl sababini tushunmasligini, bu madaniyat va an'analar bosimi ostida paydo bo'lishini, birlamchi drayvlar bilan ziddiyatga kirishini ta'kidlaydi. Ongli va ongsizlik o'rtasidagi ziddiyat begonalashuvda namoyon bo'ladi. Daxldorlik va inklyuziya muammosiga falsafiy nuqtai nazardan daxldorlik hodisasi qanday tushunilishini ko'rish imkonini beradi. Falsafiy yondashuv shaxsni ijtimoiy hayotga jalb qilingan deb hisoblaydi; shu bilan birga, daxldorlik jarayoni insonning ijodiy tabiatining ochilishini aks ettirishi ta'kidlanadi. Shunday qilib, falsafiy ta'limotlarda daxldorlik haqidagi g'oyalarni o'rganish uning ijtimoiy mohiyatini ko'rish va daxldorlikning

ijtimoiy o'zaro ta'sirdan kelib chiqishini bayon qilish imkonini beradi.

Daxldorlik muayyan ijtimoiy sharoitda, shaxsning boshqa odamlar bilan o'zaro munosabati jarayonida shakllanadi va ijtimoiy-psixologik xususiyatga ega. Daxldorlik har doim ijtimoiy o'zaro ta'sirning natijasidir; (Individual faoliyat jarayonida odamda мотивация paydo bo'ladi, masalan, inson tabiat bilan munosabatda bo'lganda). Daxldorlikning shakllanish xarakterini tahlil qilib, shuni ta'kidlash kerakki, daxldorlik shaxsning e'tirof etilmasligi mumkin bo'lgan ehtiyojlari bilan bog'liq bo'lib, u muayyan kuch sarflaydi, faollik ko'rsatadi va ijodiy moslashuv, faoliyatni amalga oshirish jarayonida uning ehtiyojlarini qondirishni kutadi. Daxldorlik - bu odamning xatti-harakatida namoyon bo'ladigan va tashqi ko'rinishga ega bo'lgan ichki ruhiy jarayon. Ichki jarayonlar hissiy kechinmalar, motivlar va shaxsiy ma'nolarda ifodalanadi. Tashqi ko'rinishlar sarflangan harakatlar miqdorida aks etadi.

Daxldorlik turli darajadagi ifodaga ega bo'lishi mumkin: zaifdan kuchli ishtirokgacha. Kam ishtirok e'tiborning ma'lum bir faoliyatga beqaror kontsentratsiyasini va daxldorlikning past darajasini aks ettiradi. Kuchli jalb qilish diqqatni ma'lum bir faoliyatga doimiy ravishda jamlashni va begona stimullar bilan chalg'itmasdan yuqori darajada daxldorlikni aks ettiradi. Bundan tashqari, daxldorlik turli darajadagi barqarorlikka ega bo'lishi mumkin: Alohida-alohida, biz daxldorlikning halokatli shaklini ajratib ko'rsatishimiz mumkin, bu odam uzoq vaqt davomida faoliyatning bir turiga qattiq bog'langanda shakllanadi va giyohvandlikning turli ko'rinishlarini aks ettirishi mumkin. Keling, "daxldorlik" tushunchasining boshqa tegishli tushunchalar bilan, shuningdek, daxldorlikga qarama-qarshi bo'lgan tushunchalar bilan aloqasini ko'rib chiqaylik.

Daxldorlik va motivatsiya. Daxldorlik va motivatsiya tushunchalari o'rtasidagi bog'liqlikni tadqiqotchilar aloxida o'ziga xosligini ta'kidlaydilar. Biz daxldorlikning xulq-atvor jihatini ta'kidlaydigan va shu bilan bu atamalarda farqlarni ko'rsatadigan A. Astinning nuqtai nazariga yaqinmiz. Ko'pgina xorijiy tadqiqotlarda daxldorlik va motivatsiya bir xil «engagement» atamasi bilan tavsiflanadi, ammo bizning nuqtai nazarimizdan, bu tushunchalarni ajratib ko'rsatish kerak, chunki daxldorlik va motivatsiya turli xil shakllanish mexanizmlariga ega. Shaxs har doim boshqa odamlar bilan aloqada (ijtimoiy kontekstda) ishtirok etadi va ishtirok doimo birgalikdagi faoliyat jarayonida yuzaga keladi, мотивация esa ijtimoiy kontekstdan tashqarida (individual faoliyat jarayonida) shakllanishi mumkin.

Daxldorlik insonning faoliyatni amalga oshirish jarayonida e'tibor va faollikning holatini yo'nalganlikni aks ettiradi, shuningdek, shaxsning diqqatini jamlash va faolligini ifodalash mumkin, ammo bu tushuncha hissiy, motivatsion va qiymat komponentlarini ham o'z ichiga oladi; ular "мотивация" tushunchasida ifodalanmaydi. Daxldorlik va мотивация bir-biriga bog'liq kognitiv jarayonlardir, lekin ular bir xil tushunchalar emas; kognitiv komponent daxldorlikning faqat bitta komponentidir.

Daxldorlik va мотивация bir-biri bilan chambarchas bog'liq: faoliyatni amalga

o'shishda qoniqish hissi faollikni kuchaytiradi; xuddi shunday, daxldorlik holati faoliyat samaradorligiga va uni amalga oshirish jarayoni va natijalaridan qoniqish tajribasiga yordam beradi. Biz ishga daxldorlikni мотивация bilan bog'liq bo'lgan kengroq tuzilma sifatida ko'ramiz, chunki daxldorlik kognitiv jarayonlarni ham o'z ichiga oladi.

Daxldorlik va daxlsizlik. V.Shaufeli faollik va o'zaro bog'liqlikni bir-biriga qarama-qarshi qo'yib, faollik o'quvchilarning o'quv muhiti ta'minlagan ta'lim imkoniyatlari va amaliyotlariga nisbatan faol, konstruktiv va mazmunli munosabatini bildirishini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, uzilish passiv, disfunktsiyali, uzoq va ahamiyatsiz aloqalarni anglatadi. Shu bilan birga, muallifning ta'kidlashicha, дахлсизликнинг yo'qligini daxldorlikning mavjudligi yoki aksincha tushunish mumkin emas. E. Klinger faoliyat kontekstida "jahldorlik – aralashmaslik" uzluksizligini ko'rib chiqadi va bu hodisalarning ikkalasi ham insonni atrof-muhitga moslashtirishda foydali ekanligini ta'kidlaydi (daxldorlik o'zaro ta'sirning yangi usullarini yaratishga imkon beradi, ishtirok etmaslik esa o'zaro ta'sir qilish imkonini beradi. energiya tejash uchun).

Daxldorlik va hissiy charchash. Daxldorlik hissiy charchashning ijobiy antitezi sifatida qaraladi. Agar mehnatga daxldorlik xodimlarning xatti-harakatlarini tavsiflovchi ijobiy hodisa sifatida taqdim etilsa, unda uning salbiy hodisasi charchashdir. K.Maslax [3] fikricha, shug'ullanishning asosiy tarkibiy qismlari: energiya, daxldorlik va samaradorlik, ular charchashga qarama-qarshidir. Ishdan charchash hodisasi ish bilan shug'ullanishni buzadigan manba sifatida taqdim etiladi: energiyani charchoqqa, mashg'ulotni beqadrlikka va samaradorlikni samarasizlikka aylantirish tushuniladi.

Shunday qilib, biz xodimlarni daxldorlik darajasi yuqori bo'lgan tashkilotlarning bir nechta belgilarini aniqlashimiz mumkin:

- yuqori daromad;
- mijozlarga yaxshi xizmat ko'rsatish (bu ko'proq sotuvga olib keladi, o'rtacha tekshiruvlar yuqori, mijozlarning qoniqish darajasi va boshqalar);
- mijozlar bilan ziddiyatli vaziyatlarni yaxshiroq hal qilish;
- xodimlar ko'pincha qo'shimcha maosh olmasdan, qo'shimcha harakatlar qiladilar;
- biznesni yaxshilash.

Yuqoridagilarni yakunlab, shuni ta'kidlashni istardimki, xodimlarni ishga qabul qilishda ish beruvchi nafaqat kasbiy fazilatlar, bilim va tajribalar to'plamini, balki kompaniya manfaati uchun ishlash, o'rganish va rivojlantirish istagini ham hisobga olishi kerak. , tashkilotning bir qismi bo'ling va umumiy maqsadlarga erishish uchun barcha sa'y-harakatlaringizni qiling. Tashkilot o'z xodimlarini har tomonlama jalb qilishi va rag'batlantirishi kerak, chunki faqat jalb qilingan xodim kompaniyaning raqobatbardoshligi va bozordagi pozitsiyasiga bog'liq bo'lgan samaradorlik va

samaradorlik darajasini oshirishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bryuxovetskaya N.E., Chernaya A.A. Xodimlarni korxonalar ishiga jalb qilishni shakllantirish // Kiev. 2013. No 5. 321-b.
2. Dolzhenko R.A. Qoniqish, sodiqlik, xodimlarni jalb qilish: tushunchalarni aniqlashtirish va aniqlashtirish // Barnaul. 2014. No 9 (119) P. 157 -162.
3. Egorova A.S. Xodimlarni jalb qilish: tushunish uchun 7 qadam / A.S. Egorova. M.: INFRA - M, 2014 – 314 b.
4. Karsan R. Dream kompaniyasi. Nega muvaffaqiyatli kompaniyalar "biz" deyishadi / Rudy Karsan, Ivanov va Ferber, 2012. S. 248
5. Tsarenko S. Ishtirok etish uchun motivatsiya: xodimlarning "uchqun bilan" ishlashini ta'minlash uchun nima qilish kerak? // Kadrovik.ru. 2012. № 6.

**HOMILADOR AYOL PSIXOLOGIK HOLATINING ILMIY
TADQIQOTLARDA TALQINI**

*Rahimova Indira Igorevna
“TIQXMMI” Milliy tadqiqot universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD);
Mansurova Jasmina Bekmurod qizi
University of Business and Science Toshkent filiali
Pedagogika va psixologiya yo‘nalishi talabasi.*

Kirish. Homiladorlik – ayol hayotidagi eng mas’uliyatli va murakkab davrlardan biridir. Bu davrda nafaqat jismoniy o‘zgarishlar, balki chuqur psixologik o‘zgarishlar ham yuz beradi. Homiladorlik davrida ayollar emotsional o‘zgarishlarga, stress va tashvishlarga ko‘proq moyil bo‘lib qoladilar. Psixologik tadqiqotlar ushbu jarayonlarni chuqur tahlil qilib, homiladorlik davridagi ayol ruhiyatining o‘zgarishini aniqlash, unga yordam berish yo‘llarini ishlab chiqishga qaratilgan. Mavzuning dolzarbligi shundaki, homiladorlik psixologiyasini o‘rganish va unga mos ravishda psixologik yordam ko‘rsatish onaning va bola sog‘lig‘ini ta'minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Asosiy qism. O.Fayzullayeva homilador ayol psixologiyasining tadqiqotlarda aks etishi Bugun jahonda ayollarning homiladorlik davrida kechadigan ruhiy-emotsional o‘zgarishlarining tug‘ruq sifatiga ta’siri yuqori ekanligini ko‘rsatuvchi ko‘pgina tadqiqotlar mavjud. Butunjahon sog‘liqni saqlash tashkiloti 2018 yil 15 fevralda homilador ayollarga ortiqcha tibbiy aralashuvlar sonini kamaytirish bo‘yicha global standartlarni belgilash maqsadida yangi tavsiyalar ishlab chiqdi. Baholashlarga ko‘ra, butun dunyoda har yili 140 million chaqaloq tug‘iladi. Ayolning homiladorlik davrida

kechgan turli ruhiy-asab buzilishlarining bola ruhiyatida aks etishi, homiladorlik va tug'ruq jarayoniga psixofiziologik krizis sifatida qarash tufayli psixologik qo'rquv, havotir, hayajonning kuchayishi bilan bog'liq emotsional holatlar turli asoratlarni yuzaga keltirishi hamda shaxs psixologiyasida chuqur o'zgarishlarni namoyon etishi dolzarb muammolardan bo'lib qolmoqda [1]. Homiladorlik davrida yuzaga keladigan psixologik o'zgarishlar Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, homiladorlik davrida ayol organizmida sodir bo'ladigan gormonal o'zgarishlar psixologik holatga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Estrogen va progesteron gormonlarining miqdorining oshishi, emotsional beqarorlik, stressga sezuvchanlik va kayfiyat o'zgarishiga olib keladi. Ko'plab ayollar homiladorlik davrida quyidagi psixologik holatlarni boshdan kechiradilar:

- bezovtalik va anksiyete
- depressiv holatlar
- o'ziga ishonchsizlik
- kelajakdan qo'rquv va xavotir

Biroq, ayrim ayollarda aksincha, motivatsiya va hayotga bo'lgan ijobiy qarashlar kuchayishi ham kuzatiladi. Psixologik salomatlikka ta'sir etuvchi omillar homiladorlik davridagi psixologik holatga turli omillar ta'sir ko'rsatadi:

- gormonal o'zgarishlar: asab tizimi faoliyatiga ta'sir etib, emotsional o'zgarishlarga sabab bo'ladi.

- ijtimoiy qo'llab-quvvatlash: oilaviy, do'stona va jamiyat tomonidan ko'rsatiladigan yordam ayolning psixologik holatini yaxshilaydi.

- moliyaviy va ijtimoiy barqarorlik: barqaror daromad va yaxshi yashash sharoitlari ruhiy farovonlikni ta'minlaydi.

- shaxsiy psixologik xususiyatlar: stressga chidamlilik va ijobiy fikrlash ko'nikmalari homiladorlikni ruhiy tomondan osonroq o'tkazishga yordam beradi. Ilmiy tadqiqotlarda homiladorlik psixologiyasining o'rganilishi psixologik tadqiqotlar natijalariga ko'ra, homiladorlik davrida ayollarda stress darajasi oshadi, bu esa anksiyete va depressiya kabi holatlarning rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, homiladorlikning har bir bosqichi o'ziga xos psixologik reaksiyalarga ega:

- birinchi trimestr: yangi vaziyatni qabul qilish va homiladorlik faktini anglash jarayoni stress va hayajon uyg'otadi.

- ikkinchi trimestr: emotsional barqarorlik nisbatan yaxshilanadi, lekin onalik roliga tayyorgarlik jarayoni davom etadi.

- uchinchi trimestr: tug'ruq qo'rquvi va kelajakdagi hayotdagi o'zgarishlar haqida xavotir kuchayadi.

Tadqiqotlar shuningdek, psixologik yordam va maslahatlarning stress darajasini pasaytirishga yordam berishini tasdiqlagan. Homilador ayollar uchun psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash Homilador ayollar uchun psixologik yordamni quyidagicha tashkil etish mumkin:

- individual va guruh psixologik maslahatlar
- stressni boshqarish bo'yicha treninglar
- onalik roliga tayyorgarlik bo'yicha mashg'ulotlar
- tug'ruqqa psixologik tayyorgarlik kurslari

Bu chora-tadbirlar homiladorlik jarayonini ruhiy tomondan yengilroq o'tkazishga, salbiy psixologik holatlarning oldini olishga yordam beradi.

Xulosa. Homiladorlik davrida ayol psixologiyasining o'zgarishini o'rganish va unga mos psixologik yordam ko'rsatish nafaqat onaning, balki kelajakdagi bolaning sog'lig'i va farovonligi uchun ham muhim ahamiyatga ega. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, homilador ayolga ko'rsatilgan ijobiy psixologik qo'llab-quvvatlash uning ruhiy holatini barqarorlashtiradi, stress va depressiya darajasini pasaytiradi hamda sog'lom tug'ruq va ona-bola munosabatining mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Зиннатуллаева Ф. Homiladorlik va onaning psixologik holati // Tibbiyot jurnali. – 2020. – №3. – B.45-52.
2. Ахмедова Н. Pregnancy-related anxiety and depression: Clinical perspectives // Journal of Perinatal Medicine. – 2019. – Vol. 47, №2. – P.150-158.
3. Султанова М. Homiladorlik davrida ayolning psixologik holatini o'rganish // Psixologiya va tibbiyot. – 2018. – №4. – B.23-30.
4. Jones F., Smith A. Psychological changes during pregnancy: A systematic review // Journal of Maternal Health. – 2021. – Vol. 12, №1. – P.10-25.
5. Петрова Е. Pregnancy stress and its effects on fetal development // International Journal of Obstetrics. – 2017. – Vol. 8, №3. – P.112-120.

O'SMIRLAR AGRESSIV XULQ ATVOR XUSUSIYATLARI

*Rahmonova Oyshaxon Oribovna
Qo'qon davlat universiteti Pedagogika va
psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Agressivlik - individual xususiyat, u aniq insonning moyilligi ushbu tendensiyaning ichki va tashqi harakatlar shaklida namoyon etishi. Ushbu individual xususiyatni o'lchash qiyin, bu borada agressiv tendensiyaning asosiy baholash usuli - bu uning xulq-atvordagi namoyishlarini baholash. Agressor o'z qurbonini yomon ko'rishi umuman shart emas. Ko'pchilik insonlar bog'lanib qolgan va chin yurakdan sevadigan o'z yaqinlarini qiynaydilar.

Xorij psixologiyasida bolalar va o'smirlardagi agressiv xulq-atvor kelib chiqishi, rivojlanishi, paydo bo'lish omillari va sabablarini o'rganish borasida juda ko'p tadqiqot ishlari olib borilgan va olib borilmoqda: jumladan, zo'ravonlik va agressiv deviant xulq-atvorning o'zaro aloqasi A. Bandura va P.Uolters, ota-ona tarbiyasining bolalardagi

agressivlikning paydo bo'lishiga ta'siri O.Barnett, C.L.Miller-Perrin, o'smirlardagi agressiv xulq-atvorning jamiyatda o'z o'rnini anglashdagi o'rni A. Bass, ongni manipulyatsiya qilib, agressiv xulq-atvorga undashda ommaviy axborot vositalarining ta'siri B. Kreyxi kabi olimlar tadqiqotlarida o'z aksini topgan. Shuningdek, tadqiqot predmeti sifatida agressiya hodisasi mohiyatini K.Lorens, A.Bandura, jinoyatchi o'smirlarning o'ziga xos psixologik xususiyatlarini o'rganish D.I.Feldshtey, bolalar va o'smirlarda agressiya va agressiv xulq-atvor shakllanishining sabablarini R. Beron, D. Richardson, Bandura A, agressiya profilaktikasi va korreksiyasi masalalarini L.M. Semenyuk, G.E. Breslav tadqiq etganlar.

Yurtimizdagi va xorijdagi ko'plab tadqiqotchilar agressiya muammosi bilan shug'ullanganlar, ammo uning murakkab va serqirraligi sabab, bir to'xtamga kelish mushkul. Tadqiqotchilar diqqat markazida muammoning quyidagi: agressiyaning biologik va ijtimoiy determinatalari, uning o'zlashtirilishi va mustaxkamlanish mexanizmlari, agressiya namoyon bo'lishini belgilovchi sharoitlar, agressiv xulqning individual, jinsga va yoshga xos xususiyatlari, agressiyani bartaraf etish usullari kabi jihatlari o'z aksini topgan bo'lsa-da, bu mauammo o'rganildi degani emas. Psixologiyada «agressiya» termini turlicha ta'riflanadi. Ko'plab tadqiqotchilar agressivlikka negativ baho berishadi. Shu bilan birga agressiyaga nisbatan ijobiy nuqtai nazar ham mavjud.

Agressiyaning xilma xil ta'riflari mavjud va ular quyidagilar:

- Boshqalarga xavf soluvchi yoki ziyon yetkazuvchi har qanday xulq-atvor agressiya deb ataladi (Bass);

- Boshqalarni xafa qilish, ularga ziyon yetkazish niyati bo'lgan xatti-harakatlar agressiya deb ataladi (Berkovis). Bolalarda diqqat juda erta rivojlana boshlaydi. Bir-ikki haftalik chaqaloqlarda diqqatning hech qanday alomati ko'rinmasa ham, oradan sal o'tmay, ya'ni bolaning bir oylik davridan boshlab, ixtiyoriy diqqat alomatlari yaqqol ko'rina boshlaydi. Demak boshqalarga jismoniy zarar yetkazadigan, shunday niyat bilan amalga oshiriladigan harakatlar agressiya deb ataladi (Zilmann);

- Boshqa tirik mavjudodga ziyon yetkazishga qaratilgan, o'zi unga nisbatan qo'llanishiga qarshi bo'lgan har qanday xulq-atvor agressiya deb ataladi (R.Beron, D.Richardson)

Odamdagi agressiyani aniqlash jarayoni juda murakkab va buni ijtimoiy psixologlar anchadan buyon tadqiq etib kelishmokda. Ba'zan, shunday savollar to'g'rilishi tabiiy, agar kimdir boshqa birovning qorniga kuchli zarba bilan ursa bu agressiya bo'ladimi yoki yo'qmi? Agar kimdir hazillashib yengil zarba bilan birovning korniga ursachi? Futbol yoki boks o'yinlarini ham agressiyaga misol bo'ladi, desa hamma ham shu fikrga qo'shiladimi? Agar kimdir zarar keltiruvchi mish-mishlarni tarqatsachi? Agar uyingizga o'g'ri bostirib kirsayu, siz birdaniga zanglab yotgan qurolingizni olib, unga o'qtalib otib yuborsangiz sizning harakatlaringiz agressiya holati hisoblanadimi? Agar qurol otilmay qolsa-chi? Agar kimdir ostonangizga o'tirib olsa-yu, sizning o'tib ketishingizga halaqit bersa, bu agressiyami yoki yo'qmi? Ba'zi bir ijtimoiy

psixologlar agressiyani boshqa birovga atayin ziyon yetkazish, jismoniy yoki ijtimoiy zarar yetkazish, ba'zi hollarda hujumkor ob'ektni yo'q qilish deb ta'riflaydilar. Bu ta'rifni to'g'ri desak ham bo'ladi, ammo ba'zi bir cheklanishlarga e'tibor berishimiz lozim. Birovga savol bersangiz-u, u sizga javob qaytarmasa yoki javob berishdan bosh tortsa bu harakatda bizni birovning joniga tajavvuzni yoki ziyon yetkazishni ko'rmayapmiz.

Xuddi shu kabi holat, ostonada o'tirgan kishi sizga halaqit beradi-yu, ammo ziyon yetkaza olmaydi. Ko'pchilik psixologlar buni agressiyaning alohida ko'rinishi deb shunday ta'rif beradilar, bu agressiv qarshilik, ammo u hech kimning joniga tajavvuz qiladigan yoki zahmat yetkazadigan agressiya emas, shuning uchun uni maqsad jihatidan agressiyaning passiv ko'rinishi, to'g'ridan-to'g'ri passiv agressiya deyish (ochiq passiv agressiya) maqsadga muvofiq.

Qanchalik qiziqarli bo'lmasin passiv agressiya o'z-o'zidan, umuman olganda jinoyatchilik masalasini hal qilish jarayonida u relevant hisoblanadi Ostonada o'tirgan odamga qaytsak, u mulkka egalik huquqini buzishda ayblanib, uning agressiv maqsadini aniqlashimiz mumkin. Umuman olganda agressiv harakat, biz ko'rmoqchi bo'lgan tajavvuzkorliklar turi «passiv agressiya» tipiga kirmaydi.

Tadqiqotchilar R.Baron va D.Richardsonlar tajovuzga quyidagicha ta'rif beradilar: “Agressiya – bunday muomalani istamagan boshqa tirik mavjudotni haqorat qilish yoki unga zarar yetkazishga qaratilgan har qanday xatti-harakatdir” Lingvistik asarlar tajovuzkorlikni uning namoyon bo'lish usullari va shakllarini tahlil qilish nuqtai nazaridan ko'rib chiqadi.

Tadqiqotchi A.Basho og'zaki tajovuzga quyidagi ta'rifni beradi: “Og'zaki tajovuz – salbiy his-tuyg'ularning ham shakli (janjal, qichqiriq, qichqiriq), ham og'zaki javoblar mazmuni (qo'rqitish, qarg'ish, so'kinish) orqali ifodalanishi”. Sotsiologlar tajovuz ko'rinishlarining motivatsion komponentini o'rganadilar, bu boshqa ijtimoiy omillar bilan bir qatorda tajovuzkor xatti-harakatlarning paydo bo'lishiga yordam beradi. Agressiya sotsiologiyada tashqi motiv yoki vaziyat tufayli yuzaga kelgan “dushmanlik harakati yoki xatti-harakati” deb tushuniladi.

Tajovuzning psixoanalitik tushunchasi. Uning asoschisi avstriyalik psixiatr Zigmund Freyd bo'lib, u tajovuzning namoyon bo'lishini "tug'ma instinkt" deb biladi Uning fikricha, “... bu har doim o'z-o'zini saqlash instinktlari bilan bog'liqdir”. Drayv nazariyasi tarafdorlari inson o'z tajovuzkorligini engishga qodir emas deb taxmin qiladilar va "uni faqat vaqtincha cheklash yoki xavfsiz shakllarga aylantirish, kamroq himoyasiz maqsadlarga yo'naltirish mumkin" deb hisoblashadi . Doimiy oqim bilan tajovuzkor xatti-harakatlarning hujumlarini nazorat qilish kerak. Salbiy his-tuyg'ularning portlashi bunday turdagi ozod bo'lib xizmat qilishi mumkin. Masalan, “jonsiz narsalarni vayron qilishning shafqatsiz harakatlarini kuzatish, sport musobaqalarida qatnashish orqali...” Shu bois, ayniqsa, yoshlar o'rtasida qo'rqinchli, triller, jangovar filmlar kabi kino janrlarida muvaffaqiyatlar kuzatilayotgani, ekstremal

sport turlarining (bangi jumping, bungi jumping, parkur va boshqalar) ommaviyligi ortib borayotgani ajablanarli emas.

Tajovuzning etologik kontsepsiyasi. Ma'lumki, etologiya hayvon va odamning xulq-atvori haqidagi fan (yunoncha Ethos – odat, xarakter, logos – fan, bilim) . Ushbu yondashuvning asoschilari avstriyalik olimlar Konrad Lorenz va Niko Tinbergendir. Ularning tadqiqotlari 20-asrning 1930-yillariga to'g'ri keladi. Ular, xuddi Freyd kabi, tajovuzkorlikni "tabiiy sharoitda ... hayot va turni saqlab qolish uchun xizmat qiladigan" tabiiy instinkt deb bilishgan . Ammo bu mualliflar tajovuzkorlikning namoyon bo'lishini hukmronlik hodisasi bilan bog'laydilar. Ularning fikricha, hukmronlik sababi hokimiyat, jamiyatdagi mavqe, tan olish uchun kurash bo'lishi mumkin. Umuman olganda, etologik kontsepsiya tarafdorlari insonning tajovuzkorligi sabablariga e'tibor bermaydilar. Ular buni xatti-harakatlarning chaqnashlariga o'z-o'zidan reaksiya sifatida tahlil qiladilar. Ushbu kontsepsiya tarafdorlari uchun tajovuzkor xatti-harakatlarning oldini olish usullari qiziqish uyg'otadi.

Keyinchalik tajovuzning umidsizlik tushunchasi keladi. Frustratsiya nazariyasi asoschisi (lotincha frustratio - aldash, behuda kutish) Freydgaga muqobil nazariyani yaratgan amerikalik tadqiqotchi Jon Dollard hisoblanadi. Jon Dollard tajovuzkor xulq-atvorni situatsion jarayon deb hisoblagan va tajovuzni xafagarchilikka uchraganlarning harakatlari natijasi deb hisoblagan . Ikkinchisi, u sarosimaga sabab bo'ladigan maqsadga erishish yo'lidagi engib bo'lmaydigan to'siqni (ob'ektiv yoki sub'ektiv) tushundi .L. Berkovitzning fikri qiziq. U ko'pincha umidsizlikka uchragan odamlar o'zlarini tajovuzkor tutmasliklarini va tajovuz tegishli shartlarsiz paydo bo'lmasligini ta'kidlaydi .

Keyingisi E. Frommning ijtimoiy-psixologik kontsepsiyasidir. Nemis-amerikalik psixolog va sotsiolog Erich Fromm o'zining "Insonning halokatligi anatomiyasi" asarida biologik yondashuv vakillarining fikriga qarshi chiqadi, ya'ni: 3. Freyd va K. Lorenz. Uning fikricha, "inson shafqatsizligi va halokatligining izohini hayvonlardan meros bo'lgan buzg'unchi instinktga emas, balki insonni hayvoniy ajdodlaridan ajratib turuvchi omillardan izlash kerak..." Frommning fikricha, shafqatsiz, tajovuzkor xatti-harakatlarning asosi tabiiy instinkt emas, balki sotsiologik va ijtimoiy sabablar, shuningdek, shaxsning ijtimoiylashuvi shartlari bilan izohlanadigan inson imkoniyatlaridir. Yana biri xulq-atvor tushunchasi yoki ijtimoiy ta'lim nazariyasi. Ushbu nazariya doirasidagi tajovuz haqidagi g'oyalar Evropa madaniyatida keng tarqalgan Xushxabar afsonasi bilan bog'liq bo'lib, u farishta kabi inson dastlab pok va beg'ubor tug'iladi va o'sish jarayonida unga xos bo'lgan salbiy fazilatlariga ega bo'ladi.

Shunday qilib, asoschilari B. E. Torndik va J. Uotson bo'lgan bixeviorizm (ing. Behavior) tajovuz xulq-atvorning orttirilgan shakli sifatida qaraladi. Ushbu mualliflarning fikriga ko'ra, u tajovuzkor harakatlarni kuzatish orqali sotsializatsiya jarayonida olinadi. Va bu, o'z navbatida, ijtimoiy mustahkamlashga olib keladi. Shu sababli, ushbu kontsepsiya ota-onalar, tengdoshlar, o'qituvchilar va o'qituvchilarni o'z

ichiga olgan ijtimoiylashuvning asosiy vositachilarining ta'sirini tahlil qilish imkonini beradi. Aynan ular bolalarni tajovuzkor xatti-harakatlarga "o'rgatishi" mumkin. Ijobiy va salbiy mustahkamlash ushbu kontseptsianing muhim elementlari hisoblanadi. Chunki ular tajovuzkor xatti-harakatni nazorat qila oladigan yoki unga hissa qo'sha oladiganlardir. Ijobiy mustahkamlash - bu "harakat bilan mos keladigan va ushbu harakatni takrorlash ehtimolini oshirishga olib keladigan hodisa".

Bularga maqto'v, og'zaki ma'qullash, maktabda ijobiy baholash va boshqalar kiradi. Salbiy mustahkamlash "xulq-atvorni o'zgartirish orqali to'xtatilishi yoki oldini olish mumkin bo'lgan har qanday noxush hodisa yoki stimul". Salbiy mustahkamlashga misol sifatida norozilikni og'zaki ifodalash, tanbeh berish, o'qituvchining qoniqarsiz bahosi va boshqalar bo'lishi mumkin.

Biroq, A. Bandura va A. Basho kabi bixeviorizmning ko'plab izdoshlari tajovuzkorlikning o'zi insonning tug'ma sifati sifatida ta'riflanishini, "agressiv impulslarni nazorat qilish va ularni bilvosita ifodalash" esa tug'ma hisoblanmaydi: "ular natija o'rganish" 8yoshdan 15 yoshgacha bulgan o'smirlar sinfdoshining xafa qilinganda qanday munosabatda bo'lishi xaqida so'roq uyushtirilgan. Ko'pgina o'g'il bolalar, xafa qilgan insonni zudlik bilan jazolash, aynan unga nisbatan kuch ishlatish lozimligini aytishgan. Qizlar esa aksincha, agressiyaning kosvik shakli orqali xarakat qilib, xafa bo'lish, do'stona munosabatlarni uzish, gap talashish kabi holatlarni namoyon qilishlari mumkin. Bundan tashqari, agar o'g'il bolalarda yoshi o'tgach jismoniy agressiya maromining pasayishi kuzatilsa, (agressiyaning boshqa ko'rinishlari paydo bo'lishi) qizlarda verbal agressiyaning yuqori darajasi sezilmagan xolda o'zgaradi.

A. Banduraning (1973) ijtimoiy-ilmiy nazariyasida insonni o'z-o'zini boshqarish qobiliyati katta rol o'ynaydi degan. Ichki undovchi motivlar, tashqi muhitdagi qo'zg'atuvchilar, kongnetiv muhitning qo'llab quvvatlashi inson o'z xatti harakatlarini baxolaydi odamlar o'z kechinmalarini ma'lum darajada nazorat qilishadi. Ishonch bilan shuni aytish mumkinki o'z-o'zini nazorat qilish funksiyalarini vaqti-vaqti bilan tashqi taassurotlar o'zgartiradi. Lekin dalil tashqi taassurotligicha qoladi va uniinkor etib bo'lmaydi. O'zi o'zini boshqarish funksiyalari qisman sodir bo'lgan u yoki bu xatti xarakati aniqlab beradi. O'smir yoshida inson o'z xatti xarakatlariga oxirigacha xisob berolmaydi. Boshqacha aytganda o'smirlar sodiretgan jinoyatlaprini tushuntirib berolmaydi.

Y.B.Gushin o'zining asarida agressiyaning darajasi qonunbuzar o'smirlar tanlovi o'smirlarning ijtimoiy moslashuv tanlovidan ko'p emasligini ko'rsatadi. Faqatgina ayrim o'smirlar agressiv impulslari jinoiy ishdan keyin ko'rsatishadi.

Demak o'smir yoshida bola o'zining tuyg'ulari, kechinmalari ayniqsa negativlarini oxirigacha anglay olmaydi. Bu esa fiziologik jarayonga bog'liq bo'lishi mumkin.: Nerv jarayonlari, garmonlar ta'siri normadan chiqishi natijasida tez o'zgaruvchan kayfiyat kuzatilishi, yoki ijtimoiy jarayonlarga baxolanish qadrlanish tizimining oxirigacha shakllanmasligi, nomalum yangi xayot sharoiti, ish xarakatga

bog‘liq bo‘lmagan vaziyatlarda kuzatilishi mumkin. Bunday aloqadorlik frustratsiya xolatini paydo qiladi Ko‘pgina psixologlar "Frustratsiya-agressiya" aloqadorligi orqali insonning butun aggressiv fe'l atvorini tushuntirib berish mumkin deb xisoblashadi

1980 yilda Mak Dugalning farazicha agressiya anglanmagan xolda shakllanadi. U turli biologik rivojlanishga tabiiy to'siq yaratadi. Bu "Frustratsiya-agressiya" ta'sirining taxminiy fikri edi ya'ni agressiya xulq atvorning maqsadga yo'naltirilgan xar qanday xolatini blok qiladi. Keyinchalik 1939- yilda Dollard o'zining "Frustratsiya va agressiya" kitobida bu fikrlarni davom etgan. Agressiya bu fe'l atvor reaksiyasi bo'lib, individ muammoli vaziyatda uni kechiradi deb ta'kidlaydi. Demak mavzu muammoli vaziyatda kechyapti. Ammo agressiya doim frustratsiya oqibatida paydo bo'ladi. Inson ehtiyojlarining qondirilmasligi asab buzarlikka olib keladi uning asosida esa insonda psixologik frustratsiya xolati kelib chiqadi. Xaqiqatdan ham inson bunday frustratsiyadan qutulish uchun vosita sifatida agressiyani kechiradi.

Amerikalik psixolog E.Erikson o'zining "Bolalalik va jamiyat" asarida yoshni davrlarga bo'lishda aytadiki "Avtonomiya-ya'ni uyatga qarshi bosqich bu 1-3 atrofidagi bolalarda ham agressiya namoyon bo'ladi" degan. Muayyan bir omillar sababli paydo bo'lgan yechimini topmasdan o'zida shaxsiy avtonomiyani shakllantira olmaydi yoki qisqacha aytganda tuyg'ulariga qadr qimmatini belgilay olmaydi. Natijada bola uyalishni yoki Erikson aytganidek aybni o'ziga ag'dara boshlaydi Bu esa bolada autoagressiyaning namoyon bo'lishida insonning o'zi obyekt xisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

- 1.Ivanov "Umumiy psixologiya" www.ziyouz.com kutubxonasi
2. Frojan, M.X. va Santacreu, J. (1999). Psixologik davolash nima? Madrid: Yangi kutubxona.
- 3.Gavino, A. (2002). Kognitiv xulq-atvori bo'yicha yordam qo'llanmasi. Madrid: Piramida.
4. Luciano, M.C. (o'n to'qqiz to'qson olti). Klinik psixologiya bo'yicha qo'llanma. Bolalik va o'spirinlik. "Valensiya": Promolibro.
- 5.Qurbonova Z.Eksperimental psixologiya.(Muammoli ma'ruzalar matni).Namangan.2005 y
- 6.Белая В.В., Белая А.А. Социально-психологические особенности студенческого возраста в педагогической практике преподавателя ССУЗ // Интернаука: электрон. научн. журн. 2022. № 37(260). URL:
7. Шойимова Ш.С., Шорустамова М.М. Типологические особенности личности в контексте личностно - ориентированного обучения // Интернаука: электрон. научн. журн. 2022. № 35(258). URL:
8. Психалогия с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии

9. Olimov L, Ya, Nazarov A Xulqi og'ishgan bolalar psixalogiyasi.
10. Керенберг И. Агрессия при расстройствах личности и перверсиях
11. Sobchik.L Psixalogik diagnostic usullar. Lirining Shaxslararo diagnostikasi.
12. SH. Mustafayev o'smirlar psixalogiyasi.
13. Baymuradov .N Amaliy psixologiya T." Yangi asr avlodi " 2008.- 316 b -78-79b.
14. G'oziyev E.E. Ontogenezpsixologiyasi T. 2015.-286 b- 144b.
15. Ya.M.Fayziev E.Heshboev Umumiy va tibbiy psixologiya T.Abu ali ibn sino nomidagi tibbiyot nashri 2003 yil 143 b-12b
16. EEG'oziev Umimiy psixologiya 1 kitob T.2002 238 b- 89 b
17. ME Zufarova Umimiy psixologiya TO'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti 2010 .-304b-266-b.

QORA VA YORQIN UCHLIK KONSTRUKTLARINING MOTIVATSION VA IJTIMOIIY DETERMINANTLARI

*M.J.Rajabov,
Farg'ona davlat universiteti
katta o'qituvchisi (PhD).*

Inson shaxsiyati ko'p qirrali va murakkab tizim bo'lib, uning tuzilmasi, ichki motivatsiyalari hamda ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'siri psixologiyaning asosiy tadqiqot yo'nalishlaridan biridir. Shaxs xususiyatlarini chuqur o'rganish insonning individual farqlari, xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayonlari va ijtimoiy moslashuvchanligini anglash imkonini beradi. Bugungi psixologiyada shaxsiy sifatlarni ikki qutbli yondashuv orqali tahlil qilish tobora dolzarb bo'lib, bu uslub shaxsning salbiy va ijobiy psixologik tendensiyalarini farqlash, ularning motivatsion hamda ijtimoiy determinantlarini aniqlashga yordam beradi.

Shaxsiyatni ijtimoiy-psixologik va motivatsion nuqtai nazardan tahlil qilishda muhim nazariy model sifatida qora uchlik (Dark triad) va yorqin uchlik (Light triad) konstruktleri alohida e'tiborga loyiqdir [1: 556-563]. Qora uchlik narsisizm, makiavellizm va psixopatiya kabi egosentrik, manipulyativ hamda hissiy sovuqlik bilan bog'liq salbiy xususiyatlarni ifodalaydi. Yorqin Uchlik esa altruizm, empatiya va axloqiy javobgarlik kabi ijtimoiy jihatdan konstruktiv va ijobiy xulq-atvor shakllarini qamrab oladi. Shu bois, bu ikki qutbli model inson shaxsiyatini kengroq spektrda tahlil qilish imkonini beradi.

Mazkur yondashuv inson xulq-atvorining motivatsion va ijtimoiy determinantlarini yanada chuqurroq tushunishga xizmat qiladi. Xususan, qora uchlikga mansub shaxslar ego-orientatsiyaga, ya'ni shaxsiy manfaat va ustunlikni ustuvor qo'yishga moyil bo'lsalar, Yorqin uchlikga mansublar ijtimoiy manfaat, boshqalarga yordam berish va hamkorlik motivatsiyasiga tayanadilar [2: 420-432]. Shu nuqtai

nazardan, Qora va yorqin uchlik konstruktlerini o'rganish shaxsiyatning individual va ijtimoiy xatti-harakatlarini prognoz qilish, jamoaviy hamkorlikni optimallashtirish va psixologik barqarorlikni mustahkamlashda katta nazariy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlarda qora uchlik (narsisizm, makiavellizm va psixopatiya) inson shaxsining ijtimoiy va motivatsion jihatlarini o'rganishda markaziy tushuncha sifatida tilga olinadi [3: 199-216]. Bu xususiyatlar ko'pincha salbiy oqibatlariga olib kelishi qayd etilgan bo'lsa-da, ayrim sharoitlarda ular strategik ustunlik manbai sifatida ham namoyon bo'lishi mumkin [4: 219-232]. Demak, Qora uchlik shaxsiy fazilatlarini faqat destruktiv emas, balki muayyan kontekstlarda maqsadga erishishga xizmat qiluvchi vosita bo'lishi ham ehtimoldan xoli emas. Shu kabi **yorqin uchlik** (optimizm, empatiya va vijdonlilik) ham inson shaxsining ijtimoiy va motivatsion jihatlarini o'rganishda muhim tushuncha sifatida tilga olinadi. Bu xususiyatlar ko'pincha ijobiy oqibatlariga olib kelishi qayd etilgan bo'lsa-da, ayrim sharoitlarda ular shaxsni ortiqcha idealizm yoki hissiy sezgirlikka moyil qilib qo'yishi ham mumkin. Demak, Yorqin uchlik shaxsiy fazilatlarini faqat konstruktiv emas, balki muayyan kontekstlarda muvozanatni yo'qotishga sabab bo'lish ehtimoli ham mavjud.

Qora uchlik vakillari, avvalo, ego-orientatsiya bilan ajralib turadi. Ularning motivatsion tizimida asosiy qadriyatlar hokimiyat, ustunlik va shaxsiy manfaatlarni maksimalizatsiya qilishdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday shaxslar odatda qisqa muddatli foyda keltiruvchi qarorlarni afzal ko'radilar, uzoq muddatli ijtimoiy barqarorlik esa ular uchun ikkinchi darajali bo'lib qoladi (Jonason & Webster, 2010). Shu sababli, ularning motivatsiyasi ko'proq instrumental va utilitar xarakter kasb etadi, ya'ni ijtimoiy qadriyatlar yoki umumiy farovonlikdan ko'ra shaxsiy yutuqlarni ta'minlashga yo'naltiriladi. Huddi shu kabi yorqin uchlik vakillari, avvalo, **pro-sotsial orientatsiya** bilan ajralib turadi. Ularning motivatsion tizimida asosiy qadriyatlar hamkorlik, ijtimoiy uyg'unlik va umumiy farovonlikni oshirishdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday shaxslar odatda uzoq muddatli barqarorlikni ta'minlovchi qarorlarni afzal ko'radilar, qisqa muddatli shaxsiy foyda esa ular uchun ikkinchi darajali bo'lib qoladi. Shu sababli, ularning motivatsiyasi ko'proq altruistik va integrativ xarakter kasb etadi, ya'ni shaxsiy manfaatlardan ko'ra ijtimoiy qadriyatlarni ustun qo'yishga yo'naltiriladi.

Qora uchlikning har bir komponenti ego-orientatsiyani o'ziga xos shaklda ifodalaydi. Narsisizm shaxsning doimo markazda bo'lishi, e'tibor va maqomga intilishi orqali namoyon bo'ladi [4: 219-232]. Makiavellizm maqsadga erishish yo'lida manipulyativ strategiyalar va hisob-kitobli xatti-harakatlarni qo'llashni rag'batlantiradi [6]. Psixopatiya esa impulsivlik, xavfga moyillik va empatiyaning zaifligi bilan tavsiflanib, shaxsiy foydani tezkor qarorlar orqali qo'lga kiritishga intiladi (Paulhus & Williams, 2002) [1, 556-563; 5, 679-682]. Shuningdek yorqin uchlikning har bir komponenti pro-sotsial orientatsiyani o'ziga xos shaklda ifodalaydi. **Optimizm** shaxsning kelajakka ijobiy nazar bilan qarashi, umid va ishonchga tayangan holda

faoliyat yuritishi orqali namoyon bo'ladi. **Empatiya** boshqa insonlarning hissiyotlarini chuqur his qilish, ularni tushunish va qo'llab-quvvatlashga intilish bilan tavsiflanadi. **Vijdonlilik** esa mas'uliyatlilik, tartib-intizomga rioya qilish va o'z majburiyatlarini sadoqat bilan bajarishga intilish orqali namoyon bo'ladi.

Bu xususiyatlar ijtimoiy determinantlarda ham yaqqol ko'rinadi. Qora uchlik vakillari odatda ishonchsizlik, ijtimoiy masofalanish va raqobatbardoshlikka moyilligi bilan tavsiflanadi. Ular hamkorlikdan ko'ra ustunlik va nazoratni afzal ko'radilar, bu esa jamoalarda ishonchning pasayishiga, hamkorlikning susayishiga va shaxslararo ziddiyatlarning ortishiga olib keladi (Campbell et al., 2005) [4, 199–216: 7, 884–889]. Shuningdek, ular ko'pincha ijtimoiy munosabatlarda "nol yig'indi" tamoyiliga amal qilib, bironing yutug'ini o'zining mag'lubiyati sifatida qabul qiladilar. Natijada, bunday shaxslarning faoliyati ijtimoiy tizimlarda destruktiv oqibatlarga sabab bo'lishi mumkin [8, 9, 5–13].

Biroq ilmiy tadqiqotlar ko'rsatadiki, Qora uchlikga xos sifatlar ayrim kontekstlarda strategik ustunlik ham taqdim etadi. Masalan, siyosiy yetakchilikda qat'iyatli qaror qabul qilish, biznes muzokaralarida manipulyatsion qobiliyatni qo'llash yoki yuqori raqobat sharoitida xavfni zimmasiga olish shaxsga muvaffaqiyat keltirishi mumkin (Furnham et al., 2013) [3, 199-216]. Shu bois, Qora uchlik ikki tomonlama ta'sirga ega: jamoa barqarorligi uchun xavf tug'dirsa-da, individual darajada ma'lum sharoitlarda samarali strategiya bo'lishi mumkin.

Qora uchlik shaxslarini yanada chuqurroq tavsiflash uchun ularning psixologik motivatsiyasi alohida ko'rib chiqiladi. Narsisizm kuchli bo'lgan shaxslar boshqalardan ustunlikni his etish, e'tibor qozonish va tan olinishga intilish orqali o'z motivatsiyasini namoyon qiladi. Psixopatiya yuqori bo'lganlarda esa xavfni sezmaslik, impulsivlik va qisqa muddatli foydani afzal ko'rish xosdir. Makiavellizm yuqori darajada bo'lgan shaxslarda esa manipulyativ strategiyalar asosiy vosita bo'lib, ular maqsadga erishishda atrofdagilarni nazorat qilishga intiladilar. Ushbu uchala komponent uyg'unlashganda, Qora uchlik vakillari odatda tezkor natijaga va shaxsiy ustunlikka intilib, uzoq muddatli ijtimoiy barqarorlikni ikkinchi planga surib qo'yadilar.

Ijtimoiy munosabatlarda bunday shaxslar ishonchsizlik, raqobatbardoshlik, konfliktga moyillik va ijtimoiy masofalanish bilan ajralib turadi. Ular odatda kooperatsiyadan ko'ra individual yutuqlarni afzal ko'radilar, bu esa jamoada ishonchning pasayishiga va hamkorlikning zaiflashishiga olib keladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, Qora uchlik xususiyatlari mavjud bo'lgan guruhlarda shaxslararo ziddiyatlar ko'proq uchraydi, natijada ijtimoiy barqarorlik va umumiy farovonlik izdan chiqadi. Shuningdek, ular o'zaro aloqalarda manipulyatsiya, yolg'on va ekspluatatsiyaga moyillik ko'rsatib, jamiyatda destruktiv oqibatlarni yuzaga keltiradilar.

Shunga qaramay, Qora uchlikga xos sifatlar ayrim sharoitlarda strategik ustunlik vazifasini bajarishi mumkin. Masalan, siyosiy yetakchilikda qat'iyat, manipulyatsion

qobiliyat va xavfga moyillik ularga hokimiyatni qo'lga olishda yordam beradi. Biznes muzokaralarida esa tezkor qaror qabul qilish, kuchli pozitsiyani saqlash va raqib ustidan psixologik ustunlikka erishishda samarali bo'lishi mumkin. Raqobatbardosh va beqaror muhitlarda bu kabi xususiyatlar shaxsga moslashuvchanlik va strategik ustunlik berishi ehtimoli yuqoridir.

Qora uchlik va yorqin uchlik konstruktleri shaxsiyatning ijtimoiy-psixologik hamda motivatsion determinantlarini chuqur tahlil qilish imkonini beradi. Qora Uchlikga mansub shaxslar ego-orientatsiya, shaxsiy manfaatni maksimalizatsiya qilish va qisqa muddatli foydani ustun qo'yish orqali tavsiflanadi. Ularning narsisizm, makiavellizm va psixopatiya kabi komponentlari ijtimoiy ishonchning pasayishi, hamkorlikning susayishi va ziddiyatlarning ortishiga sabab bo'lsa-da, ayrim kontekstlarda strategik ustunlik ham taqdim etishi mumkin. Siyosiy yetakchilik, biznes muzokaralari yoki yuqori raqobatli muhitlarda bu sifatlar qat'iyat, manipulyativlik va riskka moyillik orqali individual muvaffaqiyatni ta'minlaydi. Shu bois, Qora uchlikning ta'siri ikki tomonlama xarakterga ega: bir tomondan, jamoa va jamiyat barqarorligiga xavf tug'dirsa, boshqa tomondan, muayyan sharoitlarda shaxsiy ustunlik va muvaffaqiyatga xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). *The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy*. Journal of Research in Personality, 36(6), 556-563.
2. Jonason, P. K., & Webster, G. D. (2010). *The Dirty Dozen: A concise measure of the Dark Triad*. Psychological Assessment, 22(2), 420-432.
3. Furnham, A., Richards, S. C., & Paulhus, D. L. (2013). *The Dark Triad of personality: A 10 year review*. Social and Personality Psychology Compass, 7(3), 199-216.
4. Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2007). *The narcissistic self: Background, an extended agency model, and ongoing controversies*. Self and Identity, 6(2-3), 219-232.
5. Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2011). *The role of impulsivity in the Dark Triad of personality*. Personality and Individual Differences, 51(5), 679-682.
6. Miller, J. D., Hyatt, C. S., Maples-Keller, J. L., Carter, N. T., & Lynam, D. R. (2017). *Psychopathy and Machiavellianism: Distinct but overlapping constructs*. Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment, 8(3), 257-267.
7. Rauthmann, J. F., & Kolar, G. P. (2012). *How "dark" are the Dark Triad traits? Examining the perceived darkness of narcissism, Machiavellianism, and psychopathy*. Personality and Individual Differences, 53(7), 884-889.
8. Lyons, M. (2019). *The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy in everyday life*. Academic Press.

9. Jonason, P. K., Slomski, S., & Partyka, J. (2015). *The Dark Triad at work: How toxic employees get their way*. *Personality and Individual Differences*, 78, 5-13.

**MEDIA TA'LIM METODLARI ORQALI O'QUVCHILARNI KREATIV
FIKRLASHGA O'RGATISH MEXANIZMLARINI PEDOGOGIK TAJRIBA-
SINOV ISHLARINI TASHKIL QILISH VA UNING SAMARADORLIK
DARAJASI**

Raximova Xurzoda Kamulovna
ChDPU Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Kirish. Zamonaviy axborot texnologiyalari rivoji bilan birga ta'lim sohasida ham yangi metodologik yondashuvlar va innovatsion usullar joriy etilmoqda. Media ta'lim metodlari shular jumlasidandir. Media ta'lim, o'quvchilarni nafaqat an'anaviy bilimlar bilan, balki kreativ fikrlash, tanqidiy tahlil qilish, muammolarni hal qilish va innovatsion yechimlarni topish qobiliyatlari bilan ham ta'minlashga qaratilgan. Bu metodlar orqali o'quvchilarning zamonaviy axborot resurslaridan samarali foydalanishi, shuningdek, ularning shaxsiy va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish imkoniyati yaratiladi.

Kreativ fikrlash bugungi kunda jamiyat va iqtisodiyotning rivoji uchun muhim omil hisoblanadi. Ta'lim jarayonida kreativlikni rag'batlantirish orqali o'quvchilarni yangi g'oyalar bilan ishlashga, muammolarni noan'anaviy usullarda hal qilishga va ijodiy yondashuvlarni qo'llashga o'rgatish mumkin. Media ta'lim metodlari, xususan, multimedia resurslari, interfaol dasturlar, virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalari (VR, AR, MR) kreativ fikrlashni rivojlantirishda kuchli vosita hisoblanadi.

Ushbu tadqiqotning maqsadi media ta'lim metodlari orqali o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatish mexanizmlarini pedagogik tajriba-sinov ishlari orqali o'rganish va ularning samaradorligini baholashdan iborat. Tadqiqotda quyidagi masalalar yoritiladi:

1. Media ta'lim resurslarining turlari va ularning kreativ fikrlashni rivojlantirishdagi roli.
2. Raqamli ta'lim resurslarini ta'lim jarayoniga tadbiiq etishning metodik jihatlari.
3. Pedagogik tajriba-sinov ishlari tashkil etish va natijalarini tahlil qilish.

Tadqiqotda kundalik media panellari, anketa savollari, interfaol resurslar va shaxsga yo'naltirilgan ta'lim yondashuvlari qo'llanildi. Natijalarda media ta'lim metodlarining o'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyatini oshirishdagi samaradorligi isbotlandi.

Ushbu tadqiqot natijalari zamonaviy ta'limda raqamli texnologiyalarni qo'llashning pedagogik ahamiyatini ko'rsatadi va o'quv jarayonida kreativlikni rag'batlantirish uchun qo'llaniladigan innovatsion usullarni taklif etadi.

Adabiyotlarni tahlil va metodologiya

Adabiyotlarni tahlil qilish

Kreativ fikrlash va media ta'lim metodlari bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlar va ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bu sohalar zamonaviy pedagogikada keng qamrovli va dolzarb mavzular hisoblanadi. Quyida tadqiqotda foydalanilgan asosiy adabiyotlar va ularning tadqiqotga qo'shgan hissasi qisqacha ko'rib chiqilgan:

1. Kreativ fikrlashning pedagogik asoslari:

- J. Guilford, P. Torrance kabi tadqiqotchilar kreativ fikrlashning psixologik va pedagogik jihatlarini o'rganib, uning rivojlanishi uchun zarur shart-sharoitlarni belgilab berishgan. Ularning tadqiqotlari kreativlikni rag'batlantiruvchi ta'lim metodlarini ishlab chiqishga asos bo'ldi.

- Vygotskiyning "Ijodiy fikrlash va ta'lim" asarida ijodiy qobiliyatlar va ularni rivojlantirishning metodik jihatlarini yoritilgan.

2. Media ta'lim va raqamli texnologiyalar:

- UNESCOning "Media va axborot savodxonligi" bo'yicha hisobotlari media ta'limning zamonaviy ta'limdagi ahamiyatini ta'kidlaydi.

- Jenkins, H. (2006) "Convergence Culture" asarida media ta'limning kreativ fikrlashni rivojlantirishdagi roli haqida gap boradi.

3. Raqamli ta'lim resurslari va ularning samaradorligi:

- Bates, A.W. (2015) "Teaching in a Digital Age" asarida raqamli ta'lim resurslaridan foydalanishning pedagogik jihatlarini va ularning o'quvchilarning bilim darajasiga ta'siri tahlil qilingan.

- Siemens, G. (2014) "Connectivism" nazariyasi orqali raqamli ta'limda o'quvchilarning faolligini oshirishning ahamiyati ko'rsatilgan.

4. Interfaol metodlar va virtual reallik texnologiyalari:

- Dede, C. (2009) virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalarining ta'limda qo'llanilishi haqida tadqiqotlar olib bordi.

- Gee, J.P. (2007) "What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy" asarida o'yinlashtirish (gamification) va interfaol metodlarning ta'limdagi roli yoritilgan.

Metodologiya

Tadqiqotda quyidagi metodologik yondashuvlar qo'llanildi:

1. Tadqiqotning maqsadi va vazifalari:

- Maqsad: Media ta'lim metodlari orqali o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatish mexanizmlarini o'rganish va ularning samaradorligini baholash.

- Vazifalar:

- Media ta'lim resurslarining turlari va ularning kreativ fikrlashni rivojlantirishdagi rolini aniqlash.

- Raqamli ta'lim resurslarini ta'lim jarayoniga tadbiq etishning metodik jihatlarini ishlab chiqish.

- Pedagogik tajriba-sinov ishlarini tashkil etish va natijalarini tahlil qilish.

2. Tadqiqot usullari:

- Nazariy tahlil: Kreativ fikrlash, media ta'lim va raqamli ta'lim bo'yicha ilmiy adabiyotlarni o'rganish va tahlil qilish.
- Pedagogik tajriba-sinov ishlari: O'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyatini oshirish uchun media ta'lim metodlarini qo'llash va natijalarni kuzatish.
- Sotsiologik so'rovlar: O'quvchilar va o'qituvchilarning media ta'lim metodlariga munosabatini o'rganish uchun anketa va suhbatlar o'tkazish.
- Statistik tahlil: Tajriba-sinov ishlari natijalarini statistik usullar yordamida baholash.

3. Tadqiqot bosqichlari:

- Birinchi bosqich: Nazariy asoslarni o'rganish va media ta'lim resurslarini ishlab chiqish.
- Ikkinchi bosqich: Pedagogik tajriba-sinov ishlarini tashkil etish (tajriba va nazorat guruhlarini shakllantirish).
- Uchinchi bosqich: Media ta'lim metodlarini qo'llash va natijalarni kuzatish.
- To'rtinchi bosqich: Natijalarni tahlil qilish va xulosalar chiqarish.

4. Tadqiqotda qo'llanilgan vositalar:

- Multimedia resurslari: Videodarslar, interfaol dasturlar, virtual laboratoriyalar.
- Interfaol vositalar: Aqlli taxta, virtual reallik (VR) va kengaytirilgan reallik (AR) texnologiyalari.
- So'rovnomalar va anketa savollari: O'quvchilarning kreativ fikrlash darajasini baholash uchun maxsus savollar ishlab chiqildi.

5. Statistik tahlil usullari:

- Tajriba va nazorat guruhlarini natijalarini solishtirish.
- Kreativ fikrlash darajasining o'zgarishini baholash uchun t-testi va boshqa statistik usullar qo'llanildi.

Xulosa. Tadqiqotda media ta'lim metodlari orqali o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatish mexanizmlari o'rganildi. Nazariy adabiyotlar tahlili va pedagogik tajriba-sinov ishlari natijalari shuni ko'rsatdiki, raqamli ta'lim resurslari, interfaol metodlar va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar kreativ fikrlashni rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega. Tadqiqot natijalari zamonaviy ta'limda innovatsion texnologiyalarni qo'llashning ahamiyatini tasdiqladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari va ularning tahlili shuni ko'rsatadiki, media ta'lim metodlari orqali o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatish mexanizmlari samarali va natijali bo'ldi. Quyida tadqiqot natijalari va ularning pedagogik amaliyotdagi ahamiyati muhokama qilinadi:

1. Media ta'lim resurslarining kreativ fikrlashga ta'siri

Tadqiqot davomida multimedia resurslari, interfaol dasturlar, virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalari (VR, AR, MR) kabi zamonaviy vositalardan

foydalanildi. Bu resurslar o'quvchilarning bilim olish jarayonida faolligini oshirish, ularning qiziqishlarini rag'batlantirish va kreativ fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynadi.

- Multimedia resurslari (videodarslar, animatsiyalar, interfaol dasturlar) o'quvchilarga mavzuni yanada chuqurroq va qiziqarli tarzda o'zlashtirish imkoniyatini berdi.

- Virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalari o'quvchilarni real hayotiy vaziyatlarda muammolarni hal qilishga undadi, bu esa ularning kreativlik va innovatsion yondashuvlarini rivojlantirdi.

2. Interfaol metodlarning o'quv jarayonidagi roli

Interfaol metodlar (masalan, aqlli taxta, geymifikatsiya, virtual laboratoriyalar) o'quvchilarning faolligini oshirish va ularni bilim olish jarayonida faol ishtirok etishiga yordam berdi.

- Geymifikatsiya (o'yinlashtirish) orqali o'quvchilar mavzuni o'rganishda qiziqish va motivatsiya ko'rsatdilar.

- Virtual laboratoriyalar o'quvchilarga tajriba o'tkazish va natijalarni mustaqil tahlil qilish imkoniyatini berdi, bu esa ularning tanqidiy va kreativ fikrlash qobiliyatlarini oshirdi.

3. Shaxsga yo'naltirilgan ta'limning ahamiyati

Tadqiqotda shaxsga yo'naltirilgan ta'lim yondashuvlari qo'llanildi, bu esa har bir o'quvchining individual ehtiyojlarini hisobga olib, ularga moslashtirilgan ta'lim resurslari va vazifalarni taklif qilish imkoniyatini berdi.

- Sun'iy intellekt (AI) asosidagi resurslar** o'quvchilarning bilim darajasi va o'rganish uslublariga moslashtirilgan vazifalarni taklif qildi, bu esa ularning kreativ fikrlash qobiliyatini yanada rivojlantirdi.

- Individual yondashuv o'quvchilarning o'zlashtirish darajasini oshirishga yordam berdi.

4. Pedagogik tajriba-sinov ishlari natijalari

Tajriba guruhida media ta'lim metodlari qo'llanilgan o'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyati nazorat guruhiga nisbatan sezilarli darajada oshganligi aniqlandi.

- Statistik tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, tajriba guruhidagi o'quvchilarning kreativ fikrlash darajasi o'rtacha 25-30% ga yuqori bo'ldi.

- Anketa va suhbatlar orqali o'quvchilarning media ta'lim metodlariga ijobiy munosabatda ekanligi va ularni qiziqarli deb bilishlari aniqlangan.

5. Tadqiqotning pedagogik amaliyotdagi ahamiyati

Tadqiqot natijalari zamonaviy ta'limda media ta'lim metodlarini qo'llashning quyidagi afzalliklarini ko'rsatdi:

- O'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyatini oshirish.

- Bilim olish jarayonini qiziqarli va samarali qilish.

- O'quvchilarning faolligini oshirish va ularni mustaqil fikrlashga undash.

- Shaxsga yo'naltirilgan ta'limni ta'minlash.

6. Cheklovlar va takliflar

Tadqiqot davomida quyidagi cheklovlar aniqlangan:

- Texnik imkoniyatlarning cheklanganligi: Ayrim o'quv markazlarida virtual reallik va kengaytirilgan reallik texnologiyalaridan foydalanish uchun zarur texnika yetarli emas.

- O'qituvchilarning malakasi: Media ta'lim metodlarini qo'llash uchun o'qituvchilarning zamonaviy texnologiyalarga moslashishi va ularni samarali qo'llash qobiliyati talab etiladi.

Takliflar:

- Texnik bazani yaxshilash: O'quv muassasalarini zamonaviy texnologiyalar bilan ta'minlash.

- O'qituvchilarni qayta tayyorlash: Media ta'lim metodlarini qo'llash bo'yicha o'qituvchilar uchun malaka oshirish kurslari tashkil etish.

- Raqamli ta'lim resurslarini ko'paytirish: O'quvchilarning kreativ fikrlashini rivojlantirish uchun qo'shimcha multimedia va interfaol resurslar ishlab chiqish.

Xulosa. Tadqiqot natijalari media ta'lim metodlarining o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatishdagi samaradorligini tasdiqladi. Raqamli ta'lim resurslari, interfaol metodlar va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar zamonaviy ta'limda kreativlikni rag'batlantirishning muhim vositalari hisoblanadi. Tadqiqot natijalari pedagogik amaliyotda media ta'lim metodlarini keng qo'llash uchun asos bo'la oladi.

Ushbu tadqiqot media ta'lim metodlari orqali o'quvchilarni kreativ fikrlashga o'rgatish mexanizmlarini o'rganishga bag'ishlandi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy raqamli ta'lim resurslari, interfaol metodlar va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar o'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyatini rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega.

Asosiy xulosalar:

1. Media ta'lim resurslari (multimedia, virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalari, interfaol dasturlar) o'quvchilarning bilim olish jarayonida faolligini oshirish va ularning qiziqishlarini rag'batlantirishda muhim rol o'ynaydi.

2. Interfaol metodlar (geymifikatsiya, virtual laboratoriyalar, aqlli taxta) o'quvchilarning kreativ fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi.

3. Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim yondashuvlari har bir o'quvchining individual ehtiyojlarini hisobga olib, ularga moslashtirilgan ta'lim resurslari va vazifalarni taklif qilish imkoniyatini beradi.

4. Pedagogik tajriba-sinov ishlari natijalari shuni ko'rsatdiki, media ta'lim metodlari qo'llanilgan o'quvchilarning kreativ fikrlash darajasi sezilarli darajada oshgan.

5. Tadqiqotning pedagogik amaliyotdagi ahamiyati: Media ta'lim metodlari zamonaviy ta'limda kreativlikni rag'batlantirish, o'quvchilarning faolligini oshirish va

bilim olish jarayonini qiziqarli qilish uchun muhim vosita hisoblanadi.

Takliflar:

- Texnik bazani yaxshilash: O'quv muassasalarini zamonaviy raqamli texnologiyalar (VR, AR, interfaol dasturlar) bilan ta'minlash.
- O'qituvchilarni qayta tayyorlash: Media ta'lim metodlarini qo'llash bo'yicha o'qituvchilar uchun malaka oshirish kurslari tashkil etish.
- Raqamli ta'lim resurslarini ko'paytirish: O'quvchilarning kreativ fikrlashini rivojlantirish uchun qo'shimcha multimedia va interfaol resurslar ishlab chiqish.
- Tadqiqotlarni kengaytirish: Media ta'lim metodlarining boshqa fanlar va turli yosh guruhlar uchun samaradorligini o'rganish.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, media ta'lim metodlari zamonaviy ta'limda kreativlikni rag'batlantirish va o'quvchilarning shaxsiy rivojlantirishini ta'minlashning muhim vositasidir. Ushbu yondashuvlarni keng qo'llash orqali ta'lim jarayonini yanada samarali va qiziqarli qilish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Guilford, J. P. (1967). The Nature of Human Intelligence. New York: McGraw-Hill.
 - Kreativ fikrlashning psixologik asoslari va uning rivojlanishi haqida asosiy nazariyalar.
2. Torrance, E. P. (1974). Torrance Tests of Creative Thinking*. Scholastic Testing Service.
 - Kreativ fikrlashni baholash usullari va testlar.
3. Vygotsky, L. S. (1930). Imagination and Creativity in Childhood. Journal of Russian and East European Psychology.
 - Ijodiy fikrlash va ta'lim o'rtasidagi munosabatlar.
4. UNESCO (2011). Media and Information Literacy Curriculum for Teachers.
 - Media savodxonligi va uning ta'limdagi ahamiyati.
5. Jenkins, H. (2006). Convergence Culture: Where Old and New Media Collide. NYU Press.
 - Media ta'limning kreativ fikrlashni rivojlantirishdagi roli.
6. Bates, A. W. (2015). *Teaching in a Digital Age: Guidelines for Designing Teaching and Learning*.
 - Raqamli ta'lim resurslaridan foydalanishning pedagogik jihatlari.
7. Siemens, G (2014). Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age*. International Journal of Instructional Technology and Distance Learning.
 - Raqamli ta'limda o'quvchilarning faolligini oshirish nazariyasi.
8. Dede, C. (2009). Immersive Interfaces for Engagement and Learning. Science.
 - Virtual va kengaytirilgan reallik texnologiyalarining ta'limda qo'llanilishi.
9. Gee, J. P. (2007). What Video Games Have to Teach Us About Learning and

Literacy. Palgrave Macmillan.

- O'yinlashtirish (gamification) va interfaol metodlarning ta'limdagi roli.
- 10. Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants*. On the Horizon.
- Zamonaviy o'quvchilarning raqamli texnologiyalarga moslashuvi.
- 11. Anderson, T. (2008). The Theory and Practice of Online Learning. Athabasca University Press.
- Onlayn ta'limning nazariy va amaliy jihatlari.
- 12. Bloom, B. S. (1956). Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals.
- Ta'lim maqsadlarini tasniflash va kreativ fikrlashni rivojlantirish.
- 13. Papert, S. (1980). Mindstorms: Children, Computers, and Powerful Ideas. Basic Books.
- Kompyuter texnologiyalari orqali o'quvchilarning kreativ fikrlashini rivojlantirish.
- 14. Resnick, M. (2017). Lifelong Kindergarten: Cultivating Creativity through Projects, Passion, Peers, and Play. MIT Press.
- Loyihalar va o'yinlar orqali kreativlikni rivojlantirish.
- 15. OECD (2019). OECD Future of Education and Skills 2030.
- Zamonaviy ta'limning kelajagi va kreativ fikrlashning ahamiyati.
- 16. P21 Framework for 21st Century Learning. (2007). Partnership for 21st Century Skills.
- 21-asr ko'nikmalari va kreativ fikrlashning ta'limdagi o'rni.
- 17. ISTE Standards for Students. (2016). International Society for Technology in Education.
- Raqamli texnologiyalardan foydalanish standartlari.
- 18. Fullan, M. (2013). Stratosphere: Integrating Technology, Pedagogy, and Change Knowledge. Pearson.
- Ta'limda texnologiya va pedagogikaning integratsiyasi.
- 19. Hattie, J. (2009). Visible Learning: A Synthesis of Over 800 Meta-Analyses Relating to Achievement. Routledge.
- Ta'limda samaradorlikni oshirish bo'yicha tadqiqotlar.
- 20. Salmon, G. (2013). E-tivities: The Key to Active Online Learning. Routledge.

OILA PSIXODIAGNOSTIKASI: MUAMMO VA YECHIMLARI

*A.I.Rasulov,
O'zbekiston Milliy Universiteti professori,
psixologiya fanlari doktori.*

O'zbekistonda oila muammosiga doir psixologik tadqiqotlar ko'lamini yil sayin o'sib bormoqda. Bu bir jihatdan oila psixologiyasining rivojlanishidan dalolat bersa-da,

ammo tadqiqotlarning samaradorligi darajasini ta'minlash uchun esa ilmiy ahamiyatga ega bo'lgan va mahalliy sharoitda qo'llash mumkin bo'lgan psixodiagnostika metodikalaridan foydalanish zarurati ortib bormoqda. Psixologik tadqiqotlarda qo'llanilayotgan metodikalar orasida esa ko'proq xorijiy etno-madaniy muhit yaratilgan metodikalarni moslashtirish asosida foydalanish kuzatiladi. Agar oila muammolar psixodiagnostikasiga doir metodikalarning qo'llanish holatiga e'tibor qaratiladigan bo'lsa qator dissertatsion tadqiqotlarda quyidagi tadqiqo metodikalarini qo'llanilishi guvohi bo'linadi. Shu sababli oxirgi yillarda himoya qilingan dissertatsiyalarda qo'llanilgan oila psixodiagnostikasiga aloqador metodikalarning qo'llanish holatiga e'tibor qaratildi (O'zbekiston Milliy universitetdagi ilmiy kengashda himoya qilingan dissertatsiyalar tahliliga ko'ra): "Nikohga da'vosi va rollar kutilmasi"ni o'rganish metodikasi (A.N. Volkova, T.M. Trapeznikova), "Er-xotinlarning nizoli vaziyatlardagi o'zaro ta'sir xususiyatlari" metodikasi (Yu.E. Aleshina, L.Ya. Gozman), Y.E. Aleshina, L.Ya. Gozman, E.M. Dubovskayalar tomonidan ishlab chiqilgan «Oilada rollar taqsimoti» nomli savolnoma, Oilaviy munosabatlarning egiluvchanligi va uyushganligini diagnostika qilish" (FACES III) metodikasi; (Eydemiller, I. Dobryakov, I. Nikolskaya), "Kattalarning o'smirlik yoshidagi farzandlarini yosh xususiyatlarini bilishlari" testi (J. Piaje, I. Kon), "Qadriyatlar orientatsiyasi" metodikasini qayta ishlangan varianti (M. Rokich), "Juftliklar ustanovkasi" so'rovnomasi, "Oilada rollar taqsimoti" (Yu.E. Alyoshina, L.Ya. Gozmana, Ye.M. Dubovskoy), "Oilaviy muhitni o'rganish shkalasi" (S. Yu. Kupriyanovym), V.V. Stolin, G.P. Butenko, T.L. Romanovning "Nikohdan qoniqqanlik so'rovnomasi"; E.G. Eydemiller, I.V. Yustiskislarning "Oilaviy ahvol tipologiyasini diagnostika qilish" metodikasi; S. Ayzenkning PEN so'rovnomasi, ijtimoiy-psixologik, etnografik so'rovnoma (IPES); bilvosita so'rov – yozma so'rov – mazkur tadqiqot uchun maxsus ishlab chiqilgan yarim ochiq ijtimoiy-psixologik so'rovnoma (IPS); «Madaniyat – qadriyatlar yo'nalganligini aniqlash» testi (Dj. Tausend testi, L.G. Pochebut varianti) [1,2,3,4,5,6].

O'z navbatida o'zbek olimlari tomonidan ham bir qator metodikalar shakllantirilgan bo'lib, ular asosan tadqiqot muammolarining xususiyatlariga muvofiq ishlab chiqilgan ijtimoiy-psixologik so'rovnomalar mavjuddir: "Nikohga ma'naviy tayyorgarlik" metodikasi (G'.B. Shoumarov), "Oilaviy hayotga ma'naviy tayyorlik" testi G'. Shoumarov, N. Sog'inov), Ijtimoiy-psixologik so'rovnoma (G'.B. Shoumarov, F.R. Ro'ziqulov), Noto'liq oiladagi onalarning ijtimoiy tasavvurlari va ijtimoiy munosabatlarini o'rganish so'rovnomasi (IPS, V.M. Karimova, G. Yadgarova), Ijtimoiy-psixologik so'rovnoma (A. Jabborov, M. Fayzieva), Ijtimoiy-psixologik so'rovnoma (N.A. Sog'inov, M. Salaeva) [1,2,3,4,5,6]. Ushbu ijtimoiy-psixologik so'rovnomalar oilaviy muammolarning mahalliy xususiyatlarini aniqlash va yoritishga qaratilganligi bilan ahamiyatlidir. Biroq ularning oila psixologiyasiga bag'ishlangan keyingi muammolarni o'rganishdagi imkoniyatlari cheklanganligi xosroqdir. Shu sababli ayrim

so'rovnomalar faqat tadqiq etilayotgan muammoni o'rganish bilan cheklanib qolgan. Bu esa mahalliy olimlar tomonidan ishlab chiqilayotgan metodikalarning ahamiyatini pasayishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu sababli mamlakatimizdagi oila psixodiagnostikasining rivojlanganlik holati, undagi muammolar va yechimlar yuzasidan qisqacha ilmiy tezlarni ilgari surish mumkin. Ushbu tezislarni ma'lum kasbiy faoliyatga aloqador ilmiy tadqiqotlar va ularning natijalariga tayaniladi. Ammo oila psixodiagnostikasini rivojlantirish bo'yicha aniq tadqiqotlar ko'lami mahalliy tadqiqotlarda ko'p uchramaydi. Biz tomonimizdan taqdim etilayotgan tezis oila psixodiagnostikasini rivojlantirish uchun xizmat qiladigan ilmiy taklif vazifasini o'taydi. Кузатишларга кўра оила психологиясида қўлланилаётган психодиагностика методикаларни икки тоифасига дуч келинади. Биринчиси, оила психологияси муаммолари ўрганишга мўлжалланган асосий методикалар. Иккинчиси эса оила муаммоларини ўрганишга ёрдам берувчи ёрдамчи методикалардир. Улар оиладаги муаммоларнинг хусусиятига кўра тадқиқот методикалари сифатида фойдаланилади. Бугунги кунда Республикадаги оила тадқиқотларига бағишланган методикаларнинг кўп қисми хорижий психологияга тегишли эканлиги юқорида таъкидланди. Агар қисқача таҳлилий ма'lumotlar orqali O'zbekistondagi оила психологиясидаги диагностикада фойдаланилаётган методикаларнинг holati yuzasidan quyidagi xulosalarga kelish mumkin:

- tadqiqotlarda barqaror qo'llash mumkin bo'lgan metodikalar boshqa etno-madaniy muhitlarda yaratilgan;
- moslashtirilgan metodikalarning ulushi ko'proq;
- ayrim metodikalarni tadqiqotlarda foydalanishda psixometrika talablariga e'tibor qaratilayotganligi haqida ilmiy tasdiqlovchi ma'lumotlar aks etmayapdi;
- ayrim so'rovnomalar umumiy nomlash bilan cheklanib, ya'ni ijtimoiy-psixologi so'rovnomalar tarzda ifodalanmoqda. Mualliflar bunday yondashuvchan chetlanib, so'rovnomaning aniq o'rganish kerak bo'lgan psixologik muammoga yo'naltirishlari muhimdir.

Oila psixodiagnostikasiga aloqador metodikalarni mahalliy tadqiqotlarda qo'llash imkoniyatlari kuchaytirishda quyidagilarni inobatga olish maqsadli deb hisoblaymiz:

- оила муаммоларга бағ'ishlangan психодиагностика методикаларини о'zbek etno-madaniy muhitda qo'llanilishi uchun psixometrik talablarga muvofiqligini ko'rib chiqish;
- mahalliy olimlar tomonidan ilmiy xarakterga ega bo'lgan оила психодиагностикаси методикаларини shakllantirish va tatbiq etishni yo'lga qo'yish;
- оила психодиагностикаси методикаларини psixologik xizmat masalalarida tatbiqini to'g'ri va maqsadli foydalanishni yo'lga qo'yishga erishish lozim;

- oila psixodiagnostikasi uchun shakllantirilayotgan metodikalarning talablar darjasida bo'lishi uchun mualliflarning shaxsiy va kasbiy mas'uliyatini oshirishga erishish;
- oila psixologiyasi doirasida qo'llanilayotgan metodikalar va ularning ko'rsatkichlarini falsifikatsiyasiga yo'l qo'ymaslik;
- oila psixologiyasida qo'llaniladiga metodikalarning tizimlashtirish va ular asosida "Oila psixodiagnostikasi" qo'llanmasini shakllantirish;
- oila psixodiagnostikasini ahamiyatini oshirish maqsadida mutaxassislar tayyorlash jarayonida ushbu yo'nalishdagi mashg'ulot mavzularini ko'paytirish;
- oila psixodiagnostikasiga doir metodikalarning davriy tahlilini amalga oshirish zarur.

Yuqoridagi mulohazalar oila psixologiyasida psixodiagnostikani muammolari va yechimlarining umumiy holatini tavsiflaydi. Biroq oila psixodiagnostikasini rivojlantirish esa to'laqonli, izchil va ilmiy ahamiyatga ega bo'lgan tadqiqotlar olib borishga zarurat tug'diradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Зиявитдинова Г.З. Оилавий ҳаётга тайёрликнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари: Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (ПхД) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2021.-49 б.
2. Нуралиева Д.М.Оилага психологик хизмат кўрсатишнинг ижтимоий психологик механизмларини ривожлантириш муаммолари: Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (ПхД) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2020.-52 б.
3. Разакова Р.С. Қизлар оилавий ҳаётга адаптациясининг ижтимоий-психологик хусусиятлари: Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (ПхД) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2021.-49 б.
4. Расулова З.А. Ўзбекларда оила-никоҳ анъаналарининг ижтимоий ва этник психологияси:Психология фанлари доктори (ДСс) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2018.-70 б.
5. Шамсиев Ў.Б. Оилавий ҳолдинг – бола ижтимоийлашувининг психологик механизми: Психология фанлари доктори (ДСс) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2019.-57 б.
6. Юнусова Г.С. Тўлиқ ва нотўлиқ оилалардаги она шахсининг фарзанд ижтимоий тасаввурларига таъсири:Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (ПхД) диссертацияси автореферати.-Тошкент., ЎзМУ.2018.-51 б.

IJTIMOIIY INTELLEKT VA UNING ESHITISHDA NUQSONI BO'LGAN SHAXSLAR HAYOTIDAGI AHAMIYATI

Ravshanova Xanifa Akmaljon qizi

*ToshDavTU, Ijtimoiy fanlar, pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Shaxs faoliyatida "ijtimoiy intellekt"ning ahamiyati katta hisoblanadi. Har bir shaxs ijtimoiy munosabatlarga moslashuvchan, boshqalarning kechinmalarini his eta oladigan, ularga o'z ta'sirini o'tkazuvchi, munosabatlarga kirishimli, o'z xatti-harakatlarini boshqalarga moslashtira oladigan bo'lishini ham taqozo etishi masalasi ko'ndalang bo'lib qoldi. "Ijtimoiy intellekt" tushunchasini birinchi marta 1920-yilda E.Torndayk psixologiya fanida qo'llagan. U bu tushuncha yordamida shaxslararo munosabatlarni oldindan ko'ra bilishlikni tasvirleydi va uni insonlar o'rtasidagi munosabatlarga davr nuqtai-nazari bilan yondashishni qiyosleydi.

E.Torndaykning ta'kidlashiga ko'ra, intellektning quyidagi turlari mavjud: abstrakt intellekt - bu abstrakt, verbal - matematik belgilarni tushunish va ularning yordami bilan turli aqliy harakatlarni amalga oshirish qobiliyatidir, ijtimoiy intellekt-odamlarni tushunish hamda ular bilan munosabatlarga kirishish qobiliyatidir.

1937-yili G.Ollport ijtimoiy intellektni odamlarni to'g'ri baholay bilish, ularning xulqini to'g'ri bashorat qilish va shundan kelib chiqqan xolda ular bilan munosabatga kirishish qobiliyati deb tavsifleydi. U boshqa odamlarni yaxshi tushunishni ta'minlovchi bir qator sifatlarni ajratib ko'rsatgan: bu sifatlار tarkibiga ijtimoiy intellekt aloxida qobiliyat sifatida kiritilgan.

1960-yillarda ijtimoiy bilish va kommunikativ kompetentlikka oid ishlar paydo bo'la boshladi. Shu yillarda umumiy persepsiya muammosiga odamlarning bir-birlarini tushunishlariga katta etibor qaratilgan va xosil bo'lgan ijtimoiy intellektning tabiati va tarkibi to'g'risidagi konseptual tasavvurlar asosida uni organishning metodik apparatini yaratishga uringanlar.

Ijtimoiy intellektni o'lchashga mo'ljallangan birinchi ishonchli testni yaratgan Dj.Gilford uni umumiy intellekt omilidan mustasno bo'lgan va eng avvalo xulq-atvorga oid bo'lgan axborotlarni tushunishiga qaratilgan intellektual qobiliyatlar tizimi sifatida o'rgangan. J.Gilford tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy intellekt tushunchasi diqqat e'tiboriga loyiqdir. U birinchi bo'lib umumiy intellekt omiliga bog'liq bo'lmagan intellektual qobiliyatlar tizimi sifatida ko'rib chiqadigan ijtimoiy intellektni o'lchash uchun ishonchli sinovni ishlab chiqdi. J.Gilford tuzilishining umumiy modelidan kelib chiqqan ijtimoiy intellektni o'lchash imkoniyatidir. Ijtimoiy intellekt, umumiy intellectual qobiliyatlar singari, uchta o'zgaruvchiga ega bo'lgan sohada tavsiflanishi mumkin: tarkib, operatsiyalar, natijalar. J. Gilford bitta operatsiyani – bilimni ajratib ko'rsatdi va tadqiqotlarini xulq-atvorni anglashga qaratdi. Ushbu qobiliyat oltita omilni

o'z ichiga oladi:

1. Xatti-harakatlarning elementlarini anglash - xatti-harakatlarning og'zaki va og'zaki bo'lmagan ifodasini kontekstdan ajratish qobiliyati (Geshtalt psixologiyasida «fonni» tanlashga yaqin qobiliyat).

2. Xulq-atvor sinflarini anglash - xatti-harakatlar to'g'risidagi ekspressiv yoki situatsion ma'lumotlar oqimida umumiy xususiyatlarni bilish qobiliyati.

3. Xulq-atvor munosabatlarini anglash - xulq-atvor to'g'risidagi ma'lumotlar elementlari o'rtasida mavjud bo'lgan munosabatlarni tushunish qobiliyati.

4. Xulq-atvor tizimlarini anglash - insonning o'zaro ta'sirining integral holatlari rivojlanishining mantig'ini, ushbu vaziyatlarda ularning xatti-harakatlarining ma'nosini tushunish qobiliyati.

5. Xulq-atvor o'zgarishlarini anglash - turli xil vaziyatlarda o'xshash xatti-harakatlar (og'zaki yoki og'zaki bo'lmagan) ma'nolaridagi o'zgarishlarni tushunish qobiliyati.

6. Xulq natijalarini bilish - mavjud ma'lumotlarga asoslanib xatti-harakatlarning oqibatlarini oldindan bilish qobiliyatidir.

Insonning moslashuv resurslariga eng katta zarba beradigan muhim inqiroz davrlaridan biri maktabni tugatish bosqichi va yangi o'quv yurtlariga qadam bosish davridir. Avvalo, eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarga nutqiy qiyinchiliklar xos bo'lib, ular shaxs shakllanishiga, bilish sohasining rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Nutqning yetarli darajada rivojlanmaganligi atrofdagilar bilan muloqotni cheklaydi, natijada shaxs rivojlanishining sekinlashgan turi shakllanadi. Bu esa bilim va qiziqishlarning tor doirasi, jamiyat hayotining turli sohalari haqidagi tasavvurlarning yetarlicha bo'lmasligi bilan namoyon bo'ladi. Nutqqa yuqori darajada ega bo'lish esa eshitishda nuqsoni bo'lgan o'spirinlarning atrofdagilarning turli baholarini qabul qilish qobiliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ammo, o'spirinlarning o'zlari ko'pincha shaxsiy xususiyatlarini tahlil qilishdan qochib, tashqi baholarga suyanishga moyil bo'lishadi. Ushbu toifadagi bolalar va o'spirinlarda eshitishda nuqsoni bo'lmagan tengdoshlariga nisbatan o'z-o'zini baholash xususiyatida sifat jihatidan farqlar aniqlangan.

Nutq rivojlanishi past bo'lgan va ovozlarni qabul qilish qobiliyati yuqori bo'lmagan o'spirinlarda o'zini ifodalash vaziyatida tashvish kuchayadi. Shu bilan birga, aqliy rivojlanish darajasining pastligi eshitish nuqsoni bilan qo'shilganda tashvishning kamayishiga olib kelishi mumkin.

Zaif eshituvchi odamlar me'yorida eshituvchi odamlar bilan munosabatlarda o'z-o'zini himoya qilishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Eshitishda muammosi borligini boshqalarga aytib berishdan ko'ra, boshqalarga buni bildirmasliklari, ya'ni me'yorida deb o'ylashlariga imkon berish ma'qulroqdir.

Keyinchalik hayotda eshitish qobiliyatini yo'qotgan odamlar ilgaridan zaif eshituvchi odamlarga qaraganda ko'proq ijtimoiy yolg'izlik hissi va depressiyaga ega hamda bu o'z-o'zini himoya qilishning etishmasligiga sabab bo'lishi mumkin.

Eshitish qobiliyati past bo‘lgan bolalar eshitish qobiliyati yo‘qolgan bolalarga qaraganda ijtimoiy vaziyatlarni va tilni tushunish uchun vizual signallarga ko‘proq ishonishlari o‘rganilgan. Eshitish qobiliyati zaif o‘spirinlarning intellektini rivojlanishi nutqning tartibga solish funktsiyalarining rivojlanish sur‘ati va o‘ziga xosligi bilan bog‘liq bo‘lib, u nutq paytida verbal va noverbal vazifalarni hal qilish jarayonining turli ko‘rsatkichlari o‘smirlik yoshidan o‘spirinlik davriga o‘tish dinamikasida namoyon bo‘ladi. O‘spirinlik davrida, eshitish qobiliyati buzilgan bolalarda intellektual sohaning verbal tarkibiy qismlarining tizimli rivojlanishi va noverbal rivojlanish tezligi pasayadi. Aksincha, eshitish qobiliyati zaif bolalar intellektning verbal tuzilmalarining iivojlanish tezligi pasayishi va noverbal jarayonlar esa biroz o'sishi bilan tavsiflanadi.

Eshitishda nuqsoni bo‘lgan bolalarning intellekt va nutq funksiyalarining rivojlanishini o‘qitish metodikasi bo‘yicha baholash natijalarini Veksler testi bo‘yicha intellektni baholash bilan solishtirganda, eshitish qobiliyati zaif bolalarning intellektual rivojlanishiga bo‘g‘liqligi aniqlandi.

Aqliy harakatlarni shakllantirishga qaratilgan tuzatish var iivojlantiruvchi sinflarning ishlab chiqilgan va sinovdan o'tkazilgan eksperimental seriyasi eshitish qobiliyati zaif bolalarning boshlang'ich maktab yoshidagi intellektual rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Zaif eshituvchi o‘spirinlarda ijtimoiy intellektning umumiy darajasiga, ham ijtimoiy intellektning tarkibiy qismiga ta'sir qiladi. Eshitishda nuqsoni bo‘lgan o‘quvchilar orasida ijtimoiy intellekt ko‘rsatkichiga ko‘ra ham intellektual darajasi yuqori, ham intellekt darajasi past shaxslar bor.

Eshitishda nuqsoni bo‘lgan o‘quchilarga moslashuv jarayonlarini ijtimoiy-psixologik treninglar shaklida qo‘llab-quvvatlash uchun maqsadli uzoq muddatli tizimli ishlar zarur.

Zaif eshituvchi o‘spirinlarning verbal ekspressiyani tushunish qobiliyatiga moyilliklari - ularning tushunchalarni muhim belgilariga ko‘ra farqlash, ya'ni mantiqiy xulosalash qobiliyatlari me'yorda rivojlangan. Ularni tahlil etishga layoqati tushunchalarning muhim belgilariga ko‘ra farqlash, yani mantiqiy xulosalash qobiliyatlarida sustlashuv kuzatildi.

Umuman olganda, ijtimoiy intellekt insonning hayotiy voqelikni tushunish, jamiyatda o‘z o‘rnini topish hamda muloqot jarayonida muvaffaqiyatga erishishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lgan qobiliyatlar majmuasi sifatida talqin qilinadi. Shu sababli, ushbu konsepsiyani chuqur o‘rganish va uni rivojlantirish bo‘yicha olib borilayotgan tadqiqotlar hozirgi kunda dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Eshitish qobiliyatini yo‘qotgan odamlar ijtimoiy ma'lumotlarni qayta ishlash emas, balki umumiy ma'lumotlarni qayta ishlashda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Ma'lumki sotsial intellekt shaxsni boshqalarni his - tuyg'ularini, fikrlarini tushunish qobiliyati sifatida qaralayotgan bo'lsa, bu jarayonda eshitishda muammo bo'lgan shaxslarda ma'lum qiyinchiliklarni tug'diradi. Chunki bunday o'spirinlar

shaxslararo audial signallarni to'liq qabul qilish va tushunish anchagina qiyin kechadi.

Eshitish qobiliyati moslashuvchan (adaptiv) bo'lmashligi mumkin (agar eshitish vositalaridan foydalanishni audiologik moslashuv deb hisoblanmasa), lekin ijtimoiy ko'nikmalar moslashuvchandir. Muloqotda eshitish signallari bo'lmasa, og'zaki bo'lmagan belgilar (ya'ni yuz ifodalari, ijtimoiy o'zaro ta'sirlarni kuzatish natijasida sezgir xatti-harakatlarni o'rganish, shu jumladan, voqealar ketma-ketligini o'rganish, xulq-atvorni bashorat qilish va natijalarni o'rganish orqali uzoq muddatli eshitish qobiliyatini yo'qotish bilan kasallangan odamda sotsial intellekt rivojlanishi mumkin. Ularda ushbu og'zaki bo'lmagan belgilarni o'zlashtirish oddiy eshitish qobiliyatiga ega bo'lgan odamlarga qaraganda yuqori bo'ladi. Ijtimoiy intellektni yanada rivojlantirish eshitishda nuqsoni bo'lga shaxslar jamatda o'z o'rnilarini tezda topishlari yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Avlaev O. U. Gender differences of social intelligence in student development. Scientific journal "Psychology". ". 2021. N° Pages 1, 34-41.
2. Avlaev O., Butaeva U. Psychological determinant of personality development. Scientific-methodical journal of public education. 2021. N° Pages 6, 87-92.
3. Butaeva U., Avlaev O., Abdumannotova N. Scientific and practical studies o f psychological maturity o f students./ Journal of critical reviews. JCR. 2020; 7 (12): 3063-3070 doi: 10.31838 / jcr.07.12.463
4. Burkhanov A., Avlaev O., Abdusalilova Sh. Responsibility as a criterion for determining personal maturity / E3S Web of Conferences 2021.
5. Abulxanova - Slavskaya, K. A. Sotsialnoe mishlenie lichnosti: problem i strategii issledovaniya / K. A. Abulxanova - Slavskaya // Psixol. jurnal.-1994. --N° 4. - S. 9-15.
6. Ayzenk, G. Yu. Intellekt: Novny vzglyad / G. Yu. Ayzenk // Vopros psixologii. - 1995.-N°1. - S. 111-131.
7. Andreeva, G. M. Psixologiya souialnogo poznaniya / G. M. Andreeva. - M.: Aspekt Press, 1997.-239 s.
8. Bachmanova, N. V. K voprosu o professional sposobnostyaxpsixologa / Bachmanova, N. A. Stafurina / / Sovremennue psixologo-pedagogicheskie problem vasshey shkol. - V . 5. - L., 1985.
9. Bodalev, A. A. Lichnost i obuenie / A. A. Bodalev // Izbr. trud. - M.:
10. Gilford, Dj. Struktturnaya model intellekta / Dj. Gilford / Psixologiya mishleniya.-M.,1965. - 456 s.

TADBIRKORLIK FAOLIYATI RIVOJLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

*Ravshanova Ziyoda Nuraliyevna
Jismoniy tarbiya va sport boyicha mutaxassislarni
qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti
mustaqil tadqiqotchisi*

Bugungi kunda respublikamiz iqtisodiyotida xususiy mulkdor huquqini himoya qilish va uning mavqeini yanada kuchaytirish, kichik biznes, xususiy va oilaviy tadbirkorlikni rag'batlantirish masalsiga davlat siyosati darajasida qaralmoqda.

Iqtisodiyotini erkinlashtirish, mulkdorlar sinfini shakllantirish, yerga, mulkka ealilik hissini tarkib toptirish orqali ularda iqtisodiy bilim va iqtisodiy fikr yuritishning ham erkinlashuviga erishish mumkin. Boshqacha aytganda, iqtisodiy hayotni erkinlashtirishning muvaffaqiyati har bir fuqaroning mulkka bo'lgan munosabatni tubdan o'zgartirib, tadbirkorlik kompetensiyalarini yanada kuchaytiradi.

Tadbirkorlik faoliyatida shaxsning muhim ijtimoiy-psixologik sifatlari qatoriga, ularning voqealarga bo'lgan, ya'ni katta talofat, muvaffaqiyatsizlik, xonavayron bo'lish va hokazolarga bo'lgan munosabatlari kiradi. Ayniqsa, tadbirkorlar o'z muvaffaqiyatsizliklarini qanday baholaydi, bu ularda qay tarzda kechadi va bunday holatlarda qanday harakat qilishadi – aynan shunisi katta ahamiyatga molik. Tadqiqot natijalariga ko'ra shunday xulosaga kelindiki, mag'lubiyatni boshidan kechirgan hamda muvaffaqiyatsizlikka hali duch kelmagan tadbirkorlar, real darajadagi tavakkalchilikka deyarli bir xilda baho berishadi. Faqatgina qiyinchiliklarni bosib o'tishda o'z imkoniyatlarini baholash bo'yicha ba'zi bir tafovutlar aniqlandi, lekin bu hali oxirigacha isbot etilmagan. Shu bois ham katta muvaffaqiyatsizlikning mavjudligini tadbirkor oldida turgan qiyinchiliklarni yechish imkoniyatiga ta'sir ko'rsatadi, deb bo'lmaydi. Shuningdek, iqtisodiy muvaffaqiyatsizlik sharoitlarida tadbirkorlar o'zlarini qanday tutishlari mumkinligini bilish ham o'ta muhim hisoblanadi. Ayni maqsadda tadbirkorga: «Katta muvaffaqiyatsizlik, omadsizlik sharoitida Siz qanday ish tutar edingiz?» – deb murojaat etilganda, atigi 17% tadbirkorlar tadbirkorlikni tashlab, boshqa faoliyat bilan shug'ullanishlarini bildirishdi. 51% tadbirkorlar yuqori mustaqillikni, faollikni, o'z kuchlariga 83 ishonchni namoyon etib, o'zlarini ro'yobga chiqarishlarini ta'kidlashdi. 31,4% tadbirkorlar esa muvaffaqiyatsizlik holatida ishonchli sherik qidirib topishga harakat qilishlarini bildirishdi. Tadbirkorlikning rivojlanishi bevosita tadbirkorlarning o'z faoliyati muvaffaqiyatiga bergan baholariga, ya'ni oldilarida turgan muammolarni yechishlaridagi shaxsiy imkoniyatlarga va qiyinchiliklarni bosib o'tishlariga bog'liqdir. Tadbirkorlar orasida o'tkazilgan so'rov natijalariga ko'ra, 80% tadbirkorlar o'z imkoniyatlarini yuqori baholagan bo'lsalar, 20%i o'z imkoniyatlariga aniq baho berishga ikkilanishgan. Tadqiqot natijalarining ko'rsatishicha, tadbirkorlar aksariyat qismi o'z imkoniyatlari va muvaffaqiyatlarini bir-biriga yaqin, o'xshash baholashdi. Bu

esa tadbirkorda faoliyatdagi muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi o'z imkoniyatlarini ko'ra bilish va mustaqillikning muhim o'rin tutishidan dalolat beradi. Muvaffaqiyatni yuqori baholash ijobiy holat hisoblanib, bu statistik jihatdan tadbirkorlarning ishonchlik va raqobatbardoshligini baholash bilan bog'liqdir. Shuningdek, tadbirkorlik faoliyatini amalga oshirish uchun yaxshi iqtisodiy sharoitni baholash 7 balli shkala bo'yicha o'tkazildi. Shu bilan birga, ushbu masala bo'yicha 5% darajadagi ishonchli farqlar topildi. O'zbekistonning markaziy shaharlaridan kelgan tadbirkorlar toshkentliklarga nisbatan yaxshiroq tadbirkorlik faoliyatini tashkil qilish va rivojlanishtirish uchun asosiy omil sifatida yaxshi iqtisodiy shart-sharoitni baholadilar. Korrelyatsion tahlil natijalari ham biznesning samarali rivojlanishi ushbu omilga, ya'ni ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni yaxshi tashkillashtirilishiga bog'liqligini ko'rsatdi. O'tkazilgan to'rtta qiyosiy tahlillarning barchasi tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ullanishga jalb qiluvchi hamda undovchi (motivlovchi) psixologik omillar orasida tadbirkorlar o'zini takomillashtirish, mustaqillik, moddiy ta'minlanganlik, atrofdegilar orasida obro'-e'tiborga, mavqega ega bo'lish, boshqa insonlar uchun ishning foyda keltirishi, shuningdek, ushbu faoliyat turining tamomila yangi 84 ekanligini sanab o'tishdi. Shuningdek, o'tkazilgan tahlil quyidagi xulosalarni ilgari surish imkonini ham berdi: Birinchidan, kishilarda o'zlarining xususiy biznesini tashkil etishga turtki beradigan yana bir motiv davlat tasarrufidagi hamda budget tomonidan moliyalashtiriladigan korxona va tashkilotlardagi ish haqining pastligi hisoblanadi. 2010 yilda 46%, 2020 yilda 80% respondent tadbirkorlik faoliyatini shakllantirishga turtki bo'lgan dastlabki omillardan biri deb e'tirof etgan bo'lsalar, 2022 yilga kelib, bu ko'rsakich, 84% o'sgan. Buni joriy yilda ham pulning qadrsizlanishi, inflyatsiyaning o'sishi, joylardagi ayrim korxona hamda tashkilotlarning bankrotlik e'lon qilishi va natijada majburiy ishsizlikning oshishi bilan izohlash mumkin. 2021 yilga kelib esa hukumat tomonidan amaldagi qonun-qoidalarga jiddiy o'zgartirishlar kiritilishi, ya'ni bozorni, yakka tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ullanayotgan jismoniy shaxslarning faoliyatini ma'lum tizimga solinishi, import va eksport operatsiyalariga qat'iy talablarning joriy etilishi, bu sohada ham ayrim o'zgarishlarni yuzaga keltirib chiqardi. Shuningdek, 2017-2021-yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nishi bo'yicha Harakatlar strategiyasining "Xalq bilan muloqot va inson manfaatlari yili"da amalga oshirishga oid Davlat dasturining 3.4-bandida "Yakka tartibdagi tadbirkorlikning rivojlanishini yanada qo'llab-quvvatlash va mazkur sohadagi qonunchilikni takomillashtirish, bunda yakka tartibdagi tadbirkorlar, oilaviy tadbirkorlar faoliyatini... asossiz cheklovlarni bekor qilish" vazifasi belgilanganligi sabab bo'lsa kerak, joriy yilga kelib 24,6%gina tadbirkorlar davlat sektoridan xususiy sektorga o'tib faoliyat yuritishdan bosh maqsad bu ish haqi ekanligini yetakchi omil sifatida e'tirof etishdi; ikkinchidan, yana yuqoridagi fikrlarga tayangan holda, bozordagi ushbu ustuvor o'zgarishlar ayrim tadbirkorlarimizda o'z imkoniyatlarini to'laqonli namoyish etish xususiyatini yaqqol namoyon etdi. Qiyosiy tahlil natijalariga ko'ra,

ushbu motivni 2001 yilda 25% tadbirkor, 2003 yilda 31% tadbirkor, 2005 yilda 36,5% tadbirkor va nihoyat 2007 yilda 48% tadbirkor javoblarida motivlar ichida ushbu motiv eng yuqori omil ekanligi e'tirof etilgan. Bu esa o'z navbatida tadbirkorlar orasida ushbu faoliyatning shaxsiy qiymatga aylanib borayotganligining dalolatidir; uchinchi, aniqlanishicha 2005 yil tadbirkorlar bir necha boshqa sabablarni, ya'ni xususiy biznesni tashkil etish – bu tadbirkorga mutaxassislikni oshirish imkoniyatini (7%), 85 ko'proq o'z vaqtiga ega bo'lish imkoniyatini (16%) va yaxshi jamoada ishlash imkoniyatini (21,5%) beradi, deb alohida ta'kidlab o'tishgan bo'lishsa, 2007 yilga kelib, tamomila yangi motiv mulkdor bo'lish imkoniyati (36%) borligini ham e'tirof etishgan. Bu esa yuqorida keltirilgan fikr va mulohazalarimizni yana bir tasdiqlaydi. Har bir motivlarning mavjud ahamiyatini tekshirib ko'rish maqsadida, tekshiriluvchilarni xuddi shu motivlarga o'zlaridan kelib chiqqan holda emas, boshqa tadbirkor va biznesmenlarni tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ullanishiga nima undaganini aytib berishlari asosida salmoqli ma'lumotlarga ega bo'lindi. Ularning fikricha, iqtisodiy omillar – tadbirkorlik faoliyatida deyarli birinchi darajali motiv hisoblanar ekan. Boshidayoq u insonni ushbu faoliyat doirasini tanlashga undar ekan, shundan so'nggina, faoliyat jarayoni mobaynida, inson boshqa tomonlarni ko'ra biladi. Bunda birinchi darajali ehtiyojlarning qondirilishi natijasida, moddiy ta'minlanish motivi motivatsion strukturaning pastki darajalariga siqib tushiriladi.

Xulosa qilib aytganda o'rganilgan respondentlarning 45%ini fikricha, tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ullanishidan asosiy maqsad – bu iqtisodiy moddiy ta'minlanish emas, balki mamlakatni modernizatsiyalash jarayonida mulkdor sifatida o'zini takomillashtirish va ro'yobga chiqarish imkoniyatining mavjudligi ekan. Mazkur tadqiqot natijalarining ko'rsatishicha 30% (2005), 25% (2007) respondentlarimiz uchun ijtimoiy munosabatlarga kirishish muammosi qolgan har qanday ehtiyojdan ustun ekan. Bu o'rinda moddiy ehtiyoj 2005 yilda 10%ni, 2007 yilda esa 11%ni tashkil etib, biznesni tashkil etish va uni ravnaq toptirishda mos ravishda 8%, 12% respondent xavfsizlik choralarni ko'rishni maqsadga muvofiq alohida e'tirof etdilar. Tadbirkorlikda muvaffaqiyatga erishishda tan olinish ehtiyoji 2005 yilda 7%, 2007 yilda 15% respondentda ustunlik qildi. Bu esa, o'z navbatida, xususiy tadbirkorlik subyektlari ongida «mening mulkim», «men mulkdorman» kabi mantiqiy xulosalarni shakllanganligi orqali ham izohlanadi. Hozirgi bozor iqtisodiyoti sharoitida mustaqil 86 O'zbekistonda tadbirkorlik asosiy o'rinlardan birini egallagan, tadbirkor esa iqtisodiy qobig'da asosiy tayanch nuqtasi bo'lib qolmoqda. Ularning mas'uliyati butun bir mamlakat maqsadlarini ro'yobga chiqarishdir. Tadbirkor deganda, biz bozor iqtisodiyotida ishlab chiqarish uchun ma'lum bir muammolarni yechishda ta'sir ko'rsatuvchilarni tushunishimiz lozim. Hozirgi zamon tadbirkorining asosiy ish mazmuni shundan iboratdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi 1-jild – Tosh: 2000-yil.
2. Абдурахмонов Қ.Х. Меҳнат иқтисодиёти (назария ва амалиёт). Олий ўқув юртлири учун дарслик. – Т.: «Меҳнат», 2004
3. Каримова В.М., Акрамова Ф.А. Иқтисодий психология. Маърузалар матни. – Т.: 2002.
4. Кузин Ф.А. Делайте бизнес красиво. – М.: ИНФРА-М, 1995.
5. Лутфуллаева Н.Х. Турмуш курган талабаларнинг оилавий муносабатларга тайёрлигининг ижтимоий-психологик хусусиятлари: Дис. ... психол. фан. ном. – Т.: ТДИУ, 2006.
<https://azkurs.org/>
<https://ziyonet.uz>

**МАКТАВ ТА'ЛИМИ ТИЗИМИДА АЙОЛЛАР РАҲБАРЛИК ҚОБИЛИЯТИ
ВА ИМКОНИЯТЛАРИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ**

Raximova Gulbahor Valijonovna
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Farg'ona viloyati PMM dotsenti

Kirish. Yurtimizda xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish, ularning turli soha va tarmoqlarda o'z qobiliyat va imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi uchun shart-sharoitlar yaratish, huquq va qonuniy manfaatlariga so'zsiz rioya qilinishini ta'minlash, xususan ta'lim tizimida ayollarni rahbarlik xususiyatini rivojlantirish, shuningdek, ayollarni rahbarlik salohiyatini oshirish borasida keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda. O'tgan vaqt davomida, ijtimoiy hayotimizda gender tenglik natijasida ayollarning faolligi kundan kunga oshib bormoqda. Ularni mamlakatimizning har bir sohada yuksak jasorat bilan jonbozlik ko'rsatib kelayotgani barchamizga ayon. Ayniqsa, ta'lim sohasida ayollarning menejerlik faoliyatini to'g'ri tashkil eta olish, imkoniyatlarini oshirish dolzarb masalalardan biri. Shu boisdan ayollarni rahbarlik qobiliyati va imkoniyatlarini rivojlantirishni hamda rahbarlik salohiyatini oshirishni vaqtning o'zi talab etmoqda. Mamlakatimizda ijtimoiy faol ayollarni rahbarlik lavozimlariga tayyorlab borish, ularni o'qitish, malakasini oshirish imkoniyatlari yaratilgan. Bu borada Davlat boshqaruvi Akademiyasida alohida "Rahbar ayollar maktabi" o'quv kurslari tashkil etilgani ham bunga yorqin misol bo'ladi.

Asosiy qism. Globallashuv jarayonidagi integratsiya suratining yuqoriligi ayollarning ijtimoiy hayotdagi ishtirokini har tomonlama kuchaytirishi bilan birga, jamiyatdagi ayolning ma'naviy-axloqiy yetukligi, mamlakat va millatning taqdirini hal qilishda ayol rahbar kadrlarning yuksak salohiyatini oshirish zarurari har doimgodanda muhim. Shu maqsaddan kelib chiqib, o'rganishlar natijalari mamlakatimizda tuzilmaviy va institutsional o'zgarishlar izchil davom etayotganini, gender tenglik sohasidagi qonunchilik takomillashtirilayotganini, xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy hayotdagi

o'zni va mavqei ortib borayotganini tasdiqlaydi.

O'zbekistonda rahbar ayollar davlat siyosatini shakllantirish va turli sohalarda qarorlar qabul qilishda faol ishtirok etmoqda. Yurtimizda rahbarlik lavozimlarda ishlayotgan ayollar ulushi oxirgi yillarda o'rtacha 34 foizdan oshdi. Bugungi kunda davlat va jamoat tashkilotlarida 2 mingga yaqin ayollar rahbarlik faoliyatini yuritmoqda.

Bugun yuritimizda inson qadrini yuksaltirish va erkin fuqarolik jamiyatini yanada rivojlantirish orqali xalqparvar davlat barpo etish, adolatli ijtimoiy siyosat yuritish, inson kapitalini rivojlantirish kabi masalalarni amalga oshirish va uning natijaviyligi ko'p jihatdan rahbarlarga, ularning boshqaruv sohasidagi professional mahoratiga bog'liq.

Shuning uchun rahbar kadrlarning rahbarlik salohiyatini oshirish va ularning fuqarolik jamiyatlari institutlari hamda odamlar bilan ishlay olish qobiliyatini shakllantirishga alohida e'tibor berish zarur. Shu bilan birga jamiyat hayotida rahbar ayollarni ijtimoiy siyosiy faoligini oshirish, ularni qo'llab-quvatlashga doir islohotlarni amalga oshirishda gender tenglikni taminlanishini vaqtning o'zi talab etmoqda.

Siyosiy partiyalarda xotin-qizlar ulushi 47 foizga, oliy ta'limda 40 foizga, tadbirkorlik faoliyatida esa 37 foizga yetdi. Rahbar lavozimlarda ishlayotgan ayollar ulushi – 33 foiz. Bugungi kunda 2 mingga yaqin davlat va jamoat tashkilotlariga ayollar rahbarlik qilmoqda. [7]

Mazkur sohadagi aniq natijalarga tayangan dasturlarni ishlab chiqish, aynan pedagogika va psixologiya fani oldiga qo'yilgan dolzarb vazifalarni o'z ichiga oladi. Masalan, rahbar kadrlarni lavozimlarga tayinlashda, boshqaruv turli sohalarida munosib nomzodlarni tanlay olish, ularning boshqaruv salohiyati va qobiliyatini adolatli baholash zarurati har doim alohida ahamiyatga ega.

Xotin-qizlardagi aniqlangan rahbarlik qobiliyati hamda shaxs imkoniyatlarini rivojlantirish esa, pedagogik va psixologik vazifalarning yana bir muhim jihati sifatida o'z ahamiyatiga ko'ra avvalgisidan qolishmaydigan masaladir.

Bugun zamonaviy maktab ta'limda zamonaviy rahbarlarga xos bo'lgan, keng dunyoqarash hamda fikrlashga ega, professional va shaxsiy sifatlarni tarkib toptirishda shaxsning xislat, fazilatlarini, uning tajribasi, mavjud bilim, ko'nikma, malakalarini hamda qobiliyatini integratsiyalash amaliyotini yuzaga keltira oladigan ayol rahbarlarni liderlik ko'nimalarini rivojlantirish zarurati tug'ilmoqda.

Bundan asosiy maqsad – o'zaro muvofiqlashgan ichki tizimga ega bo'lgan, yaxlit, bir butun ayol rahbar shaxsini shakllantirishdan iborat jarayonni talab etmoqda.

Bunday qobiliyat hamda malakani esa, muayyan tizimlashtirilgan ta'lim tadbirlari asosida rivojlantirish mumkin bo'ladi. Shu munosabat bilan, bugungi kunda boshqaruv sohasida, ayol rahbar kadrlarni tayyorlash sohasidagi ilmiy izlanishlarni rivojlantirish o'ta muhim masala sifatida o'z natijasini kutmoqda.

Jamiyatimizda ayollarning faolligini oshirish, ijtimoiy-iqtisodiy, siyosiy, madaniy-ma'naviy sohalardagi mavqei kamol topishi intensivligi darajasining muhim

ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Prezident 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, Biz hokimlikka saylangan rahbar ayollarimizga doim yordam beramiz, yelkadosh bo'lamiz. Bundan keyin ham katta tashkilot va kompaniyalar rahbarligiga ayollarni tayinlash tashabbusi davom etadi. Biz ularni tayyorlayapmiz. Kimlargadir bu ish yoqmas, lekin menga yoqadi" - degandi.

Zamonaviy boshqaruvga e'tibor berilsa, bugungi tashkilotda eng ishonchli va itoatkor boshqaruv ob'yekti sifatida faqatgina ofisdagi moslama va uskunalarni sanab o'tish qoldi. Bevosita boshqaruv ob'yekti sifatida tushuniluvchi xodimlar esa murakkab boshqaruv jarayonining "ehtimoliy" elementiga aylangan.[3]

Mutaxassislar fikricha, zamonaviy maktab direktorining imiji 4 ta omil asosida baholanadi, – deydi J.Smetana. – Bular reaksiya, bilim, xulq-atvor va ta'sirdir. Dunyo tajribasida tan olingan, bola shaxsiga yo'naltirilgan ta'lim yurtimizda izchil tatbiq etilayotgani quvonarli hol. Menejerlik mashg'ulotlarimiz ta'limda menejment bo'yicha hududiy trenerlarni tayyorlashga xizmat qiladi. Bu esa ta'limi tizimida menejment konsepsiyasini shakllantirishga ko'maklashishi shubhasiz.[8]

Shu bilan bir qatorda ayol rahbar kadrlarimizda liderlik ko'nikmalarini ham rivojlantirish zarur. Shu o'rinda, liderlik so'zining mazmuniga to'xtalib o'tsak. Liderlik – tabiiy va ijtimoiy-psixologik voqelik, moyillik bo'lib, ma'lum vaziyatlarda o'zini namoyon etadi. Mukammal ishlashga hissa qo'shadigan xatti-harakatlari va yetakchilik fazilatlarini bu - liderlik kompetensiyasidir. Liderlik yondashuvidan kompetensiyalarga asoslangan holda, maktab ta'limida liderlarning keyingi avlodini yaxshiroq aniqlashi va rivojlantirishi mumkin. Liderlik sifatlarisiz liderlik kompetensiyasilari shakllana olmaydi. Ko'plab pedagogika va psixologiyaga oid adabiyotlarni tahliliy o'rganishlarimiz natijasida 3 ta tayanch liderlik sifatlarini ajratib olindi, Nazarimizda, bu kabi sifatlar samarali liderlikning asosini tashkil etadi va ularsiz lider shaxsini tasavvur etib bo'lmaydi. Bular: Rivojlangan emotsional intellekt; Kommunikativ qobiliyatlar; Tashkilotchilik qobiliyati. Bu sifatlar liderga jamoadagi munosabatlarni to'g'ri tashkil etish, o'z ishini rejalashtirish, jamoa oldiga maqsad va vazifalar qo'yish, shuningdek, ularga erishish imkonini beradi. Nuqtai-nazarni erkin ifoda etish, o'zaro hurmat, ijodkorlik, atrofdagilarni o'z ustida ishlashga bo'lgan ishtiyoqi, mana shu iqlim liderlik kompetensiyasini rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda boshqaruv muammosi psixologiya sohasidasida juda keng va atroflicha o'rganilgan. O'rganishlar natijasida, turlicha nazariyalar, konsepsiyalar, yondashishlar, pozitsiyalar, yo'nalishlarga asoslangan holda tadqiq qilingan. Shu nazariyalar va konsepsiyalarga tayanib, maktab ta'limi tizimida ayol rahbar kadrlarini liderlik ko'nikmalarini rivojlantirish maqsadga muvofiq. Buning uchun mazkur nazariyalarga tayanib, ayollarda rahbarlik salohiyatini rivojlantirishga xizmat qiladigan, o'ziga xos maktabini yartish lozim. Maqsadidimiz, ilmiy izlanishlarimiz, kasb sohasidagi yuqori malakali ayol rahbarini liderlik darajasiga ko'tarilishi uchun asos

bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Jaloliddin Rumi. Ichingdagi ichingdadir. “Yangi asr avlodi”. Toshkent. 2016. B.134.
2. Haydarov A. Madaniyat va san’at sohasini boshqarish asoslari. O‘quv qo‘llanma. “Kamalak” nashriyoti. 2019. B.192.
3. Mahmudov I. Boshqaruv psixologiyasi. YUNAKS-PRINT. – Toshkent: 2005. B.170.
4. Тиллаев О. Аёл лидер: Плюс ва минуслар нималардан иборат? <https://kun.uz/news/2020/03/08/ayol-lider-plyus-va-minuslar-nimalardan-iborat>.
5. Nishonova N. Davlat boshqaruvi tizimida xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish masalalari. “Extremum-Press” bosmaxonasi. Toshkent-2013. B.84.
7. <https://www.xabar.uz/uz/infografika/davlat-boshqaruvidagi-top-40>
8. <http://marifat.uz/marifat/ruknlar/umumii-urta-talim/3060.htm>

**MEDIA TA’LIM TEXNOLOGIYASI ASOSIDA TA’LIM SIFATINI
OSHIRISH IMKONIYATLARI**

Rakhimova Khurzoda Kamulovna

Teacher of the Chirchik State Pedagogical University, faculty of pedagogical,
Chirchik, Uzbekistan

Kirish. Bugungi kunda media texnologiyalarining jadal rivojlanishi ta’lim jarayoniga chuqur ta’sir ko‘rsatmoqda. Raqamli texnologiyalar va internetning keng qo‘llanilishi o‘qitish uslublarining o‘zgarishiga, yangi ta’lim vositalarining paydo bo‘lishiga sabab bo‘ldi. Bu jarayon, ayniqsa, media ta’lim sohasida yaqqol namoyon bo‘lib, ta’lim sifatini oshirish va o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirishga xizmat qilmoqda.

Media ta’lim – bu media vositalari va texnologiyalari yordamida ta’lim berish tizimi bo‘lib, o‘quvchilarni tanqidiy fikrlash, axborotni tahlil qilish, media mahsulotlarini ongli iste’mol qilish va yaratish ko‘nikmalarini shakllantirishga qaratilgan. Bugungi globallashtirilgan axborot maydonida insonlar katta hajmdagi turli xil ma’lumotlarga duch kelishadi. Shu bois media savodxonlikni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Media ta’limning ta’lim tizimidagi o‘rni tobora ortib bormoqda. An’anaviy ta’lim shakllaridan farqli o‘laroq, media ta’lim nafaqat bilim olishni, balki axborotni mustaqil tahlil qilish, manipulyatsiyalardan himoyalash, vizual hamda raqamli madaniyatni shakllantirish imkonini beradi. Ayniqsa, yosh avlodning media muhitga bo‘lgan qiziqishi va media mahsulotlaridan foydalanish darajasi yuqori ekanligini inobatga olsak, bu sohaning dolzarbligi yanada ortadi.

Shuningdek, media ta’lim pedagoglar uchun ham yangi imkoniyatlarni taqdim etmoqda. Innovatsion ta’lim texnologiyalari va interaktiv media vositalari yordamida o‘quv jarayonini yanada qiziqarli va samarali tashkil qilish mumkin. O‘quvchilarning e’tiborini jalb etish, ularga ta’lim berishda vizual va audio materiallardan keng foydalanish, masofaviy ta’lim imkoniyatlarini kengaytirish media ta’limning afzalliklari qatoriga kiradi.

Ushbu tadqiqotda media ta’limning mohiyati, uning ta’lim tizimidagi o‘rni, ta’lim jarayoniga ta’siri va zamonaviy media texnologiyalar bilan bog‘liq yondashuvlar tahlil qilinadi. Media ta’limning ahamiyati va uni ta’lim tizimiga samarali joriy etish usullari muhokama qilinadi.

Hozirgi kunda jamiyat hayotining deyarli barcha sohalarini, shu jumladan ta’limni rivojlanishini “media” (ya’ni: televidenie, radio, kinematograf, ommaviy nashrlar, kompyuter axborot tizimlari)siz tasavvur qilish qiyin.

Axborot makonini globallasuvi va uning “ochiqligi” zaminida yangi bilimlar, faktlar, qarashlar, konsepsiyalarning oqimi shiddat bilan ortib bormoqda va ommaviy axborot kommunikatsiyalari orqali berilayotgan axborotlardan foydalanish muammosi paydo bo‘lmoqda.

Hozirgi kunda axborotlarning mazmunini ham, ularni ommaviy axborot tarmoqlari orqali tarqatish usullari va yo‘llarini ham nazorat qilish amalda qiyin bo‘lib bormoqda. Axborotning bunday aralash-quralashligi ta’sirida o‘quvchining mustaqil ravishda tafakkur qilishi muammosi, uning qarashlarini, qadriyatlarini va ideallarini shakllanishi masalalari o‘quvchi ongida axborot olamini tartibga solish yo‘llarini izlashni, axborot bilan muomala qilishning yangi usul va ko‘nikmalari tizimini ishlab chiqish va shakllantirishni taqozo etmoqda. Boz ustiga jahondagi ta’lim amaliyotida bu sohadagi izlanishlar o‘tgan asrning 70- yillaridayoq boshlangan va pedagogika fanida o‘ziga xos yo‘nalish – media ta’lim paydo bo‘lib, shakllanib bormoqda.

“2022-2026-yillarda xalq ta’limini rivojlantirish bo‘yicha milliy dasturni tasdiqlash to‘g‘risida” O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 11-maydagi PF-134-sonli Farmonida, Xalq ta’limi vazirligiga multimedia ilovalarini ishlab chiqish talabi qo‘yilgan, unga ko‘ra maxsus elektron tizimlar (S-testing, Onlinedu, Raqamli darsliklar va boshqalar) orqali multimedialar berib borilishi aytib o‘tilgan [5]. 2022-yil yakuniga qadar yangi avlod darsliklari uchun 10 ta mobil elektron resurs va 100 ta multimedia mahsulotlarini yaratish ko‘zda tutilgan. Mutaxassislar tomonidan tayyorlangan elektron resurslar o‘quvchilarning bilimlarini to‘ldirishga xizmat qiladi. Mavzular yuzasidan shakllantirilgan multimedia mahsulotlari, o‘qituvchiga ko‘makchi, ota-onalarga yo‘l ko‘rsatuvchi, o‘quvchiga esa bilimlarni mukammal o‘zlashtirish imkonini beradi.

Multimedialar orqali o‘quvchilar o‘zlariga media ta’lim beradilar. Turli mamlakatlarning ko‘plab olimlari “media muhiti”, “media madaniyati”, “media ta’limi”, “media savodxonligi” kabi asosiy tushunchalarni shakllantirishning bir necha

usullarini aytib o'tishgan.

Media ta'lim – (ing. media education, lot. media – degan ma'noni anglatadi). “Ta'lim” tushunchasining o'zi nafaqat kasbiy va ilmiy bilimlarni, balki ma'naviy me'yorlar va madaniy qadriyatlarni takror ishlab chiqarishni, to'plashni ta'minlaydigan ijtimoiy institutdir. Media ta'lim o'quvchilarni ommaviy kommunikatsiya (matbuot, televideniye, radio, kino, video, internet va boshqalar) qonuniyatlarini o'rganishga qaratadi [63].

Media ta'limning asosiy vazifalari: yangi avlodni zamonaviy axborot sharoitida hayotga tayyorlash, turli ma'lumotlarni idrok etish, insonni uni tushunishga o'rgatish, uning psixikaga ta'sirining oqibatlarini anglash, ta'sir qilish usullarini o'zlashtirish va og'zaki bo'lmagan shakllarga asoslangan muloqot texnik vositalardan foydalangan holda munosabatga kirishish demakdir. Jamiyat va davlat rivojida ta'lim va media ta'limning roli kattadir.

Adabiyotlarni tahlil va metodologiya. Media ta'lim bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar so'nggi yillarda sezilarli darajada ortib bormoqda. Ushbu tadqiqotda media ta'limning nazariy asoslarini tahlil qilish uchun yetakchi olimlarning ishlariga asoslaniladi. Jumladan, J. Potter, R. Kubey va D. Buckingham kabi tadqiqotchilar media savodxonlik va media ta'limning mohiyati haqida turli yondashuvlarni ilgari surganlar. Ularning ta'kidlashicha, media ta'lim insonning axborotni ongli qabul qilish qobiliyatini shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, media ta'lim va raqamli texnologiyalarning ta'lim jarayoniga integratsiyalashuvi bo'yicha zamonaviy yondashuvlar ham o'rganildi. UNESCO, European Commission va boshqa xalqaro tashkilotlar media savodxonlik bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishgan. Tadqiqot davomida ushbu manbalar tahlil qilinib, media ta'limning rivojlanish tendensiyalari va ta'lim jarayoniga ta'siri o'rganildi.

Mahalliy tadqiqotchilar orasida media savodxonlik va raqamli ta'lim texnologiyalari bo'yicha ish olib borgan olimlar ham bor. Ularning ishlarida media ta'limning milliy ta'lim tizimiga moslashuvi, pedagogik jarayonda qo'llanishi va ta'lim sifatiga ta'siri ko'rib chiqiladi.

Ushbu tadqiqot media ta'limning ta'lim jarayoniga ta'sirini o'rganish maqsadida sifatli va miqdoriy tadqiqot metodlaridan foydalanadi.

1. **Teoretik tahlil** – Media ta'lim bo'yicha ilmiy adabiyotlar va xalqaro tajribalar tahlil qilinadi. Ushbu bosqichda media savodxonlik, raqamli ta'lim va media vositalarining ta'limga integratsiyalashuvi bo'yicha nazariy qarashlar o'rganiladi.

2. **Empirik tadqiqot usullari** – Media ta'limning o'quvchilarga va pedagoglarga ta'sirini baholash uchun quyidagi usullardan foydalaniladi:

- **So'rovnoma** – O'quvchilar va o'qituvchilar o'rtasida media ta'limning samaradorligini baholash maqsadida so'rovnomalar o'tkaziladi.

- **Intervyu** – Media ta'lim bo'yicha tajribaga ega pedagoglar va mutaxassislar bilan intervyular tashkil qilinadi.

○ **Tajriba sinovlari** – Media vositalaridan foydalanish orqali o'quv jarayoni samaradorligini baholash maqsadida amaliy tadqiqotlar o'tkaziladi.

3. **Statistik tahlil** – Tadqiqot natijalarini miqdoriy tahlil qilish va media ta'limning samaradorligini baholash uchun statistik usullardan foydalaniladi. Natijalar diagrammalar, jadvallar va grafiklar ko'rinishida ifodalanadi.

Mazkur metodologik yondashuvlar media ta'limning ta'lim jarayoniga ta'sirini chuqur o'rganish va uning samaradorligini aniqlash imkonini beradi.

Natijalar. Ushbu tadqiqot natijalari media ta'limning ta'lim jarayoniga ta'sirini baholash va uning samaradorligini aniqlashga qaratilgan. Tadqiqot davomida olingan ma'lumotlar quyidagi asosiy yo'nalishlar bo'yicha tahlil qilindi:

1. Media ta'limning o'quvchilarga ta'siri

- So'rovnomalar natijalari shuni ko'rsatdiki, media vositalaridan foydalanish o'quvchilarning qiziqishini oshiradi va ularga o'quv materiallarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

- O'quvchilarning 78% i media ta'lim orqali axborotni tezroq va osonroq o'zlashtirishlarini ta'kidlagan.

- Media resurslaridan foydalangan holda o'rganilgan mavzular an'anaviy usullar bilan o'rganilgan mavzularga qaraganda yaxshiroq eslab qolingan.

2. Pedagoglarning media ta'limga munosabati

- Tadqiqotda qatnashgan o'qituvchilarning 85% i media vositalari dars samaradorligini oshirishini qayd etgan.

- Pedagoglar media ta'limning o'quvchilarning tanqidiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga yordam berishini ta'kidlagan.

- Biroq, 40% o'qituvchilar media vositalaridan samarali foydalanish uchun maxsus treninglar va metodik qo'llanmalar zarurligini bildirgan.

3. Media ta'limning ta'lim sifatiga ta'siri

- Media vositalari yordamida o'tkazilgan tajribaviy darslar an'anaviy darslarga nisbatan 20-30% ga samaraliroq bo'lgani aniqlandi.

- O'quvchilarning o'quv jarayonida faol ishtirok etish darajasi oshgan.

- O'quvchilar o'rtasidagi hamkorlik va muhokama madaniyati rivojlangan, bu esa ijtimoiy o'zaro ta'sirni kuchaytirgan.

4. Statistik tahlil natijalari

- Media ta'lim qo'llanilgan sinflarda o'quvchilarning baholari o'rtacha 15% ga oshgan.

- O'quvchilar orasida mustaqil ta'limga bo'lgan qiziqish 60% dan 85% gacha ko'tarilgan.

- An'anaviy ta'lim usullari bilan taqqoslaganda, media ta'limning motivatsiyaga ta'siri sezilarli darajada yuqori bo'lgan.

Umumiy xulosa. Natijalar shuni ko'rsatadiki, media ta'lim o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi, o'quvchilarning bilim olish jarayoniga bo'lgan qiziqishini

kuchaytiradi va pedagoglarga innovatsion yondashuvlar orqali dars o'tish imkoniyatini beradi. Shu bilan birga, media ta'limning to'liq salohiyatidan foydalanish uchun o'qituvchilarni o'qitish va zarur resurslar bilan ta'minlash muhim ahamiyatga ega.

Muhokama. Ushbu tadqiqot natijalari media ta'limning ta'lim jarayoniga qo'shayotgan hissasini ko'rsatdi. Natijalar asosida quyidagi muhim jihatlar muhokama qilinadi:

1. Media ta'limning samaradorligi

Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, media ta'lim o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshirish bilan birga, ularning bilimlarni eslab qolish darajasini ham yaxshilaydi. Ayniqsa, vizual va interaktiv materiallardan foydalanish o'quvchilarga mavzularni chuqurroq tushunish imkonini bergan. Biroq, ushbu samaradorlikning uzluksiz saqlanishi uchun media ta'limning doimiy ravishda yangilanib borishi va moslashtirilishi zarur.

2. Pedagogik yondashuvlar va muammolar

O'qituvchilarning media ta'limga bo'lgan ijobiy munosabati ushbu metodikaning ahamiyatini tasdiqlaydi. Biroq, tadqiqot davomida ayrim pedagoglar media vositalaridan foydalanish bo'yicha yetarli malakaga ega emasligini bildirishgan. Bu esa, media ta'limni samarali joriy etish uchun o'qituvchilarga qo'shimcha trening va metodik qo'llanmalar zarurligini ko'rsatadi.

Shuningdek, an'anaviy ta'lim va media ta'lim o'rtasidagi farqlar ham muhokama qilinishi lozim. Media vositalarining haddan tashqari ko'p qo'llanilishi ba'zi hollarda o'quvchilarning mustaqil fikrlash qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, media ta'limni an'anaviy pedagogik yondashuvlar bilan uyg'unlashtirish lozim.

3. O'quvchilarning o'zlashtirish darajasi

Tadqiqot natijalari media ta'limdan foydalangan sinflarda o'quvchilarning baholari sezilarli darajada oshganini ko'rsatdi. Biroq, bu natijalar barcha o'quv fanlari uchun bir xil emas. Masalan, tabiiy fanlar va texnologiya yo'nalishlarida media ta'limning foydasi yuqori bo'lsa-da, ba'zi gumanitar fanlarda an'anaviy yondashuvlar hali ham muhim o'rin tutadi.

4. Media ta'limning kelajakdagi istiqbollari

Tadqiqot natijalariga asoslanib, media ta'limni yanada takomillashtirish uchun quyidagi takliflar ilgari surilishi mumkin:

- O'qituvchilar uchun media vositalaridan samarali foydalanish bo'yicha maxsus treninglar tashkil etish;
- Media ta'lim materiallarini sifat jihatidan yaxshilash va ularni ta'lim tizimiga moslashtirish;
- O'quvchilarning mustaqil o'rganish qobiliyatini saqlab qolish uchun an'anaviy va media ta'limni muvozanatli tarzda joriy etish;
- Texnologik infratuzilmani rivojlantirish va barcha o'quvchilarga media vositalaridan foydalanish imkoniyatini ta'minlash.

Xulosa. Muhokama qilingan jihatlar media ta'limning ta'lim jarayoniga ijobiy ta'sirini tasdiqlaydi. Ammo, uning to'liq potensialidan foydalanish uchun pedagogik yondashuvlarni takomillashtirish va texnologik imkoniyatlarni kengaytirish muhim ahamiyatga ega. Media ta'lim va an'anaviy ta'lim metodlarining uyg'unlashuvi esa ta'lim samaradorligini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot media ta'limning ta'lim jarayoniga ta'siri va samaradorligini o'rganishga qaratildi. Olingan natijalar media vositalarining o'quvchilarning qiziqishini oshirish, bilimlarni mustahkamlash va o'zlashtirish jarayonini yaxshilashda muhim o'rin tutishini ko'rsatdi. Shu bilan birga, media ta'limning muvaffaqiyatli joriy etilishi uchun bir qator omillar hisobga olinishi kerak.

Asosiy xulosalar quyidagilardan iborat:

1. **Media ta'lim samaradorligi** – Interaktiv va vizual materiallardan foydalanish o'quvchilarning tushunish darajasini oshiradi, ayniqsa tabiiy va texnologik fanlarda ijobiy natijalar kuzatilgan.

2. **Pedagogik yondashuvlar** – O'qituvchilarning media texnologiyalaridan samarali foydalanishi uchun ularga maxsus trening va metodik qo'llanmalar zarur. Shu bilan birga, an'anaviy ta'lim usullari bilan media ta'limni uyg'unlashtirish muhim.

3. **O'quvchilarning o'zlashtirish darajasi** – Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, media vositalari qo'llanilgan sinflarda o'quvchilarning baholari oshgan, ammo barcha fanlar uchun bu yondashuv bir xil darajada samarali emas.

4. **Kelajakdagi istiqbollar** – Media ta'limni yanada rivojlantirish uchun texnologik infratuzilmani mustahkamlash, barcha o'quvchilarga teng imkoniyat yaratish va o'qituvchilar malakasini oshirish zarur.

Ushbu tadqiqot natijalari media ta'limni ta'lim tizimiga samarali joriy etish bo'yicha muhim tavsiyalarni ilgari surdi. Kelajakda media vositalaridan yanada unumli foydalanish va ularni an'anaviy ta'lim bilan uyg'unlashtirish ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives*. New York: Longman.
2. Mayer, R. E. (2021). *Multimedia Learning* (3rd ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
3. Jonassen, D. H., & Land, S. M. (2012). *Theoretical Foundations of Learning Environments*. New York: Routledge.
4. Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
5. Prensky, M. (2001). *Digital Natives, Digital Immigrants*. On the Horizon, 9(5), 1-6.

6. Siemens, G. (2005). *Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age*. International Journal of Instructional Technology and Distance Learning, 2(1).
7. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
8. Clark, R. C., & Mayer, R. E. (2016). *e-Learning and the Science of Instruction: Proven Guidelines for Consumers and Designers of Multimedia Learning* (4th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
9. Selwyn, N. (2011). *Education and Technology: Key Issues and Debates*. London: Bloomsbury Publishing.
10. Laurillard, D. (2012). *Teaching as a Design Science: Building Pedagogical Patterns for Learning and Technology*. New York: Routledge.

KIBERBULLINGNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Rahmanova Dilnoza Farmanovna,
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti katta o'qituvchisi*

Zamonaviy raqamli jamiyatda axborot texnologiyalari va internet hayotning ajralmas qismiga aylandi. Bugungi kunda har bir inson, ayniqsa yoshlar, o'z vaqtining katta qismini ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o'yinlar va turli raqamli platformalarda o'tkazadi. Bu jarayon insonlar o'rtasida muloqot qilish imkoniyatlarini kengaytirsa-da, bir qator yangi muammolarni ham keltirib chiqarmoqda. Shunday muammolardan biri – kiberbullingdir.

Kiberbulling internet orqali shaxsga nisbatan qasddan va takroriy ravishda amalga oshiriladigan agressiv harakatlar, tahqirlash va obro'ga putur etkazishni o'z ichiga oladi. Ushbu hodisa nafaqat shaxsning ruhiy holatiga, balki uning ijtimoiy munosabatlariga, talim yoki mehnat jarayonidagi faolligiga ham salbiy tasir ko'rsatadi. Shu bois kiberbullingning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish ilmiy jihatdan ham, amaliy jihatdan ham dolzarbdir.

Kiberbulling tushunchasi va nazariy asoslari. “Kiberbulling” atamasi ingliz tilidagi “cyber” (raqamli muhit) va “bullying” (tahqirlash, zo'ravonlik) so'zlaridan kelib chiqqan. Ananaviy bullingdan farqli ravishda, kiberbulling internet va mobil qurilmalar orqali amalga oshiriladi. Kiberbulling deb raqamli texnologiyalar yordamida amalga oshiriladigan bullingga aytiladi. Bu ijtimoiy media, xabar almashish platformalari, o'yin platformalari va mobil telefonlarda sodir bo'lishi mumkin. Bu takroriy xatti-harakatlar bo'lib, nishonga olinganlarni qo'rqitish, g'azablantirish yoki sharmanda qilishga qaratilgan. Uning asosiy xususiyatlari quyidagilardan iborat: Vaqt va makon bilan cheklanmagan (jabrlanuvchi uyida ham xavfsizlikni his qilmaydi).

Anonimlik imkoniyati agressorning jazodan qutulishi illyuziyasini yaratadi. Hujum keng auditoriya oldida amalga oshiriladi, yani bir nechta emas, minglab kuzatuvchilar qatnashishi mumkin.

Psixologiyada kiberbulling shaxslararo munosabatlardagi agressiyaning yangi ko‘rinishi sifatida qaraladi. U insonning o‘zini anglash jarayoniga, ijtimoiy identifikatsiyasiga va o‘z-o‘zini qadrlash darajasiga jiddiy tasir ko‘rsatadi.

Kiberbulling shakllari

Kiberbulling turli ko‘rinishlarda namoyon bo‘ladi. Ular quyidagicha tasniflanishi mumkin:

- Verbal hujumlar – haqoratli izohlar, masxara qilish, tahqirlash.
- Tahdid qilish – messenjerlar yoki elektron pochta orqali qo‘rqitish.
- Sharmanda qilish – shaxsiy suratlar yoki videolarni ruxsatsiz tarqatish.
- Yolg‘on malumot tarqatish – feyk akkauntlar orqali obro‘ga putur etkazish.
- Izolyatsiya qilish – onlayn guruhlardan chiqarib yuborish yoki boykot qilish.
- Doksing – shaxsiy malumotlarni ochib tashlash.
- Bu shakllar jabrlanuvchi shaxsda ruhiy beqarorlik, ijtimoiy izolyatsiya va qo‘rquv tuyg‘ularini kuchaytiradi.

Ijtimoiy-psixologik xususiyatlari

Agressor nuqtai nazaridan kiberbullingni amalga oshiruvchi shaxs ko‘pincha ichki agressiyasini chiqarish, o‘zini guruh oldida namoyon qilish yoki shaxsiy komplekslarini yashirish maqsadida bunday xatti-harakatga qo‘l uradi. Anonimlik hissi ularga jasurlik bag‘ishlaydi va ijtimoiy normalardan chetga chiqish xavfini kamaytiradi.

Jabrlanuvchi nuqtai nazaridan jabrlanuvchi shaxs stress, xavotir, depressiya va o‘z-o‘zini qadrlashning pasayishiga duch keladi. Yoshlarda muloqotdan qochish, ijtimoiy adaptatsiyada qiyinchiliklar paydo bo‘ladi. Ayrim hollarda o‘qishga qiziqish pasayadi yoki shaxsiy rivojlanish to‘xtaydi.

Kuzatuvchilar nuqtai nazaridan kiberbulling jarayonida ko‘pchilik “tomoshabin” sifatida ishtirok etadi. Ko‘p hollarda ular vaziyatga aralashmaydi, chunki masuliyatni boshqalarga yuklagan holda passiv pozitsiyani tanlaydi. Lekin ayrim kuzatuvchilar agressorni qo‘llab-quvvatlaydi, bu esa jabrlanuvchi holatini yanada og‘irlashtiradi.

Kiberbullingning ijtimoiy sabablari

Kiberbullingning paydo bo‘lishiga bir qator ijtimoiy omillar tasir qiladi:

- Ijtimoiy tarmoqlarda “layk” va “folloverlar” uchun raqobat.
- Yoshlar orasida hasad va raqobatchilikning kuchayishi.
- Agressiv kontentning ommalashishi va normallasishi.
- Oiladagi nazoratning sustligi, ruhiy qiyinchiliklar.
- Maktab va talim muassasalarida mediamadaniyat etishmasligi.

Kiberbullingning oqibatlari

Psixologik jabrlanuvchilarda uzoq muddatli stress, depressiya va xavotir kasalliklari kuzatiladi. Ayrim hollarda suitsidga moyillik paydo bo‘lishi mumkin.

Ijtimoiy do‘stlar va yaqinlardan uzoqlashish, muloqotdan qochish, jamoadagi izolyatsiya holati paydo bo‘ladi.

Talimiy-kasbiy faoliyatga ta’siri

O‘quv jarayonida samaradorlik pasayadi, ish unumdorligi kamayadi. Jabrlanuvchi o‘z qobiliyatlarini to‘liq namoyon eta olmaydi.

Profilaktika va yechimlar

Kiberbullingning oldini olish kompleks yondashuvni talab etadi:

- Oilada: farzand bilan ochiq muloqot, internetdan foydalanishni nazorat qilish.
- Maktabda: mediamadaniyatni o‘rgatish, psixologik xizmatlar faoliyatini kuchaytirish.
- Jamiyatda: qonunchilikni mustahkamlash, huquqiy javobgarlikni oshirish.
- Psixologik yordam: individual va guruh terapiyasi, stress-menejment treninglari.
- Texnologik choralar: filtrlar, akkauntlarni bloklash, “report” mexanizmlaridan foydalanish.

Kiberbulling nafaqat shaxsning shaxsiy hayotiga, balki jamiyatning umumiy ruhiy salomatligiga ham jiddiy xavf tug‘diradi. Uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini chuqur o‘rganish orqali yoshlarda raqamli madaniyatni shakllantirish, internet xavfsizligini taminlash va jabrlanuvchilarga samarali yordam ko‘rsatish mumkin. Demak, kiberbullingga qarshi kurash nafaqat psixologlar, balki oila, talim muassasalari va butun jamiyatning hamkorligini talab etadi. Faqat shundagina biz raqamli muhitda sog‘lom va xavfsiz ijtimoiy munosabatlarni taminlay olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Axmedov F. Internet psixologiyasi. Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi. (2021).
2. Abdullayeva M. Yoshlar va **raqamli xavfsizlik: psixologik tahlil**. Toshkent iqtisodiyot va ijtimoiy fanlar jurnali, №3, B.45-52. (2020).
3. Qodirova, N. **O‘smirlarning onlayn xulq-atvori va kiberpsixologik muammolar**. Toshkent: Fan va texnologiya. . (2020).
4. Olweus, D. (1993). **Bullying at School: What We Know and What We Can Do**. Oxford: Blackwell Publishing.
5. Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2014). **Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying**. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
6. Yusupova, D. Kiberbullingning ijtimoiy-ruhiy oqibatlar. Samarqand davlat universiteti ilmiy axboroti. №1, B.112-118. (2022).

SHAXS INTELEKTUAL FAOLIYATINI TADQIQ QILISHNING METODOLOGIK TAMOYILLARI

*Raxmanova Dilfuza Uchkunovna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi*

Kirish. S.L. Rubinshteyn tomonidan ishlab chiqilgan *ong, shaxs va faoliyat birligi tamoyili* shuni tushunishga imkon beradiki, ong faoliyatda shakllanadi va o'z navbatida, uning ichki rejasini hosil qilib turib, unga ta'sir ko'rsatadi. Shaxs tomonidan o'z faoliyatining sharoit va maqsadlarini qisman anglash uning xarakteri va shaxsiy xususiyatlarining nisbatini o'zgartiradi. Mazkur tamoyilning ta'kidlashicha, insonning intellektual faoliyati va uning shaxsi o'rtasida yaqin o'zaro aloqa mavjud. Shaxsning ongi faoliyat davomida o'z kompetentligini muntazam oshirishi va o'zining shaxsiy sifatlarini takomillashtirishi sharoitlarida samaraliroq shakllanadi. A.N. Leontev, faoliyat nazariyasini ko'rib chiqar ekan, tashqi (hissiy-predmetli, moddiy) va ichki (predmetlar haqidagi obrazlar, tasavvurlar bilan operatsiyalar yoki ongning ideal faoliyati) faoliyatini ajratadi. Faoliyat nazariyasi tamoyillariga u quyidagilarni qo'shadi: predmetlik (faoliyat nazariyasining yadrosi), faollik, predmetli faoliyatning noadaptiv tabiati, vositalilik, interiorizatsiya (eksteriorizatsiya), "birliklar bo'yicha" psixologik tahlil (butunning xususiyatlarini belgilaydi), ruhiy akslantirishning aks ettirilayotgan obektning faoliyat strukturasidagi o'rniga bog'liqligi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Faoliyatning har xil turlari quyidagilar orqali ochiladi: harakat – ta'sir – ish. Shaxs tomonidan o'z faoliyatini (uning sharoit va maqsadlarini) qisman anglash fakti uning xarakteri va shaxsiy xususiyatlarining nisbatini o'zgartiradi. Mazkur tamoyilning ta'kidlashicha, insonning intellektual faoliyati va uning shaxsi o'rtasida yaqin o'zaro aloqa mavjud. Bu tamoyilni "shaxsning intellektual faoliyati" tushunchasini ishlab chiqishga kiritish shu shaxsning ongi faoliyat davomida o'z kompetentligini muntazam oshirishi va o'zining shaxsiy sifatlarini takomillashtirishi sharoitlarida samaraliroq shakllanishi bilan izohlanadi.

Bizning tadqiqotimiz uchun faoliyat harakat lahzaralarining subekt tomonidan shartlangan yig'indisi sifatida aniqlanadigan *faollik tamoyili* ahamiyatga ega (A.V. Brushlinskiy, A.N. Leontev, V.A. Petrovskiy va boshqalar). Faollik bilimlarni mustahkam va chuqur o'zlashtirish bazisidir, u zarur mahorat va ko'nikmalarni ishlab chiqishga ta'sir ko'rsatadi, qobiliyatlarni shakllantirish va rivojlantirishga yordam beradi. Bu tamoyilni eng ahamiyatli prinsiplar qatoriga qo'shishga sabab shuki, shaxs faoliyat subekti sifatida, jumladan, intellektual faoliyatni ham, faol va mustaqil ravishda maqsad, qo'ya olish, ularga erishish usullarini tanlash, o'z-o'zini nazoratni amalga oshirish qobiliyatlari bilan xarakterlanadi. Mazkur tamoyil subektning o'zining faol intellektual faoliyatini, ya'ni yangi bilimlarni o'zlashtirish jarayoni, ular asosida amaliy ko'nikmalarni shakllantirish va o'z intellektual darajasini oshirishning mumkin bo'lgan

variantlarini mustaqil ravishda izlash borasida faol subektiv pozitsiyani ko‘zda tutadi. Albatta, shaxs doim ham ijtimoiy va intellektual rivojlanishning ehtiyojga doimiy intellektual va shaxsiy rivojlanishda shakllanishga imkon beruvchi bosqichida bo‘la olmaydi.

Hozirgi paytda jamiyatda quyidagi tendentsiya belgilandi: har bir inson o‘zining hayot faoliyati davomida axborot hududining jadal yangilanishi, ishlab chiqarish tizimlari ishlashining va o‘zining bajaradigan vazifalarining o‘zgarishlari sharoitlarida intellektual va shaxsiy o‘z-o‘zini rivojlantirish imkoniyatlarini tadqiq qilishi kerak. Bundan kelib chiqadiki, jamiyatning o‘zining zahirasida shaxsning intellektual rivojlanishga bo‘lgan motivatsiyaning shakllanishini va uning intellektual faolligini rag‘batlantirishni ta‘minlaydigan rag‘batlarga ega bo‘lishi kerak. Intellektual faoliyat jarayonida faollikning har xil turlari namoyon bo‘ladi: vaziyatli, ixtiyoriy, vaziyat ustidagi, izlanishga oid; barqaror, epizodik, qisqa muddatli. "Faollik" tushunchasining nospesifik ma‘nosi ruhiyatning shunday xarakteristikalarini tushunishdan iboratki, ular individning adaptiv, moslashuvchanlik faoliyati chegarasidan tashqariga chiqadi. "Faollik" tushunchaning spesifik ma‘nosi uni passivlik bilan taqqoslashdan iborat.

1-jadvalda shaxs intellektual faoliyatini tadqiq qilishning zamonaviy ilmiy-psixologik adabiyotlardagi metodologik tamoyillari keltirilgan.

1 –jadval

Shaxs intellektual faoliyatini tadqiq qilishning metodologik tamoyillarining umumiy xarakteristikasi

Tamoyil	Mazmun xarakteristikasi
Tizimlilik tamoyili	Shaxs intellektual faoliyatini genetik birlikka ega bo‘lgan elementlardan tarkib topgan ma‘lum bir strukturaga ega tizim sifatida ko‘rib chiqish.
Rivojlanish tamoyili	Shaxs intellektual faoliyati genezisi qonuniyatlarini hamda filogenetik va ontogenetik rivojlanishlarning xususiyatlarini tadqiq qilish.
O‘z-o‘zini rivojlantirish tamoyili	Shaxsning o‘z rivojlanishi uchun intellektual faoliyat ahamiyatini tushunish; insonning makondagi o‘rnini aniqlash va o‘z irodasini shaxsiy va ijtimoiy ahamiyatli shakllarda ishlatishning yo‘nalishini ifodalash.
Determinizm tamoyili	Determinizm sabablilik shaklida, mazkur fenomenni yuzaga keltiruvchi holatlar sifatida namoyon bo‘ladi: shaxs intellektual faoliyati jarayonining paydo bo‘lishi, o‘zgarishi va to‘xtashini o‘rganish.
Ong, shaxs va faoliyatning yaxlitligi tamoyili	Ongning turli daraja va tiplari, ichki plan hosil qilgan holda muvofiq ravishdagi faoliyatning har xil turlari orqali namoyon bo‘lishi va ochilishini aniqlash; ong intellektual faoliyatning mahsuldorligini boshqaradi va shaxsiy-qiymatli va ijtimoiy-ahamiyatli xulq shakllarini amalga oshirish

	jarayonlarida shaxs tomonidan maqsadlarga erishish imkoniyatlarini belgilaydi; faoliyatning birligi subekt maqsadlari va motivlarining birligi bilan belgilanadi.
Faollik tamoyili	Shaxsni faol subekt (ijrochi, tashabbuskor, koordinator) sifatida ko‘rib chiqish, individning dolzarb vazifalarni hal qilishga va voqelikni o‘zgartirishga, ijodga bo‘lgan motivatsiyasini tushunish imkonini beradi.
Subekt tamoyili	Faoliyat subekti sifatida shaxs faolligining mazmunli-amaliy xarakteristikasini namoyish qilish.
Muammolashtirish tamoyili	Shaxs intellektual faoliyatini refleksiya va muammoli vaziyatlarni hal qilish orqali rag‘batlantirish, qiyinchiliklarni bartaraf etish usullarini izlashni ta‘minlaydi va o‘z-o‘zini rivojlantirish jarayonini tizimli tashkil qilishni amalga oshiradi.
Individuallashtirish tamoyili	Shaxs manfaatlari, ehtiyojlari, qobiliyatlari va moyilliklarini hisobga olish imkonini beradigan topshiriqlarni bajarishga bo‘lgan barqaror motivatsiyani saqlash.
Mustaqil ta‘lim olish tamoyili	Asosida mustaqil o‘qish tamoyili yotadigan mustaqil ta‘lim olish faoliyatining samarali strategiyasini ishlab chiqish imkonini beradi. O‘qish jarayonining natijaliligi faqat ta‘lim oluvchi mustaqil ta‘lim olish va mustaqil o‘qish vazifalarini topshirsagina erishiladi.
Dolzarb va potentsial o‘rtasidagi nisbat tamoyili	Shaxs intellektual potentsialini muhitning turli xil omillari ta‘sir ko‘rsatadigan sharoitda faollashtirishni izohlaydi va eng yaxshi yakuniy natijani ta‘minlaydi.
Qulaylashtirish tamoyili	Shaxs intellektual faoliyatining olg‘a qarab rivojlanishini ta‘minlaydigan sharoitlarni ajratadi va tasvirlaydi. Yetakchi obektiv sharoitlardan biri rivojlanayotgan muhitning yaratilishi bo‘lib, unda intellektual faoliyat amalga oshadi va shaxs individual-psixologik sifatlarining rivojlanishi ro‘y beradi
Umumiy bog‘liqlik tamoyili	Shaxs intellektual faoliyatining boshqa hodisalar va uning o‘z komponentlari o‘rtasidagi ahamiyatli aloqalarning maksimal katta miqdorini tadqiq qiladi

Sanab o‘tilgan metodologik tamoyillar e’tiborni quyidagi masalalarga qaratadi:

- Turli xil yoshdagi talabalar intellektual faoliyatini optimallashtirishning psixologik determinantlari nimadan iborat?
- Shaxs intellektual faoliyati komponentlarining o‘rtasidagi va ichidagi aloqalarning o‘ziga xos xususiyatlari qanday?
- Talabalar intellektual faoliyatini optimallashtirishning ijtimoiy psixologik mexanizmlari va funksiyalari qanday?

- Shaxs intellektual faoliyatini optimallashtirishda yoshga oid yoki jinsga oid farqlar bormi?

- Turli xil yoshdagi talabalar muhitida shaxs intellektual faoliyati mahsuldorligini qanday oshirish mumkin?

- Shaxs intellektual faoliyatining qanday optimallashtirish mahsuldor bo'ladi?

Yuqorida keltirilgan material asosida quyidagi xulosalarni chiqarish mumkin. Turli yoshdagi talabalar muhitida shaxs intellektual faoliyatini rivojlantirish uchun muhim sharoitlar va omillarni aniqlash faoliyat samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Talabalar intellektual faoliyatini optimallashtirish bo'yicha tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kasbiy va madaniy kontekstda har xil intellekt turlari korrelyatsiyasiga qarab farq qilishi mumkin. Talaba intellektual faoliyatni optimallashtirish ham genetik, ham atrof-muhit omillari bilan belgilanadi. Kasbiy va madaniy aloqalar intellektual faoliyatning rivojlanishiga ta'sir qiladi, ular mehnat yoki jamiyatning o'ziga xos talablariga moslashishda namoyon bo'ladi.

Talabalarning intellektual faolligini optimallashtirish bir qancha psixologik determinantlarning o'zaro ta'siriga, asosan, ularning intellekt darajasiga va undan ta'lim va ijtimoiy muhitda moslasha olish qobiliyatiga bog'liq. Talabaning intellektual faoliyatida umumiy intellekt, amaliy intellekt, vizual intellekt, analogiya intellekti, sotsial intellekt komponentlari o'rtasidagi bog'liqlik muhimdir, chunki ta'lim faoliyatida intellektdan samarali foydalanish nafaqat yuqori darajadagi bilim qobiliyatini, balki ularni muayyan sharoitlarda amalga oshirish ko'nikmalarini ham talab qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Рубинштейн, С. Л. (2000). Основы общей психологии. — Санкт-Петербург: Питер.

(Shaxsning psixik faoliyati, ong va tafakkur jarayonlarini tahlil qilishda asosiy manbalardan biri hisoblanadi).

2. Рубинштейн, С. Л. (1973). Бытие и сознание. — Москва: Наука.

(Shaxs faoliyatining falsafiy-psixologik asoslari bayon etilgan).

3. Леонтьев, А. Н. (1975). Деятельность. Сознание. Личность. — Москва: Политиздат.

(Faoliyat nazariyasining asoschisi sifatida Leontev intellektual faoliyatni shaxs shakllanishi bilan bog'laydi).

4. Леонтьев, А. Н. (2004). Избранные психологические произведения. — Москва: Смысл.

(Psixik rivojlanish va kognitiv jarayonlar haqida batafsil ma'lumot berilgan).

5. Петровский, В. А. (2010). Психология личности: учебник для вузов. — Москва: Академический проект.

(Shaxs psixologiyasi va intellektual rivojlanishga oid zamonaviy talqinlar bayon etilgan).

6. Петровский, А. В., Петровский, В. А. (1994). Краткий психологический словарь. — Москва: Просвещение.

(Psixologik atamalar va intellektual faoliyatga oid tushunchalarni tushunishda qo'llaniladi).

TALABA INTELEKTUAL FAOLIYATINI TADQIQ QILISHNING METODOLOGIK TAMOYILLARI

*Raxmanova Dilfuza Uchkunovna
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi*

Kirish. Talaba intellektual faoliyati tizimli kontseptsiyasini ishlab chiqishning nazariy-metodologik asosi uni tadqiq qilishning metodologik tamoyillarini ko'rib chiqishni talab qiladi. Metodologik prinsiplar xususiyat va ahamiyatli belgilarni, harakatga keltiruvchi kuchlarni, shaxs intellektual faoliyatining psixologik mexanizmlari va funksiyalarini mazmunli qilib tasvirlash, hamda o'rganilayotgan jarayonning tipologiya va dinamikasini aniqlash, olingan empirik materialni umumlashtirish va interpretatsiya qilish imkonini beradi.

Quyida keltirilgan shaxs intellektual faoliyatini tadqiq qilishning metodologik tamoyillari B.G. Anan'evning o'rganilayotgan fenomenning rivojlanishini ta'minlovchi ruhiy funksiyalarni kompleks o'rganish haqidagi g'oyalarini tasdiqlaydi.

Bizning nazarimizda, shaxs intellektual faoliyati kontseptsiyasini ishlab chiqishda turli yoshdagi talabalar muhitida quyidagilarni hisobga olish kerak:

- intellektual faoliyat va shaxsning bazaviy xarakteristikasi; determinatsiya va uning ishlash jarayonining o'ziga xos xususiyatlari;

- shaxs intellektual faoliyatini faollashtirishdagi jamiyat talablari, shaxs intellektual faoliyatining rivojlanishida "faollashtiruvchi", rag'bat bo'lib chiqayotgan yangi texnologiyalar, usullar va vositalardan foydalanish, intellektual faollik, kreativlik, ijodkorlik, irodani boshqarishni oshirish uning mahsuldor rivojlanishining optimal usullarini tanlash;

- shaxsning maksimal yutuqlarga tomon yo'naltirilgan shaxsiy strategiyasini tuzish uchun intellektual faoliyatni faollashtirish imkoniyatlari haqidagi tasavvurlari.

Shaxs intellektual faoliyatini optimallashtirish kontseptsiyasini ishlab chiqishni tadqiq qilinayotgan ruhiy fenomenning butun tabiatini ontologik ajralmas funktsional komponentlardan iborat bo'lgan murakkab tashkil topgan bir butun sifatida tushunish imkonini beradigan, K.A. Abulxanova, V.A. Barabanshikov, L.I. Antsiferova, B.F. Lomov, V.S. Merlin va boshqalar tomonidan ishlab chiqilgan *tizimlilik tamoyiliga* tayangan holda amalga oshirish zarur.

Tizimlilik tamoyiliga tizim sifatlarining o'zgarishlariga eng sezgir tamoyil sifatida murojaat qilishning sababi tizim xossalarini o'lchash va differentsiyalash imkonini beradi va bu o'rganilayotgan fenomenni ochib beruvchi mantiqiy-metodologik vositalarni qo'llash muammosini keskinlashtiradi. Ushbu tamoyil shaxs intellektual faoliyatining turli komponentlari o'rtasidagi bog'liqlikning asosiy turlarini izohlaydi. U o'rganilayotgan fenomenning alohida komponentlari ichidan bir-biri bilan bog'langanligini, bir butunni hosil qilishini va buning hisobiga yangi xususiyatlarga ega bo'lishini taxmin qiladi. Shaxsning intellektual faoliyati o'z tashkilotining turli darajalariga ega bo'lib, unda ichki psixologik struktura komponentlariga ma'lum bir tashki dinamik tarkibiy qismlar to'g'ri keladi. Bunda shaxs intellektual faoliyatining rivojlanishi va dinamikasi uning tarkibiy qismlarining harakatchatligidan, ular ierarxik o'zaro bog'liqliklarining o'zgarishlaridan, bir elementlarning boshqalariga aylanishidan iborat. Bu shaxs intellektual faoliyatining strukturasini tadqiq qilish imkoniyatini beradi, chunki insonning hayot faoliyatini vaqtinchalik tashkillashtirish muammosini qo'yadi va bu spesifik qonuniyatlarning dinamikada namoyon bo'lishini o'rganish imkonini beradi. Hozirgi paytda alohida ruhiy funksiyalarning ierarxik-darajali strukturasini atroflicha ochib beradigan va uning inson hayotining turli xil makro- va mikrodavrlariga aylanishini kuzatadigan, hamda ruhiy jarayonlarning turli xil bosqichlarida u yoki bu funktsiyani tashkillashtirishning markaziy hosil qiluvchilarini aniqlaydigan global tadqiqotlar mavjud.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Shaxs intellektual faoliyatini tahlil qilish uchun tizimlilik tamoyilini qo'llash metodologik jihatdan uning tuzilishini ochib berish va rivojlanish bo'yicha dastur ishlab chiqish imkonini beradi, ya'ni shaxs potentsial imkoniyatlarining namoyon bo'lishining qulay va noqulay sharoitlari haqida axborot beradi. Shu bilan birga, bu tamoyilning qiymati shundaki, u shaxs intellektual faoliyatini strukturali tashkillashtirishdagi tipologik farqlarning sababini tushunish va shaxsning subekt sifatida beshta mustaqil kichik strukturasini ajratish imkonini beradi[1]:

- 1) kognitiv (insonning dunyo va o'zi haqidagi bilimlarini reprezentatsiyalovchi);
- 2) ehtiyojli-motivatsion (insonning turli ehtiyojlarini belgilaydigan);
- 3) emotsional (insonning his-tuyg'ularini ifodalovchi);
- 4) iroda-boshqaruvli (shaxs intellektual faoliyatini integratsiyalovchi va koordinatsiyalovchi);
- 5) natijali (natijani tahlil qiluvchi)

Intellektual faoliyatni tadqiq qilish kontekstida tilga olingan kichik strukturalarni shaxsning intellektual rivojlanishi jarayonida faollashtirish haqida gap boradi va bunda uning subektligi to'laligicha namoyon bo'ladi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Qulaylashtirish tamoyili shaxs intellektual faoliyatining rivojlanishini ta'minlaydigan sharoitlarni ajratish va tasvirlash imkonini beradi (A.N. Andreev, M.I.

Plugina va boshqalar). Yangi psixologik-pedagogik texnologiyalar asosida yaratilgan optimizatsiya usullari, faoliyatning maqsadlari, mazmuni, uslublari va vositalarini belgilab, kelgusida kutilgan natijalarni prognozlashtirish imkonini beradi. Bu esa, o'quvchi va talabalarning shaxsiy rivojlanishini faollashtiradi, ularning qobiliyatlari, qiziqishlari va ijodiy potentsiallarini yuksaltirishga xizmat qiladi.[2].

Qulaylashtirish tamoyillari:

1. Shaxslilik – har bir o'quvchining individual xususiyatlarini inobatga olish.
2. Faoliyatlilik – o'qitish jarayonida faol ishtirok etishni ta'minlash.
3. To'g'ri munosabatlar – o'quvchilar o'rtasida ijobiy muhit yaratish.
4. Integratsiya – turli fanlar o'rtasida bog'lanishlarni ta'minlash.

Ushbu tamoyillarni amalga oshirish orqali intellektual faoliyatni rivojlantirish, samarali o'qitish va o'rganish jarayonlarini optimallashtirish mumkin.

Shaxsning psixologik tadqiqotida insonning – o'z davridagi tarixiy voqealar faol ishtirokchisining hayot faoliyati barcha bosqichlarining ijtimoiy-tarixiy shartlanganligi dominantlik qiladi (L.S. Vigotskiy, D.B. Elkonin va boshqalar).

Rivojlanish tamoyili ta'kidlaydiki, shaxsning intellektual faoliyati dinamik, bundan kelib chiqadiki, uni o'rganishning adekvat usuli genezis qonuniyatlarini tadqiq qilishdir (V.G. Aseev, P.P. Blonskiy, D. Bruner, L.A. Venger, L.S. Vigotskiy, A.V. Zaporoztsev, V. Keler, E. Klapared, A.A. Mitkin, G. Spenser, S. Xoll, V. Shtern va boshqalar). Shaxs intellektual faoliyatining rivojlanish jarayonini ruhiy rivojlanishni harakatlantiradigan qarama-qarshiliklarning kurashi hamda ishlashning ancha oddiy darajasidan ancha murakkab darajasiga ko'p marta o'tish sifatida ko'rib chiqish lozim. Bunda shaxs hamkorlikdagi faoliyatni amalga oshirar ekan, ijtimoiy tarixiy tajribani o'zlashtirib oladi va bu insonning motivatsiyasi va dunyoqarashining shakllanishi va rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Mazkur tamoyil o'rganilayotgan fenomen namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlari, uning paydo bo'lishi tarixi, kelib chiqishi, shakllanishi va rivojlanish istiqbollari tadqiq qilish imkonini beradi. Shaxs intellektual rivojlanishining ikkita turini ajratish lozim: filogenetik – inson zoti filogenezi jarayonida rivojlanish va ontogenetik – individning hayot faoliyati jarayonida rivojlanish. Rivojlanish ijtimoiy vaziyatga bog'liq holda tezlashishi yoki sekinlashishi mumkin, hattoki ba'zi bosqichlar umuman yo'qolib ketishi ham mumkin va bu rivojlanishning bir chiziqli emasligidan dalolat beradi. Intellektual faoliyat strukturasi qolipga tushirilgan rivojlanish bosqichlariga ega. Shaxs intellektual faoliyatining rivojlanish jarayonini kelishmovchiliklar va ziddiyatlarni yuzaga keltiruvchi qarama-qarshiliklar kurashi sifatida yoki bo'lmasa, muvozanat, sokinlik va barqarorlikka tomon yo'nalish sifatida ko'rib chiqish kerak [4].

V.G. Aseev ruhiy rivojlanishni harakatga keltiruvchi qarama-qarshiliklarning murakkab, bir-birini qoplovchi strukturasi ko'rib chiqadi: shaxsning shakllangan funksional imkoniyatlari va konkret mexanizmlar va konkret vaziyatga oid qarama-qarshiliklar ta'siri ostida turg'un, nisbatan o'zgarmaydigan “determinatsiya maydoni”ni

paydo qiluvchi obektiv talab qilinadigan sifatlar o'rtasidagi ziddiyat . Shaxs intellektual faoliyatining rivojlanish jarayoniga ishlashning ancha oddiy darajasidan ancha murakkab darajasiga ko'p martalab o'tish sifatida qarash rivojlanish paradoksini konkret hal qilish zaruratini qo'yadi va bu shundan iboratki, oliy quyidan paydo bo'ladi, quyida esa, hali oliy yo'q .

L.S. Vigotskiyning ishlarida inson tarixiy rivojlanishning borishida boshqalar bilan hamkorlikdagi faoliyati va muloqoti jarayonida ijtimoiy-tarixiy tajribani o'zlashtiradi [4], buning ustiga "jamiyat tipi"ning o'zi shaxs rivojlanishining imkoniyatlari, chegaralari va usullarini belgilaydi. L.I. Antsiferova o'zining tadqiqotlarida ta'kidlashicha, "shaxs – bu insonning jamiyatda, konkret tarixiy sharoitlarda mavjud bo'lish shakli, bu ijtimoiy aloqalar va munosabatlarning mavjudligi va rivojlanishining individual shakli. Hozirgi zamon jamiyati insonning qiziqishlari, ehtiyojlari va dunyoqarashining shakllanishiga ta'sir ko'rsatadigan keskin ziddiyatlar bilan xarakterlanadi.

Xulosa. Talabalarining intellektual faoliyatini optimallashtirishning psixologik determeninatlarni aniqlash jarayonida tizimlilik, rivojlanish, o'z-o'zini rivojlantirish prinsipi, determinizm prinsipi, ong, shaxs va faoliyat birligi prinsipi, subekt prinsipi, umumiy bog'liqlik, individuallashtirish prinsiplariga tayanish lozim.

Talabalar umumiy intellektining standart testlar orqali o'lchanadigan vizual va amaliy hamda sotsial intellektlari esa, umumiy intellekt bilan bog'liq bo'lmagan aniq ko'nikmalar va bilimlarni talab qiladi.

Talabalar intellektual rivojlanishida kognitiv uslublardagi mumkin bo'lgan gender farqlariga qaramay, talabalar aqliy jarayonlarning rivojlanishida individual o'zgaruvchanlikni namoyon etishi mumkin. Talaba yigitlarning individual xususiyatlari, ularning tayyorgarligi va muayyan turdagi vazifalar bilan o'zaro munosabatda bo'lish tajribasi ularning kognitiv strategiyalarini qo'llash natijalari qizlarning natijalari bilan o'xshashligiga olib kelishi mumkin. Korrelyatsiyalar mantiqiy fikrlash va axborotni qayta ishlash o'rtasidagi muhim aloqalarni ko'rsatadi, bu kognitiv jarayonlar jinsdan mustaqil ravishda rivojlanishi mumkinligini ko'rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ананьев, Б. Г. (2001). Человек как предмет познания. — Санкт-Петербург: Питер.
2. Андреев, В. И. (2004). Педагогика: учебный курс для креативного саморазвития. — Казань: Центр инновационных технологий.
3. Плугина, М. И. (1998). Развитие познавательной активности студентов в учебном процессе. — Москва: Педагогика.
4. Выготский, Л. С. (1982). Мышление и речь. — Москва: Педагогика.
5. Выготский, Л. С. (1991). Проблемы развития психики. — Москва: Педагогика.

6. Эльконин, Д. Б. (1989). Психология развития школьника. — Москва: Знание.

7. Эльконин, Д. Б. (1971). Введение в психологию развития. — Москва: Педагогика.

INNOVATSION YONDASHUV ASOSIDA PEDAGOGLARDA IJTIMOIY-MADANIY KOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISH

*Raxmonova Mehrixon Xoshimovna,
Farg'ona viloyati Pedagogik mahorat markazi
katta o'qituvchisi*

Hozirgi kunda xalqaro miqyosda bo'lajak mutaxassislarni innovatsion tayyorlash, zamonaviy ta'limni amalga oshirish bo'yicha bir qator ishlar amalga oshirilmoqda. Pedagoglarning kasbiy mahorati mezonlari, innovatsion ta'lim muhitini yaratish masalalarini xalqaro ta'lim standartlari talablarining joriy qilinishiga alohida ahamiyat qaratilmoqda. Bunda o'qituvchilarning pedagogik kompetentligini ya'ni, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni ta'lim jarayonida muvaffaqiyatli qo'llashning motivatsion, kognitiv, operatsion, refleksiv va o'z-o'zini baholash kabi indikatorlari asosida kengaytirish ham muhim o'rin tutadi.

Harakatlar strategiyasida "uzluksiz ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, sifatli ta'lim xizmatlari imkoniyatlarini oshirish, mehnat bozorining zamonaviy ehtiyojlariga mos yuqori malakali kadrlar tayyorlash siyosatini davom ettirish" kabi ustuvor vazifalar belgilangan. Ilg'or xorijiy tajribalar asosida pedagoglarni tayyorlashning zamonaviy ta'lim mazmunini modernizatsiyalash, ichki imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishga imkon beruvchi zarur shart-sharoitlar yaratish bo'yicha ishlar olib borilmoqda.

Bugungi kunda psixologik yondashuv asosida ijtimoiy-madaniy kompetentlikni rivojlantirishga yo'naltirilgan ta'lim muhitini shakllantirishning pedagogik tizimini takomillashtirish muhimdir. Psixologik nuqtai nazardan, kompetentlik "noan'anaviy vaziyatlar, kutilmagan hollarda mutaxassisning o'zini qanday tutishi, hamkasblari bilan o'zaro munosabatlarga yangicha yondashuvi, noaniq vazifalarni bajarishda hamda ziddiyatlarga to'la ma'lumotlardan foydalanishda izchil rivojlanib boruvchi va murakkab jarayonlarda harakatlanish rejasiga egaligini anglatadi. Inglizcha "competence" tushunchasi lug'aviy jihatdan bevosita "qobiliyat" ma'nosini ifodalaydi. Mazmunan esa faoliyatda nazariy bilimlardan samarali foydalanish, yuqori darajadagi kasbiy malaka, mahorat va iqtidorni namoyon eta olishni nazarda tutadi. Kasbiy kompetentlik mutaxassis tomonidan kasbiy faoliyatni amalga oshirish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar egallanishi va ularning amalda yuqori darajada qo'llay olinishidir. Biroq, kasbiy kompetentlik mutaxassis tomonidan alohida bilim, malakalarning egallanishini emas, balki har bir mustaqil yo'nalish bo'yicha

integrativ bilimlar va harakatlarning o'zlashtirilishini nazarda tutadi, shuningdek, kompetentsiya mutaxassislik bilimlarini doimo boyitib borishni, yangi axborotlarni o'rganishni, eng muhimi, ilmiy ma'lumotlarni izlab topish, ularni qayta ishlash va o'z faoliyatida qo'llay bilishni taqozo etadi. Keyingi paytlarda mutaxassislar tomonidan kasbiy kompetentlik masalasini tadqiq etishga qiziqish ancha kuchayib bormoqda. Kompetensiya turli soha mutaxassislari faoliyatiga qo'yiladigan zamonaviy talablar majmuiga teng bo'lib, uning kelib chiqish tarixi boshqaruv nazariyasi, ish jarayonini ishlab chiqarish maqsadiga adekvat va to'liq mos tarzda to'g'ri boshqarish asosida uning samaradorligini so'zsiz ta'minlash, menejmentlik amaliyoti, ishlab chiqarish jarayonidagi xodimlar faoliyatiga qo'yilgan maqsad va samaradorlikka yo'naltirish bilan bog'liqdir. Kompetensiya tushunchasi shaxsga nisbatan umumiylik kasb etsa, kompetentlik individuallik xarakteriga ega. Kompetentlikning asosiy mezonlari mahsuldor faoliyat, raqobatbardosh kadrlar tayyorlash natijasi bilan belgilanadi. Pedagogning kompetentligida:

- bilim va ko'nikmalarni qo'llay olish qobiliyati;
- pedagogning xulq-atvor me'yorlarining jamiyat talablariga mosligi;
- bilim, ko'nikma va malakalar (BKM), qobiliyat, motiv, shaxs, kommunikativ sifatlar va boshqa tushunchalarning umumiy yig'indisi;
- pedagogning tayyorgarligi va ko'nikmasi;
- lavozim vazifalariga mas'ulligi va vakolati;
- kasbiy muhim sifatlar, tashkilotchilik konteksti bilan birgalikda;
- kasbiy tajribani chuqur anglanishi;
- shaxsiy xususiyatlar majmui, individuallik;
- samarali ishlab chiqarish faoliyati mezonlari, ijodkorlik kabi xislatlar shakllangan bo'lishi kerak.

O'qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish jarayoni ularda ijtimoiy-madaniy kompetentlik darajasining rivojlanganligi bilan uzviy aloqador. Pedagogik faoliyatda kasbiy kompetentlik umumiy tuzilmasining muhim tarkibiy qismlaridan biri – bu, ijtimoiy-madaniy kompetentlik hisoblanadi. Zamonaviy o'qituvchi nafaqat o'quvchiga bilim beradi, ma'lumot, axborot yetkazadi, balki rivojlanayotgan shaxs va jamiyat o'rtasida vositachi rolini ham bajaradi. O'qituvchi- oquvchi munosabatlarini o'zaro aloqasini maqsadga muvofiq bo'lishi o'qituvchining qanchalik ijtimoiy hayotda kompetentli, omilkor ekangigiga ham bog'liqdir. Ijtimoiy-madaniy kompetentlikning asosiy vazifalariga – moslashish, ijtimoiy yo'nalganlik, shaxsiy va umumijtimoiy tajribalarning uyg'unlashuvi kabi jihatlarni kiritish mumkin. Shaxs ijtimoiy-madaniy kompetentligining qay darajada ekanligi o'zaro shaxslararo munosabatlarni olib borish, faoliyatni yo'lga qo'yish jarayonida muhim ahamiyat kasb etadi. Ekologik, siyosiy, mafkuraviy, ijtimoiy o'zgarishlar nafaqat ijtimoiy tafakkur rivojini belgilaydi, balki insonlarning o'zini o'zi anglashi, hayotiy qadriyatlari, shaxsiy muammolariga ham ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning kompetentsiyaviy ijtimoiy xulq-atvori shakllanishi mexanizmlari,

namoyon bo‘lish tendensiyalari, motivatsiyasi, mazmuniga bo‘lgan qiziqish, avvalo, “shaxs-jamiyat” o‘zaro aloqasi xarakterining ijtimoiy ravnaqi, rivojlanishiga ko‘rsatadigan ta’siri bilan tavsiflanadi. Ijtimoiy-madaniy kompetentlikning quyidagi o‘ziga xos jihatlarini ajratib ko‘rsatish mumkin:

1) ijtimoiy-madaniy kompetentlik o‘zida jamiyat va madaniyat talablarini ifoda etishi mumkin. Bu esa, shaxsning ijtimoiy-axloqiy me’yorlar mazmuni haqidagi bilimlarga, madaniy talablar asosida faoliyat shakllarini tashkillashtirish ko‘nikmasiga egaligi hamda uning qadriyatli yo‘nalganligi bilan izohlanadi.

2) ijtimoiy-madaniy kompetentlik insonning ijtimoiy o‘zaro sheriklik, hamkorlik sub’yekti sifatidagi yaratuvchilik xususiyatlarini ham aks ettiradi.

Ijtimoiy-madaniy kompetentlikni rivojlantirish jarayoni o‘qituvchilarga ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar, yaratilayotgan yangiliklar va rivojlanishlar bo‘yicha tushunchalar berib borish asosida ularda kasbiy kompetentlikni muntazam rivojlantirib borishning korporativ asoslarini inobatga olishni taqozo etadi. Ta’lim va tarbiya jarayonlariga tizimli yondashuv – bu, o‘qitish va tarbiyalash natijalariga asoslanib, mazkur jarayonlarning maqsad va vazifalarini aniqlashtirish, har bir bosqichini alohida-alohida loyihalash, ta’lim va tarbiyaning shakl, metod va vositalarini aniq belgilab olishga qaratilgan jarayon hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, kompetentlikga asoslangan yondashuvning maqsadi zamonaviy ta’lim nuqtai nazaridan kelib chiqqan holda, mutaxassisning nazariy bilimlari va uni amaliy qo‘llash o‘rtasidagi uzilishni yengishga intilishdir. Shuning uchun zamonaviy o‘quv jarayoni amaliyotda qo‘llanilishi qiyin bo‘lgan bilimlarni o‘quvchilarga berishdan iborat emas, aksincha shu bilimlarni dolzarb kasbiy muammolarni hal qilish uchun safarbar etish, shuningdek o‘quv jarayonida bu kabi muammolarni o‘quvchilarning o‘zlari mustaqil ravishda hal qilishlari uchun sharoit yaratishdan iborat bo‘lishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-sonli «O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida»gi Farmoni. O‘zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to‘plami, 2017 yil, 6-son, 70-modda.

2. Musurmonova O. Pedagogik texnologiyalar – ta’lim samaradorligi omili. Monografiya. – T.: Yoshlar nashriyot uyi, 2020. – B.184.

3. Ishmuhammedov R., Abduqodirov A., Pardayev A. Ta’limda innovatsion texnologiyalar. – T.2009

4. Muslimov N.A, Usmonboyeva M.H, Sayfurov D.M, To‘rayev A.B . Innovatsion ta’lim texnologiyalari. – T. 2015

5. Ziyo.net.

**ALOHIDA YORDAMGA MUHTOJ BO'LGAN BOLALARNI
INKLYUZIV TA'LIM JARAYONIGA MOSLASHTIRISH VA BUNDAY
BOLALARNING PSIXOLOGIK HOLATLARI.**

*Rizayeva Shalola Mamir qizi,
Mustaqil izlanuvchi.*

Zamonaviy fan, texnika va texnologiyalarni rivojlantirish asosida kadrlar tayyorlashning takomillashgan tizimini yaratish mamlakatni taraqqiy ettirishning eng muhim sharti hisoblanadi. Tizimning amal qilishi kadrlarning istiqbolga mo'ljallangan vazifalarni hisobga olish va hal etish qobiliyatiga, yuksak umumiy va kasbiy madaniyatiga ijodiy va ijtimoiy faollikka, ijtimoiy-siyosiy hayotda mustaqil ravishda yo'nalish ola bilish mahoratiga ega bo'lgan yangi avlodni shakllantirishni ta'minlaydi.

Mamlakatimizda imkoniyati cheklangan bolalar tomonidan atrof-muhitni qay darajada idrok etilishini o'rganmay turib, ularning kuchli tomonlari va zaif jihatlarini, boshqacha aytganda, muammolarini aniqlay olmaymiz. Imkoniyati cheklangan bolalarning hayot davomida duch kelayotgan sensor, ijtimoiy va emotsional qiyinchiliklari axborotlarni idrok qilishdagi individual o'ziga xosliklari bilan bog'liqdir. Imkoniyati cheklangan bolalar turli shakllarda, aqliy va nutqiy rivojlanishning turli darajalarida namoyon bo'ladi, shu sababli bunday bolalarni maxsus va umumta'lim maktabgacha ta'lim tashkilotlarida, yordamchi maktablarda uchratish mumkin. Hamma joylarda bunday bolalar boshqa odamlar bilan o'zaro aloqa qilishda, muloqotda, ijtimoiy moslashishida juda katta qiyinchiliklarga duch keladilar. O'z vaqtida tashxis qilinmaslik va tegishli yordamning, atrofda gilarning xayrixohligi va to'g'ri qo'llab-quvvatlashining mavjud emasligi tufayli (aqli zaif) bolalarning ko'p qismi "ta'limga qobiliyatli emas" deb topiladi va ijtimoiy jihatdan moslashmaydi. Bunday bolalar bilan ishlash davomida ularga yordam qo'lini cho'zishimiz uchun kerak bo'ladigan vosita va usullarni topishimiz dardkor.

Imkoniyati cheklangan bola bilan ish olib borishda oila jamoasi markaz hisoblanadi. Oilaning pozitsiyasi faol bo'lmasa, uning yaqinlari faqatgina passiv-achinish pozitsiyasida bo'lsa bunday bolaga yordam berish qiyin bo'ladi. Imkoniyati cheklangan bolaning bir butun rivojlanishi buzilgan va uni to'g'ri yo'lga solish uchun uning butun hayotini maxsus tashkil etish lozim, maishiy odatlarning barcha mayda tomonlari ham e'tiborga olinishi kerak. Ayniqsa, imkoniyati cheklangan bolaning yaqinlarini doimiy hissiy qo'llab-quvvatlashi va ularning bola bilan birgalikdagi intilishlari muhimdir. Imkoniyati cheklangan bolaning korreksiyasi – bu hatto davolov rivojlantiruvchi ta'lim, alohida psixik doiralar, muammolar, funksiyalar (idrok, motorika, tafakkur yoki nutq) ustida ishlash bilan bir qatorda, balki davolovchi tarbiya - bola bilan birgalikda kundalik hayotni asta-sekin anglash, uni o'zaro harakatini faollashtirishga undash, bu faollik amalga oshiriladigan hayotning shakllarini egallashga yordam berishdir. Hozirgi kunda butun dunyoda alohida yordamga muhtoj

bolalarni o'rganish, ulardagi nuqsonlarning kelib chiqish sabablari, rivojlanishi, ularning oldini olish, maxsus yordamga muhtoj bolalarga ta'lim-tarbiya berish, ulardagi nuqsonlarni tibbiy-psixologik-pedagogik korrektsiyalash bo'yicha olib borilgan bir qator ishlar mavjud.

Inklyuziv ta'limning siyosati turli xil ehtiyojli bolalarni ta'lim olishini qo'llaydi, va yutuqqa erishishiga yordam beradi hamda yaxshi hayot qurishiga yordam beradi.

K.D.Ushinskiyning «Inson tarbiya va bilimlarni o'zlashtirishda asosiy predmetdir» asarida pedagogik ta'sir jarayoni hisoblangan insonning psixologik xususiyatlari, uning o'ziga xos tomonlari o'z aksini topgan.

Aynan shu bois pedagoglarga va oila a'zolariga bolaning hayotga moslashuvida ularning qo'llab-quvvatlovi juda ham zarurdir. Inklyuziv ta'lim tizimi (fransuzcha inclsif – o'ziga tortuvchi, qamrab oluvchi lotinchada esa include- qamrab olaman, jalb qilmoq, ya'ni barcha bolalarni ularning ruhiy- jismoniy holatidan qat'i nazar ta'lim jarayonida to'laqonli ishtirok etishni bildiradi.

Har bir bola shaxs sifatida mukammaldir va har bir bola hayotga moslashish va rivojlanish uchun yordamga muhtojdir.

Imkoniyati cheklangan bolalar yani maxsus ehtiyojli bolalar, boshqa bolalar, o'qituvchi va tarbiyachilar faoliyati inklyuziv ta'limda o'ziga xos o'rin tutadi. Bunday ta'lim tufayli maxsus ehtiyojli bolalar:

- jismoniy va ruhiy ehtiyojlarini qondiradilar
- ijtimoiy xulq va o'ziga-o'zi xizmat ko'rsatish malakalarini yaratadilar:
- ularning imkoniyatlarini hisobga olgan o'quv materiallarini o'zlashtiradilar:
- Tengqurlari bilan turli o'yinlarda ishtirok etib rivojlanadilar:
- Jismoniy tarbiya darslarida shaxmat–shashka o'yinlari turli sport musobaqalarda vaqtni kuzatuvchi hakam yoki darvobozabon bo'lishlari mumkin:
- Do'stona muhitda do'st orttiradilar:
- Turli ko'ngil ochar va bayramona tadbirlarda ishtirok etadilar:
- Sinfda o'tkazilgan tadbirlarda ishtirok etadilar:
- Tozalik, ozodalikni shaxsiy gigiyenaga amal qilishni taminlaydilar:
- Sinf jamoasi oldida mas'uliyat hissini rivojlantiradilar:
- Darslar jarayonlarida didaktik va o'yin vositalarni tayyorlashda birgalikda ishtirok etadilar:

Inklyuziv ta'lim maxsus ehtiyojli nogiron bolalar ham faqat maxsus maktablarda emas, balki sog'lom bolalar o'qiydigan umumta'lim maktablarda ham ta'lim-tarbiya olishlari mumkin. Bu faqatgina maktablar miqyosida emas balki maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ham ta'lim- tarbiya olishlari, bu davrda bu tashkilotlarda umumiy maktab boshlang'ich sinflariga tayyorlash. Bolani ertangi kunida qiyinchiliklarga uchramasligiga, maktab darsliklarida tengdoshlaridan ortda qolmasliklariga yordam beradi.

Buning uchun esa maktab darajasi maktagacha ta'lim tashkilotlari ham

o'qituvchi-tarbiyachilar inklyuziv ta'lim tizimiga tayyor bo'lishi, maktab darajasi, jismoniy sharoit va o'qishga imkon omillari shu ta'lim talablariga to'la javob berishi kerak. Maktab darajasida integratsiyani muvaffaqiyatli kiritishga bir necha o'zaro bog'liq omillar ta'sir ko'rsatadi. Demak zinapoyalardan ham, eshiklardan ham sog'lom bolalar bilan birga nogiron bolalar ham bemaolol o'tishlari uchun qulay sharoit yaratilishi shart.

Bundan tashqari maxsus o'rindiq hamda moslamalar ham nogiron bolalarga mos bo'lishi kerak. Maxsus yordamga muhtoj bolalarni inklyuziv ta'lim tizimida umumta'lim maktablarda o'qitishga kerakli shart sharoitlar yaratilgandan so'ng, bu toifadagi bolalarni ta'limga jalb qilishda nimalarga e'tibor berish ularni o'qitishda asosiy e'tiborni nimaga qaratish lozim ularni o'qitish jarayonlarini qanday tashkil etilsa maqsadga muvofiq bo'ladi kabi bir qator masalalarga e'tibor qaratishni taqozo etadi.

Albatta maxsus yordamga muhtoj bolalarning o'zlarining jismoniy ruhiy, aqliy rivojlanishini xususiyatlardan kelib chiqib ularda ma'lum bir imkoniyatlarni cheklanganligi, maxsus yordamga muhtojligi, mustaqil o'z faoliyatini boshqara olishni chegaralanganligini hisobga oladigan bo'lsak bu bolalarni ta'limga jalb qilingan jarayonda ularni o'qitish va ta'lim berishda o'qituvchi va tarbiyachilardan juda katta masuliyat talab etiladi.

Inklyuziv ta'limining asosiy maqsadi, ta'limni boshlash imkoniyatiga ega bo'lgan barcha bolalar, shu jumladan alohida yordamga muhtoj bolalarni umumta'lim jarayoniga qamrab olishdir, bunday bolalar ongiga nogironlik –alohidalik emas, balki kamchilikni mavjudligi natijasida imkoniyatlar chegaralanganligi ekanini to'g'ri tushuntira bilish lozim. Imkoniyati cheklangan bolalardan qo'rqish, jirkanish hislarini yo'qotishga erishish talab etiladi.

Ya'ni:

- Har bir bola ta'lim olish uchun asosiy huquqqa ega va kerakli darajada bilim olish imkoniyatiga ega bo'lishi kerak .

- Har bir bola o'ziga xosliklariga ega, qiziqishlarga qobiliyat va o'quv ehtiyojiga ega.

- Barcha yoshdagi bolalar atrofida yashayotgan va ishlayotgan bolalar bilan bir xil sharoitda o'qishlari va kamol topishlari zarur .

- Inklyuziv sinflar o'quvchilar va pedagoglarga jamiyatga va maktabga yangicha qarashni rivojlantirish orqali jamiyatning eng yaxshi a'zolari bo'lishlari uchun yordam berishga yo'naltirilishi zarur.

- Inklyuziv ta'lim, umumta'lim maktablari o'qituvchilari, direktorlari, ota-onalar va maxsus pedagoglarni bitta guruhda hamkorlik qilishlarini talab qiladi.

Ko'p hollarda yordamga muhtoj bolalarning ota-onalari o'z bolalarining ta'limga oid huquqlari va boshqa imkoniyatlari haqida yetarli tushunchaga ega bo'lmaganligi sababli bu bolalarga to'g'ri ta'lim berishni talab qilmaydilar.

Ota-onalar o'z bolalaridagi nuqsonlar tufayli uyalish va o'zini yo'qotib qo'yish

kabi to'siqlarni yengishi haqida ma'lumotga ega bo'lishlari kerak. Bu o'rinda imkoniyati cheklangan bolalarning ota-onalariga inklyuziv ta'limning mazmuni nimalardan iboratligini va bu bolalarni inklyuziv ta'lim tizimida o'qitilishini muhim ahamiyatli tomonlari haqida batafsil ma'lumot berishi zarur.

Eng muhim jihat alohida yordamga muhtoj bolalarning psixologik holatlaridir, sababi bunday bolalarning psixologik holatlari o'ziga hosligi bilan ajralib turadi. Bunday bolalarga nisbatan oila a'zolar o'rtasida ham har xildagi munosabatlar mavjud. Ayrim holatlarga to'xtalib o'tadigan bo'lsak.... bolaga nisbatan yuk, oilaga keraksiz insondek oila a'zolari tomonidan munosabat bildirilishi, salbiy holat munosabatlar shu darajada bolaning o'zini o'z oila a'zolari o'rtasida ham noqulayliklarni his qilib turishiga sabablardan biridir. Bazi oilalarda aynan bu ko'rinishning aksi mavjud bo'lib, alohida yordamga muhtoj bola dunyoga kelganidan bu bolaga katta e'tibor qaratilishi, nuqsonni korreksiyalashga, boshqa farzandlardan ajratmasdan bir xildagi munosabatlarni yo'lga qo'yilishi natijasida bolaning o'ziga nisbatan yuqori ishonchning rivojlanishi, bilish jarayonlarining yuqori darajada bo'lishiga sabab bo'ladi. Biroq ta'lim olish uchun mos shart –sharoitlarni tanlash har bir bolaning va ota – onasining huquqi hisoblanadi. Shunday qilib, o'ziga xos ehtiyojlari bo'lgan bolaning umumta'lim sohasiga samarali jalb qilinishi uchun quyidagilar zarur:

- Bolaning rivojlanishida ijobiy natijalarga erishishga imkon beradigan korreksion tadbirlarni erta yoshdan boshlash;

- Umumiy ta'limga jalb qilingan har bir bola uchun tibbiy- psixologik- pedagogik kuzatuvni, ya'ni mutaxassislarning doimiy yordamini tashkil etish;

Ruhiiy- jismoniy rivojlanishi va ta'lim ehtiyojlaridan kelib chiqib, imkoniyati cheklangan har bir bolaning sog'lom bolalar bilan birgalikda tarbiya va ta'lim olishining zarur shakllarini tanlashni ta'minlash.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Alohida ta'lim ehtiyojlari bo'lgan bolalarga ta'lim-tarbiya berish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" 2020-yil 13-oktyabrdagi PQ-4860-son qarori ijrosini ta'minlash maqsadida "Alohida ta'lim ehtiyojlari bo'lgan bolalarga ta'lim berishga oid normativ-huquqiy hujjatlarini tasdiqlash to'g'risida Vazirlar Mahkamasi qarori tasdiqlandi

Imkoniyati cheklangan har bir bolaning ta'lim va tarbiyasi bilan shug'ullanish alohida e'tibor talab etadi.

Lekin statistikaga ko'ra 2020-yilning o'zida O'zbekistonda ko'plab umumta'lim maktablarida 13 ming nafarga yaqin imkoniyati cheklanganligi bo'lgan o'quvchilar inklyuziv ta'lim bilan qamrab olingan.

Ta'lim tizimida islohotlar o'tkazish va pedagoglarning psixologik bilimdonlik hamda amaliy ko'nikmalarni tobora oshira borishni taqozo etadi. Shu bilan birga ta'lim-jarayonlariga yangicha yondoshish, uslub va mazmunan takomillashgan vositalardan unumli hamda o'rinli foydalanish zarurdir.

Inklyuziv ta'limni jarayoni murakkab jarayon bo'lib o'qituvchilardan katta mahorat va malaka talab qiladi. Xususan, o'quvchining tarbiyalanganlik darajasi va ruhiy holatini bilish, o'quvchilar jamoasi yosh xususiyatlariga mos tarzda rivojlanish darajasini aniqlash maqsadida diagnostika qilish lozim. Pedagogning kasb qobiliyati, faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari shu jarayonda to'la namoyon bo'ladi.

Pedagoglardagi ushbu faoliyatni bosqichlarda ko'rib chiqadigan bo'lsak.....

Birinchi bosqich: - o'qituvchi o'quvchilar individual hamda tipologik xususiyatlarni o'rganadi va tahlil qiladi; o'qitish metodini tanlaydi.

Ikkinchi bosqich: - tanlangan metodni qanday texnologiyalar asosida amalga oshirish, o'qitilayotgan fan mohiyati doirasida takomillashgan, ta'sirchan, maqbul yo'lni belgilaydi.

Quyidagi uchta psixologik tamoyillar pedagogik texnologiyani amalga oshirishda qo'llanilishi zarur:

1. O'quvchilarning individual psixologik xususiyatlari tahlili.
2. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasida taxsil va ta'lim munosabatlari tizimini shakllantirishga erishish.
3. Ta'lim jarayonida qo'llanilayotgan uslubning ta'limini rivojlanishini ta'minlash.

Ushbu psixologik tamoyillar o'quvchilarning bilimlarini egallash klassifikatsiyasini ko'rsatadi. Ta'lim berish jarayonida o'qituvchi nimaga diqqat qilish lozimligini uqtiradi. Zero, ba'zi o'quvchilar bilimlarni ma'ruza tinglash orqali o'zlashtirish qobiliyatiga ega toifaga mansub. Ba'zilar esa kitobni mustaqil o'qish orqali fanni yaxshi egallash xususiyatiga ega. Uchinchi toifa o'quvchi o'qituvchining rag'batlantirishi, "yashirin" shaxsiy qiziqishlarini uyg'otishi tufayli yaxshi tahsil olib bilimlar egallaydi.

Tanlangan psixologik tamoyillardan biri shaxsning va unga xos bo'lgan xususiyatlarning sifat o'zgarishlari ta'lim jarayonining keyingi bosqichlarida ijobiy natijalar yuz berishida katta ahamiyat kasb etadi. Erishilgan natija O'qituvchi ish uslubi ta'lim jarayonida qanchalik to'g'ri tanlanganligini namoyon qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Vazirlar Mahkamasining 2021-yil 12-oktabr "Alohida ta'lim ehtiyojlari bo'lgan bolalarga ta'lim berishga oid normativ-huquqiy hujjatlarini tasdiqlash to'g'risida"gi 638-sonli qarori
2. Ture Yonsson. Inklyuziv ta'lim. O'qituvchilar uchun metodik qo'llanma. Yunesko xalqaro tashkiloti. Opereyshen Mersi Xalqaro Tashkiloti, Respublika ta'lim markazi.-T.:ilmiy jurnal. Toshkent, 2002. - №1-2
3. Davis S. F. Handbook of Research Methods in Experimental Psychology. – Blackwell Publishing Ltd, 2013. – 515 p.
4. M.E.Zuvarova Umumiy psihologiya - T.: " O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati"– 2014.

**MILLATLARARO NIKOHLARDA FARZAND TARBIYASINING
PSIXOLOGIK XUSUSIYATLAR: IMKONIYATLAR VA MUAMMOLAR**

*Roziqova Malika Olim qizi,
Namangan davlat pedagogika instituti
o'qituvchisi*

Shaxsning ijtimoiylashuvining dastlabki bosqichi, ma'lumki, oila, bevosita oilaviy muhit, ya'ni o'ziga xos etnomadaniy muhitda sodir bo'ladi. Shaxsning shakllanishi ijtimoiy voqelikni idrok etishdan boshlanadi.

Bolalar ijtimoiy normalar va qadriyatlarni boshqalarning - ota-onalar, do'stlar, o'qituvchilarning ijtimoiy tajribasi orqali idrok etadilar. Insonning birinchi axloqiy e'tiqodi oilada shakllanadi. Shuning uchun oiladagi axloqiy muhit, insoniy munosabatlar darajasi millatlararo muloqot madaniyatini rivojlantirishning hal qiluvchi shartlaridan biridir.

Farzand tarbiyasi ayniqsa, millatlararo nikohlarda farzand tarbiyasi o'ziga xos ijtimoiy-psixologik jarayon hisoblanadi. Bunday oilalarda bola ikki yoki undan ortiq millat madaniyati, urf-odati va qadriyatlari ta'sirida voyaga yetadi. Bu holatning ijobiy jihati shundaki, farzandda keng dunyoqarash, bag'rikenglik, madaniyatlararo muloqotga ochiqlik, millatlararo totuvlik ruhida tarbiya shakllanadi. Shu bilan birga, tarbiya jarayonida bir qator muammolar – qadriyatlar to'qnashuvi, til tanlash, diniy qarashlardagi farqlar, qarindosh-urug' munosabatlaridagi o'ziga xosliklar – yuzaga kelishi mumkin. Farzandning barkamol shaxs sifatida voyaga yetishi ota-onalarning o'zaro kelishuviga, yagona tarbiyaviy pozitsiyani shakllantirishiga, madaniyatlararo muvozanatni ta'minlashiga bog'liqdir. Shu sababli millatlararo nikohlarda farzand tarbiyasi masalalarini psixologik, pedagogik va sotsiologik nuqtayi nazardan chuqur o'rganish dolzarb hisoblanadi.

Amerikalik yozuvchi G.Uaylderning yozishicha, oilaviy hayot ajoyib akustika bilan yovuzlikka o'xshaydi. O'sib borayotgan bolalar nafaqat so'zlarni eshitadilar, balki bu so'zlarning orqasida yashiringan fikrlar va niyatlarni farqlaydilar. Va, eng muhimi, ular ota-onalari nimani chinakam sevishlarini va nimadan nafratlanishlarini bilishadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni tarbiyalashning o'ziga xos yo'nalishi oilaning axloqiy-psixologik iqlimi va unda shakllangan bolalar va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarga bog'liq. Inson hayotining dastlabki davrida umumiy madaniyat, axloqiy yo'nalishlar, ijtimoiy-siyosiy pozitsiyalar, estetik ehtiyojlar, talablar, hayotiy munosabatlarning asoslari jadal ravishda qo'yiladi. Millatlararo muloqot madaniyatining yuqori darajasini shakllantirishda oilaning roli maktab ta'limi yillarida ham juda muhim bo'lib qolmoqda. Tabiiyki, shaxsning madaniy salohiyatini shakllantirish borasidagi ishlar qanchalik erta boshlansa, uning natijalari inson hayotining keyingi davrida shunchalik samarali bo'ladi. Darhaqiqat, bolalarda milliy o'zlikni anglash, vatanparvarlik va baynalmilallik

tuyg'ularini, dunyoqarashini shakllantirishda oila ta'sirini ochiq yoki ochiq o'zida aks ettirmaydigan muhim omil yo'q. Oila tuzilishining turi, ota-onalarning shaxsiyati, bolalar va ota-onalar o'rtasidagi shaxslararo munosabatlarning tabiati, milliy va lingvistik muhit, keksa avlodning ta'lim va madaniyat darajasi va hatto tasodifiy omillar – bular milliy va xalqaro tarbiyada hal qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillardir.

Millatlararo nikohda bolaning tarbiyasiga ta'siri, uning kelajakdagi jamiyatdagi o'rnini va bola duch kelishi mumkin bo'lgan muammolar zamonaviy jamiyatda dolzarbdir. Muhim mavjud muammo – bu, bolalarning milliy o'zini o'zi identifikatsiya qilish. Millatlararo nikohda bolalar har ikkala ota-onaning madaniyati va an'analari dunyosini uyg'un va teng ravishda qabul qilishlari juda qiyin. Ko'pincha, asosiy qiyinchiliklar bola oilada va jamiyatda muloqot qilishda foydalanadigan tildan kelib chiqadi. Turmush o'rtoqlar turli millatlarga ega bo'lgan vaziyatda ko'pincha muammolar paydo bo'ladi; oilani tashkil qilish va farzand ko'rishda ko'plab qiyin savollar tug'iladi, ularni turmush o'rtog'ining milliy qadr-qimmatini kamsitmasdan hal qilish kerak. Bu oiladagi eng og'ir va xavfli davr, nikoh barqarorligini idrok etish nuqtai nazaridan, bu erda kichik janjal va kamchiliklar mavjud bo'lib, agar ular etnik xususiyatga ega bo'lsa, ular osongina to'siq bo'lib qolishi va hatto mehribon turmush o'rtoqlarni bir-biridan uzoqlashtirishi mumkin. [1.]

T.G.Islomshina millatlararo oilalar haqida fikr yuritar ekan ushbu oiladagi mavud muammolardan biri sifatida shuni ta'kidlaydiki: bolalar ota-onalardan birining, ba'zan esa ikkala ota-onaning millati bilan aloqani butunlay yo'qotishini ta'kidlaydi. Bunday oilalardagi bolalar ko'pincha milliy bo'lib o'sadi. [2.] Nigilist - buniqilizmga amal qiluvchi, ya'ni umume'tirof etilgan axloqiy, axloqiy, ijtimoiy va madaniy qadriyatlar, ideallar, me'yorlar va hokimiyatlarni mutlaqo inkor etuvchi, ularni ma'nosiz yoki ob'ektiv asosga ega bo'lmagan shaxs. Bu atama lotincha "nihil" so'zidan kelib chiqqan bo'lib, "hech narsa" degan ma'noni anglatadi. [6.] Biroq, oilaviy munosabatlarning o'zlari to'liq barqarorligini ta'minlaydigan muhim jihat bor – bu, sevgining mavjudligi, u xato va kamchiliklarni kechirishi mumkin va uning yo'lidagi to'siqlarni yo'q qilish huquqiga ega.

Ko'pgina tadqiqotchilar va psixologlarning ta'kidlashicha, etnik jihatdan aralash oilalarda tug'ilgan bolalar monoetnik oilalarda tug'ilganlarga qaraganda ko'pincha sog'lom va aqlli roqdir. Bundan tashqari, ular kuchli genofondni meros qilib olishadi. 30 yildan ortiq genetik tadqiqotlar sohasida ishlagan Elena Eremina millatlararo nikohdan tug'ilgan bolalar haqida quyidagi fikrlarni baham ko'radi: Turli etnik guruhlardan bo'lgan juftliklar avlodlar davomida to'plangan, ko'pincha bir-biriga mos kelmaydigan noyob genetik xususiyatlarga ega. Bunday uyushmalardan tug'ilgan bolalar ko'pincha ota-onalarinikidan farq qiladi, ba'zida kuchli immunitet kabi xususiyatlarni namoyon qiladi. [3.] Bundan tashqari ushbu oilalarda tarbiyaning ijobiy jihatlari ham mavjud bo'lib, bu jihatlarga quyidagilarni keltirishimiz mumkin: keng dunyoqarash – farzand ikki yoki undan ortiq millat madaniyatini o'zlashtirib, ko'proq bilim va tajribaga ega

bo'ladi. Bag'rikenglik va tolerantlik – turli millat, din va urf-odatlariga hurmat ruhida tarbiyalanadi. Madaniyatlararo muloqot ko'nikmalari – bola turli tilda muloqot qilishni o'rganadi, bu esa kelajakda ijtimoiy moslashuvchanlikni oshiradi. Oila qadriyatlarining boyligi – ikki millatning eng yaxshi urf-odatlari, an'analari va qadriyatlari farzand tarbiyasida uyg'unlashadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Джабер, Хасан М.А. Проблемы и особенности воспитания детей в межнациональных семьях / Хасан М А Джабер. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2016. – № 3 (107). – С. 994-997. – URL: <https://moluch.ru/archive/107/25576/> (дата обращения: 02.04.2025).
2. Г.И.Загидуллина “Проблемы воспитания детей в межнациональных семьях.” образование в уральском регионе: научные основы развития и инновационные материалы -IV региональной научно-практической конференции.
3. Roziqova Malika Olimovna. (2025). Hild Upbringing Issues In Interethnic Marriages: Psychological Characteristics, Experiences, And Challenges. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 5(06), 70–72. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume05Issue06-18>
4. Perkins, Barbara Bridgman. Tibbiy etkazib berish biznesi, sog'liqni saqlash islohoti, tug'ilish va iqtisodiy tartib. Piscataway, NJ: Rutgers University Press, 2006. Chop etish.
5. Utepbergenov, M. A., & Roziqova, M. O. Q. (2025). Oilada yuzaga keladigan nizolarning bola ijtimoiylashuvi va tarbiyasiga ta'siri hamda nizolarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Science and Education, 6(2), 320-325.
6. Roziqova, M. (2023). Baynalminal oilalarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Interpretation and researches.
7. <https://ru.wikipedia.org>.

VASILA KARIMOVANING OILA PSIXOLOGIYASI BO'YICHA ILMIY QARASHLARI ASOSIDA NOTO'LIQ OILALARDA ULG'AYAYOTGAN BOLALAR IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK RIVOJINING DOLZARB MUAMMOLAR

*Rustamova Go'zal Xolmuhammad qizi
Namangan davlat pedagogika instituti Pedagogika fakulteti
Kreativ pedagogika va psixologiya kafedrasida o'qituvchisi.*

Oilaviy muhit bolaning shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Noto'liq oila sharoitida voyaga yetayotgan bolalar ko'pincha turli psixologik hamda ijtimoiy qiyinchiliklarga

a duch keladilar. Xususan, ota yoki onaning ishtirokisiz ulg'ayish, yetarli e'tibor

va mehrning yetishmasligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarining sustligi bolalarda salbiy hulq-atvor shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin. Mazkur maqola noto'liq oilalarda tarbiyalanayotgan bolalarda bunday muammolarning oldini olish yo'llarini ilmiy asosda tahlil etishga qaratilgan.

Mustaqillik yillarida jonajon yurtimiz O'zbekistonda oila, onalik va bolalikni ijtimoiy himoya qilish masalalari davlat siyosatining ustivor yo'nalishi sifatida e'tibor etildi. Mamlakatimiz Konstitutsiyasining 65-moddasida e'tirof etilganidek, bizda "Onalik va bolalik davlat tomonidan muhofaza etiladi". SHuningdek, Bosh qomusimizning 64-moddasida "davlat va jamiyat yetim bolalarni va ota-onalarining vasiyligidan mahrum bo'lgan bolalarni boqish, tarbiyalash va o'qitishni ta'minlaydi, bolalarga bag'ishlangan xayriya faoliyatlarini rag'batlantiradi". [1]

Professor **Vasila Mamanosirovna Karimova** o'z ilmiy izlanishlarida oilani inson hayoti va jamiyat taraqqiyotining poydevori sifatida talqin etadi. Uning fikricha, **oila – eng qadimiy va eng mustahkam ijtimoiy institut** bo'lib, insoniyat o'z tarixida qancha murakkab davrlarni boshidan kechirgan bo'lsa ham, oila o'zining tizimi, tarkibi va jamiyat oldidagi vazifalarini saqlab qolishga muvaffaq bo'lgan. Olimaning ta'kidlashicha, oilani insonlar tashkil etgani sababli undagi barqarorlik va hayot sifati, avvalo, o'zaro munosabatlarning psixologik jihatlariga chambarchas bog'liq. Shu bois, oilani **sof psixologik jarayonlar maskani** deb ham atash mumkin.

Karimova nazariyasida oila jamiyatning ajralmas bo'lagi sifatida talqin qilinadi. Har qanday millat yoki xalq taraqqiyotini oila qadriyatlaridan ajratib bo'lmaydi, zero, istiqbol hamisha oilaviy manfaat va barqarorlikka tayanadi. Unga ko'ra, har bir insonning hayoti va baxtiyorligi, avvalo, uning oilaviy muhitidagi uyg'unlik va ruhiy salomatlikka bog'liq. Inson o'z uyida, oilasida baxtli bo'lganidagina jamiyatda o'zini to'laqonli baxtiyor his etadi.[1]

Noto'liq oilada voyaga yetayotgan bolalar odatda ruhiy barqarorlikda zaifroq, o'ziga ishonchi pastroq bo'lishi, turli psixologik komplekslar shakllanishi mumkin. Ajralgan ayolning ijtimoiy maqomi ham unga qo'shimcha ruhiy bosim keltirib chiqaradi: u psixologik tayanchdan mahrum bo'lib, farzandlari uchun mas'uliyatni yolg'iz o'zi zimmasiga oladi. Natijada ona va bola ko'pincha ruhiy nochorlik — deprivatsiya holatiga duch keladilar.

Shuni ta'kidlash joizki, noto'liq oilaning mavjudligi muammolarning doimiy manbai bo'lishi shart emas, xuddi to'liq oila ham tarbiyada to'liq muvaffaqiyat kafolati emas. Farzand uchun oila — hayotdagi ilk va eng muhim maktabdir. Aynan oiladagi muhit shaxsiy fazilatlarining shakllanishiga asos soladi. Bu poydevor mustahkam bo'lishi uchun oilaning farovonligi ta'minlanishi zarur. Oila farovonligi esa ko'p jihatdan uning tarkibi va undagi munosabatlarga bog'liq. To'liq oila hamisha ideal muhitni kafolatlamasa-da, ota-onaning birgalikdagi ishtiroki bolalarning ruhiy salomatligini asrash va tarbiya jarayonidagi ko'plab vazifalarni muvaffaqiyatli hal qilish imkoniyatini oshiradi.[2]

Oilada, ayniqsa, o'smir yoshidagi bolalar bilan to'g'ri munosabat o'rnatish muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki har qanday bola ulg'aygani sari kattalarning buyruqlarini yoqtirmay boradi. Bunday talablar ko'pincha qarshilik tug'diradi, hattoki oqilona ko'rsatmalarni bajarishdan bosh tortish holatlarini ham yuzaga keltirishi mumkin. Shunday vaziyatlarda bolaga murojaat uslubini o'zgartirish maqsadga muvofiqdir. Buyruq o'rniga ishontirish yo'lini qo'llash lozimki, bola aynan bajarilishi kerak bo'lgan vazifaning muhimligini ongli ravishda anglab yetsin. Faqat shundagina bola har qanday ishni ongli ravishda ado etishga o'rganadi. Agar o'smir yoshdagi bolaga tinimsiz nasihat qilinsa, bu uning dilini ranjitishi mumkin.[3]

2007-yillarga qadar oilalar miqdorining ortib borishi, asosan, yosh oilalar va nuklear tipdagi – ya'ni, er-xotin va ularning farzandlari alohida yashaydigan oilalar hisobiga sodir bo'lmoqda. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, mavjud oilalarning qariyb 50 foizini nuklear oilalar tashkil etsa, bir xonadonda bir necha avlod yashaydigan patriarxal oilalar jami oilalarning 23,5 foizini tashkil etadi.[1]

Professor Vasila Karimovanning oila psixologiyasiga oid ilmiy qarashlariga tayanib aytish mumkinki, aynan nuklear va yosh oilalarda psixologik barqarorlikni ta'minlash, oilaviy rollarni to'g'ri taqsimlash hamda emotsional qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini shakllantirish alohida dolzarb ahamiyat kasb etadi. Chunki 9 yildan kam turmush tajribasiga ega bo'lgan oilalarning katta qismida ajrimlar yuqori darajada uchramoqda. Ilmiy izlanishlar ko'rsatishicha, 70 foizdan ortiq nikoh ajrimlari aynan yosh oilalarga to'g'ri keladi. [4]

Menimcha, bu holat oilada emotsional yetuklik, ijtimoiy moslashuvchanlik hamda psixologik madaniyatni rivojlantirish zarurligidan dalolat beradi. Shuningdek, yosh oilalarda ota-onalik mas'uliyatini mustahkamlash, shaxslararo muloqotni to'g'ri yo'lga qo'yish va nizolarni konstruktiv tarzda hal etish oilaning mustahkamligi uchun muhim omillardan biridir.

Xulosa. Professor Vasila Karimovanning oila psixologiyasi bo'yicha ilmiy qarashlari asosida shuni ta'kidlash mumkinki, noto'liq oilalarda ulg'ayayotgan bolalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi bir qator dolzarb muammolar bilan chambarchas bog'liqdir. Bunday oilalarda ota-ona rollarining to'liq bajarilmasligi, emotsional qo'llab-quvvatlash yetishmasligi va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar bolaning shaxsiy sifatlarida salbiy oqibatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu bois, oilaviy muhitni mustahkamlash, psixologik yordam ko'rsatish hamda ijtimoiy institutlarning qo'llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Oila psixologiyasi: Darslik. Pedagogika oliygohlari talabalari uchun // Muallif: V.M.Karimova. – T.: “_____”, 2007. – 316 b
2. Каримова, В. (2006). Оилавий ҳаёт психологияси. *Ўқув қўлланма*, 142.

3. Rustamova, G. Z. X. Q., & Kamolova, A. O. Q. (2025). Nosog 'lom oila muhitida voyaga yetayotgan bolalarda ijtimoiy adaptatsiya muammosining psixologik xususiyati. *Science and Education*, 6(2), 301-305.

4. Rustamova, G. X. Q. (2025). Noto 'liq oilaning jamiyatdagi o 'rni va psixologik ta'siri. *Science and Education*, 6(4), 265-269.

5. Badritdinova, M. B., & G'aniyeva, N. O. (2022). O'smirlik davrida ijtimoiy qo'rquv holatlarining psixoprofilaktikasi va psixokorreksiyasi. *Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры*, 2(2), 307-309.

OILANING INSON PSIXOLOGIK RIVOJLANISHIDAGI O'RNI

*Rustamova Manzura Ne'matjanovna,
University of Business and Science
pedagogika-psixologiya kafedrasi o'qituvchisi.*

Oila — insoniyat tarixidagi eng qadimiy va asosiy ijtimoiy institutlardan biri bo'lib, nafaqat jamiyat taraqqiyotida, balki har bir individning psixologik shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Psixologik nazariyalar asosida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom oilaviy munosabatlar, farzand va ota-ona o'rtasidagi hissiy aloqalar, shuningdek, psixologik iqlim — insonning o'z-o'zini anglash, o'ziga bo'lgan baho, stressga qarshi kurashish qobiliyati va ijtimoiy moslashuvchanligiga bevosita ta'sir qiladi.

Oila – bu insonning birinchi maktabi, mehr va tarbiyaning boshlang'ich nuqtasidir. Har birimiz hayotga ko'z ochganimiz zahoti ota-onamizning mehribon ko'ksida, oila bag'rida ulg'ayamiz. Oila – bu nafaqat qon qarindoshligi, balki qalb yaqinligi, mas'uliyat va muhabbat makonidir.

Jamiyatning barqarorligi, xalqning ma'naviy-axloqiy darajasi aynan oilalardan boshlanadi. Farzand qanday muhitda ulg'aygan bo'lsa, kelajakda u shunday shaxs bo'lib voyaga yetadi. Shu bois, har bir sog'lom, mehrga to'la, odob-axloq ustuvor bo'lgan oila – bu jamiyatning eng muhim poydevoridir.

Ota – oilaning suyanchi, poydevori bo'lsa, ona – oilaning yuragi, mehr va tarbiya manbaidir. Bolalar esa bu ikki mehrning mevasi, umididir. O'zaro hurmat, ishonch va birdamlik hukm surgan oilada farzandlar o'zini ishonchli, baxtli his qiladi. Ular ertangi kuniga qat'iy ishonch bilan qaraydi.

Bugungi kunda oilalarning mustahkamligini ta'minlash, ajrimlarning oldini olish, yoshlarni oila qurishga ongli tayyorlash jamiyat oldidagi dolzarb vazifalardan biridir. Zero, kuchli oila – kuchli jamiyat demakdir.

Shunday ekan, har birimiz oilamizni qadrlaylik, uning har bir a'zosiga hurmat va e'tibor bilan qaraylik. Oila – bu faqatgina birga yashash emas, bu – birga yashnash, bir-biriga suyanib yashash, baxtni baham ko'rishdir.

Shaxsning psixologik rivojlanishi ilk bolalik davridan boshlanadi. Bu

jarayonning eng asosiy komponentlaridan biri — bu emotsional xavfsizlikdir. Mashhur psixolog Jon Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan **ataşganlik nazariyasi** (attachment theory) shuni ko'rsatadiki, bolaning onasi (yoki unga g'amxo'rlik qiluvchi shaxs) bilan barqaror hissiy bog'lanishi — uning keyingi hayotdagi munosabatlaridagi ishonch darajasini belgilaydi.

Agar bolalikda bola mehrsiz, befarq yoki qo'rqituvchi muhitda ulg'aysa, bu holat shaxsiyatda xavotirli, ishonchsiz yoki tajovuzkor fe'l-atvor shakllanishiga olib keladi. Bunday insonlar hayot davomida ijtimoiy aloqalarda qiyinchiliklarga duch kelishi, o'zini qadrlamasligi yoki ruhiy salomatlik muammolariga uchrashi mumkin.

Psixologik salomatlik — bu insonning ruhiy barqarorligi, emotsional muvozanati va muammolar bilan sog'lom kurasha olish qobiliyatidir. Oila esa bu salomatlik uchun birlamchi manba hisoblanadi.

Tadqiqotlar ko'rsatmoqda:

- Sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi oilada ulg'aygan bolalarda **depressiya, tashvish buzilishlari, yolg'izlik hissi** kamroq uchraydi.
- O'zaro hurmat va eshitishga asoslangan oilaviy muhit farzandda **ijtimoiy kompetensiyalar, empatiya va murosaga moyillikni** rivojlantiradi.
- Doimiy janjal, tanqid, befarqlik mavjud bo'lgan oilalarda esa bolalar ko'pincha o'zini aybdor his qiladi, o'z qadriyatini yo'qota boshlaydi.

Psixologlar bu jarayonni “dizfunksional oila sindromi” deb ataydilar. Bu holatda shaxs psixologik jihatdan yomon iqlimga moslashishga majbur bo'ladi, bu esa keyinchalik ko'plab psixologik va ijtimoiy muammolarga sabab bo'ladi.

Shaxsiy rivojlanish va farovonlik — bu faqat moddiy ne'matlar emas, balki ichki ruhiy qoniqish, o'z imkoniyatlarini anglab yetish va amalga oshirishdan iborat. Abraham Maslow tomonidan ishlab chiqilgan **ehtiyojlar ierarxiyasi** nazariyasida ham xavfsizlik, muhabbat va tegishlilik ehtiyojlari asosiy omillar sifatida ko'rsatilgan — bu esa, aynan oila orqali ta'minlanadi.

Ruhiy sog'lom oilalarda:

- Har bir a'zo o'z fikrini erkin bildiradi;
- O'zaro til topishish, empatiya, hurmat ustuvor bo'ladi;
- Qiyinchiliklar yuzaga kelganda birgalikda echim topishga intilish mavjud bo'ladi.

Bunday muhitda ulg'aygan insonlar hayotga faol, ochiq va psixologik jihatdan sog'lom bo'lib kamol topadilar.

Oila — inson ruhiy olamining tayanchi, psixologik barqarorlik va shaxsiy rivojlanishning asosi hisoblanadi. Emotsional yaqinlik, psixologik xavfsizlik, o'zaro hurmat va eshitish madaniyati shakllangan oilalar — sog'lom jamiyat poydevoridir. Psixologik yondashuv orqali ko'rinadiki, har bir shaxs hayotidagi eng muhim omillardan biri — bu u voyaga yetgan oilaviy muhitdir. Shu sababli, oila ichidagi sog'lom psixologik iqlimni shakllantirish — ijtimoiy taraqqiyotning muhim shartidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. London: Hogarth Press.
 2. Maslow, A.H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
 3. Бадритдинова, М. Б. (2024). Методологические проблемы устранения фобий в современной психологии. *Science and Education*, 5(11), 311-318.
 4. Badritdinova, M., & Xusaynov, M. (2020). Description of the methods of diagnosing the cognitive style of pupils in the educational process. *Theoretical & Applied Science*, (2), 643-646.
- Fromm, E. (1956). *The Art of Loving*. Harper & Row.

**VOYAGA YETMAGANLARDA JINOIY XULQ-ATVOR
SHAKLLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR**

*Sadatova Nodira Musurmonovna,
Turon universiteti Pedagogika va psixologiya
kafedrasi o‘qituvchisi.*

Zamonaviy dunyoda ijtimoiy barqarorlikni ta’minlash va sotsial borliqning ijobiy xususiyatlarini saqlab qolish vazifasi tobora dolzarb bo‘lib bormoqda. Uni hal qilishda jiddiy to‘siq – bu, deviant xatti-harakatlar hodisasi hisoblanadi. Y.Gilinskiyning fikricha, deviant xulq-atvor “hamisha jamiyatda yoki uning guruhlarida keng tarqalgan xulq-atvor, faol munosabatlarning qadriyatlari, qoidalari (me’yorlari) va stereotiplari bilan inson harakatlari va faoliyati o‘rtasidagi qandaydir nomuvofiqlik, ya’ni mos kelmaslik bilan bog‘liq [1, -124 b.]

Bu nafaqat rasmiy (huquqiy) yoki norasmiy (axloq, urf-odatlar, madaniy, moda) me’yorlarning buzilishi, balki deviant turmush tarzini ham ifodalab, ma’lum bir jamiyatda, muhitda qabul qilingan hodisalarga mos kelmaydigan deviant xulq-atvor uslubi bo‘lishi mumkin”.

Voyaga yetmaganlar yoshlarning jinoiy faoliyati deganda, jinoyat bilan sababiy va shartli bog‘liq bo‘lgan ijtimoiy hodisalarning butun bir majmui tushuniladi. Ya’ni, an’analarga bo‘ysunmaslik, xudbinlik, tartibsizlik va boshqalar. I.I.Karpesning tadqiqotlarida aniqlanishicha, o‘rganilayotgan muammolarni to‘g‘ri hal etish uchun, jinoyat sodir etish sabablarini umumiy va xususiy, birlamchi va ikkilamchi sabablarga, jinoyat sodir etish uchun shart-sharoit yaratuvchi sabablarga bo‘lish mumkin. [2, -405 b.]

Kriminologlardan A.R.Ratinov o‘zining “Tergovchilar uchun sud psixologiyasi” nomli ilmiy maqolasida, jinoyat sodir etishning sabablari, shaxs huquqiy ongining buzilishi hamda o‘tgan hayot yo‘li haqidagi ongning umumiy formulasini aniqlashga harakat qiladi. Muallifning ta’kidicha, voyaga yetmagan yoshlar o‘rtasida sodir bo‘ladigan jinoyatchilik turlari, tabiatan quyidagi belgilar majmuasi bilan belgilanadi:

[3, -105 b.]

1. Jinoyat turi bo'yicha – jinoiy oqibatning obyekti, og'irligi;
2. Ayblov shakli, jinoyatning maqsadi va motivi;
3. Jinoyat sodir etish usuli yoki usuli;
4. Jinoyat sodir etish holatlari bilan;
5. Yengillashtiruvchi holatlarning mavjudligi;
6. Voyaga yetmagan yoshlarning jinoyatga munosabati, sodir etilgan jinoyatdan keyingi xatti-harakati va boshqalar. Shuningdek, ilmiy manbalarda ijtimoiy nomutanosiblik darajasiga ko'ra, voyaga yetmagan jinoyatchi yoshlar shaxsining ikki toifasi ajratiladi: birinchi, g'ayriijtimoiy tip, ya'ni bir necha marta jinoyat sodir etganlar, ikkinchi, assotsial tip – birinchi marta jinoyat sodir etganlar.

O'smirlarning yosh xususiyatlari ular fe'lidagi xislatlarga chambarchas bog'liqdir. Ba'zan o'smirlarning bir-biridan farqi aniq namoyon bo'lmasligi mumkin. Jinoiy xulqli o'smirlar uchun tartib buzarlilar, yaqin insonlar bilan keskin muomala qilish, "ko'cha" va turli to'dalarning ta'siriga oson berilish kabilar xosdir. Oiladagi salbiy, beshafqat muhit, o'smirlarda qo'pollik, yovvoyilik, sovuq munosabat kabi illatlarni paydo bo'lishiga zamin yaratadi, ular atrofdagilarga nisbatan qarama-qarshi ruhda harakatlanib, o'zini tajovuzkorona namoyon etishadilar".

O'smirlar xulqidagi jinoiylikning oldini olish, unga qarshi kurashish maqsadida ularning nafaqat yosh davri balki shaxsiy ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini hisobga olish maqsadga muvofiq sanaladi. M.V.Lvovanning takidicha, jinoiy xulqli o'smirlar bilan psixoprofilaktik ishlashda, quyidagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlar hisobga olishi shart sanaladi: [4, - 234 b.].

1. Shaxsning ijtimoiy qobiliyatlarini namoyon etish holati shuningdek, o'zaro muloqotga kira olish xususiyatlari;
2. Shaxsning guruh ichidagi o'zaro munosabati va guruh uchun umumiy bo'lgan qadriyatlarni qabul qila olish imkoniyatlari;
3. Shaxsning ijtimoiy xulq-atvori, atrof-voqelikka bo'lgan nuqtai-nazari bilan bog'liq bo'lgan umumiy xususiyatlari va hokazo.

Y.A.Kasevaning qayd etishicha, tajovus hissi namoyon bo'lishining hissiy omillarga g'azab tuyg'ulariga moyillik, tajovuzkor harakatlarni rag'batlantirish, umidsizlik, tashvish, affektiv buzilishlar depressiya (tushkunlik), disforiya (hissiy beqarorlik) kabilar kiritiladi. Ya'ni insonning kognitiv va emotsiona sohalarining yuqori darajada rivojlanmaganligi ham destruktiv nizolarka sabab bo'lishi nazarda tutiladi.[5, -95 b.]

Shuni alohida ta'kidlab o'tish lozimki, yaqin o'n yil ichida amalga oshirilgan destruktiv nizolar muammosiga bag'ishlangan tadqiqotlarda ma'lum bo'lishicha, destruktiv nizolar irsiy xarakterga ega bo'lgan xususiyat sifatida ham tan olishi kerak. Shotlandiyalik olim P.Jeykobsga ko'ra, tajovuzkor xulq genetik xarakterga ega bo'lgan muammodir. Uni faqat ijtimoiy omillar orqali o'rganish yetarli emas.

Muallifning aytishicha, genida Y xromosoma bo'lgan erkaklar destruktiv nizolar hissiga moyildir. Ya'ni perinatal rivojlanish davrida ularning xromosomalari patologik buzilishga uchragan. Boshqa, erkaklarda esa, buning aksi ularning genlarida xromosomal rivoji normal kechgan sanaladi. Mazkur yondoshuvdan farqli o'laroq, zamonaviy psixologik tadqiqotlarda tajovuzkor xulqni tadqiq etishning "gormonal" konsesiyasi ham e'tirof etilib, unga ko'ra ekak va ayollar organizmidagi o'ziga xosliklar e'tiborga olingan.

I.V.Groshevning so'zlariga ko'ra, erkaklarda testosteronning ortiqcha ishlab chiqilishi va uning nazoratsiz qolishi, vaqt o'tib destruktiv nizolarni keltirib chiqaradi. Ayollarda esa, tajovuzkolikning namoyon bo'lishida hayzdan oldingi va hayz davridagi gormonal buzilishlar rol o'ynaydi, hattoki bunday holatda ular haddan tashqari asabiylashishi yoki birdaniga affektiv harakatlarni amalga oshiri mumkin.[6, - 156 b.]

Demak, destruktiv nizolar faqatgina umumpsixologik yoki ijtimoiy –psixologik muammo emas, balki uni tibbiyot psixologiyasi konsepsiyalarida yoki psixofiziologiya sohasi ma'lumotlari bilan ham o'ranish maqsadga muvofiqdir.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, bolalar va o'smirlarda xulq og'ishining kelib chiqishida moddiy yetishmovchilik ko'pincha sabab sifatida emas, balki xulq og'ishining kelib chiqishi uchun qiziqish va shart-sharoit tarzida xizmat qilganligi kuzatiladi. Demak, aytish mumkinki, bolalar va o'smirlarda xulq og'ishining kelib chiqishida iqtisodiy yetishmovchilik omili asosiy sabab sifatida namoyon bo'lmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Садатова.Н.М. Вестник интегративной психологии. “Психологические аспекты профилактики преступного поведения несовершеннолетних”. С.2024.- 207.
2. Sadatova.N.M. Voyaga yetmaganlar tarbiyasidagi salbiy o'zgarishlarning oldini olishga qaratilgan sharqona tarbiya usullari va psixologik qarashlar. “Yangilanayotgan O'zbekiston taraqqiyotida ijtimoiy-gumanitar fanlarni o'qitishning dolzarb masalalari” respublika ilmiyuslubiy konferensiya materiallari to'plamlari 2024. B.352-362.
3. Познышев С.В. Основные начала науки уголовного права. М.,1912. С. 10.
- 2 Иншаков С.М. Зарубежная криминология. М.: Издательская группа Инфра-м-норма, 1997. – С.20.
4. Карпец И.И.Преступное общество.-М.: Молодая гвардия, 1993. – С.56.
5. Ратинов А. Р. Судебная психология для следователей / А. Р. Ратинов //. М. – 1993. – С.120.
6. Асадов Ю, Р. Мусурманов “Ўсмирлар девиант хатти-ҳаракатининг ижтимоий-психологик хусусиятлари” - Т. Сано стандарт, 2011. – Б.46.
7. Львова М.В. Социально-психологические особенности профи-лактики девиантного поведения подростков / Е.В. Куприянчук // Девиантология:

International Conference on Advance Research in Humanities, Sciences and Education
Hosted online from Ottawa, Canada 2025 235 хрестоматия; автор-составитель Ю.А.
Клейберг. – СПб.: Речь, 2007. – С.64-78.

8. Карасева Е.А. Влияние когнитивных стилей на формирование агрессивности у подростков с поведенческими и эмоциональными расстройствами (В связи с задачами психологической коррекции): Дис. канд. психол. наук. - СПб., 2002. – С.54.

SHAXSLARNING O'Z-O'ZIGA BO'LGAN ISHONCH HISSIDA TANQIDNING TUTGAN O'RNI

*Sagindikova N.J-QDU Prof.v.v.b, psixologiya f.d Dsc;
Tolibaeva F.Q-QDU psixologiya magistranti.*

Óziga bo'lgan ishonch – bu shaxs qobiliyati ham qobiliyatiga bo'lgan munosabat. Bu insonning o'zini qabul qilishi ham o'ziga bo'lgan ishonch va o'z hayotini boshqarishni anglatadi. Óziga bo'lgan ishonch bu odamlarning har qanday narsaga qodir bo'lishini anglatmaydi. Óziga ishonadigan odamlar ham haqiqiy bo'lmagan umidlarga ega bo'lishi mumkin. Lekin, ba'zi umidlar amalga oshmasa-da, ular pozitiv bo'lib, o'ziga ishonishni davom ettiradilar.[6]

Tanqid ko'pincha yoqimsiz kuch sifatida qaraladi, bu bizning o'zimizni qadrlashimizni yo'qotadi va biz o'zimizni yetarli emasdek his qilishimizga sabab bo'ladi. Lekin, to'g'ri fikrlash bilan yondashilganda, tanqid o'ziga ishonchni shakllantirish va mustahkamlashda asosiy rolni o'ynashi mumkin. Tanqid konstruktiv fikr - mulohazalardan tortib, yoqimsiz taraflarga ta'sir qilishi mumkin. Asosan, tanqid insonning ish-harakatlari yoki faoliyatlarini baholashni o'z ichiga oladi, ko'pincha yaxshilanishi kerak bo'lgan taraflarni ko'rsatish niyatida. Ba'zi tanqidlar yaxshi niyatli va hurmat tarzida yetkazilishi mumkin bo'lsa-da, boshqa formalari qattiq va ruhiy tushkunlikka tushirishi mumkin..

Tanqidni qanday qilib qabul qilishimiz va uni o'zimizga qanday qilib anglashimiz insonlarning o'ziga bo'lgan ishonchiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ba'zilar uchun hatto eng kichik tanqid ham o'ziga bo'lgan ishonchsizlik va tushkunlik holatlarini uyg'otadi. Bu reaksiya tabiiy, chunki odamlar boshqalardan ma'qullash va tasdiqlashni izlashga moyil. Lekin, doimiy tarzda tashqi manbalardan ma'qullashni izlash bizni boshqalarning fikrining cheklovlariga qarshi himoyasiz qoldirishi mumkin, bu esa o'z-o'ziga bo'lgan ishonchning kuchsiz tarafiga olib keladi. Ózlariga ishonadigan odamlar o'zlarining ideal emasligini tushunadi. Ular buni yaxshi qabul qiladi va o'zlarining munosib ekanligini biladi. Ular har doim qo'lidan kelganini qiladi va harakat qiladi. Amalga oshirilgan ishlarining yetarli emasligini tushunganda uni to'g'rileydi va o'zgartirishga urunadi. Ular bunday holatlarni tajriba sifatida biladi va natijada bu ularning o'ziga nisbatan munosabatining tushib ketmasiga sabab bo'ladi.[7]

Óz-o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishda tanqiddan foydalanishda fikr va takliflarni qanday qabul qilishimiz va ularga javob reaksiyalarini qayta ko'rib chiqish kerak. Ósish fikrlashini tanlash orqali tanqidga qiziqish va ochiqlik bilan yondashish mumkin va shu asosda uni rivojlanishimizga yordam beradigan qimmatli ma'lumot asosida ko'rishimiz mumkin. Bu konstruktiv tanqid deb atalib, bizning kuchli va kuchsiz taraflarimiz haqida qimmatli ma'lumot beradigan sabab bo'lib xizmat qiladi. Bu shaxsning dastlabki sezimlik munosabatlardan chekinish va fikrlarning to'g'riligini ob'ektiv baholashni o'z ichiga oladi.

Tanqidni natijali hal qilishni o'rganish, shuningdek, o'ziga ishonchning asosiy tarkibiy qismi bo'lgan chidamlilikni rivojlantirishga yordam beradi. Chidamlilik – bu muvaffaqiyatsizlik va qiyinchiliklardan qaytish qobiliyati hisoblanadi va tanqid bu qobiliyatni rivojlantirishda qimmatli imkoniyat bo'lib xizmat qiladi. Tanqidga to'g'ridan-to'g'ri qarshi turish va undan chidamlilik va ósish uchun motivatsiya sifatida foydalanish orqali inson o'zida ichki kuch va ishonch tuyg'usini rivojlantirishi mumkin.

Albert Banduraning o'z-o'zini natijaviylik nazariyasi shaxsning muayyan bir holatlarda muvaffaqiyatga erishish qobiliyatiga bo'lgan ishonchi va ish-harakatlari uning natijasiga ta'sir qiladi deb aytib o'tadi. Konstruktiv tanqid odamlarni ma'lum bir sohada muvaffaqiyatga erishish va qoniqishni oshirishda katalizator bo'lib xizmat qiladi.[1]

Karol Deweck o'zining fikrlash nazariyasi orqali doimiy ósish va fikrlash orasidagi bog'liqlikni aniqladi. Uning aytishicha, tanqid qanday qabul qilinishiga qarab doimiylikni kuchaytirish yoki ózgarishlar kiritish imkoniga ega. Óz-o'ziga ishonch bilan fikr yuritish fikrlash darajasini oshiradi va shaxsning aqliy ósishiga sharoit yaratadi.[2]

Bundan tashqari, Jon Xettingning ta'lim sohasida tanqidni o'ziga ishonch bilan bog'liqligini o'rganadi. Bunda óquvchilarda fikrlash ularning o'z qobiliyatiga ishonishi va akademik ósishga undovchi asosiy turtki ekanligini ko'rsatib beradi. [3]

Biz chuqurroq kirib borar ekanmiz, Shelli Gabelning izlanishlari natijali fikr - jumboqlarning anatomiyasini ochib beradi. Kontent, kontekst va yetkazish bir-biri bilan bog'lanib, konstruktiv tanqidning asosini tashkil qiladi. Óziga xos, konstruktiv va qo'llab-quvvatlovchi fikr takliflari óz-o'ziga ishonchni rivojlantiradigan, odamlarni qiyinchiliklarni qabul qilish va ózishga intilish uchun mardlik uyg'otadigan eliksir sifatida paydo bo'ladi.[4]

Biz bu olimlarning izlanishlari va nazariyalari orqali fikr va takliflar shu asosda tanqid ósish va rivojlanish, óziga bo'lgan ishonchni qurish va mustahkamlashda yetakchi o'rinni egallashini bilib olishimiz mumkin. Bundan tashqari, tanqidning o'ziga bo'lgan ishonchga ta'siri shaxslarda turli ilmiy test, metodikalar yordamida aniqlangan. Faqat tanqid va o'ziga ishonchga qaratilgan to'g'ridan-to'g'ri testlar bo'lmasa-da, psixologlar va olimlar aloqador tuzilmalar yoki omillarni bevosita o'lchaydigan bir qator baholash va shkalalarni ishlab chiqdilar. Masalan, o'z-o'zini samaradorlik shkalasi (GSES) va Akademik samaradorlik shkalasi (ASES) kabi qurilmalar tadqiqotchilar va

amaliyotchilarga shaxslarning o'z imkoniyatlarini idrok etishda yetakchi kompas bo'lib xizmat qiladi. Yuqori samaradorlik ko'pincha qiyinchiliklarga, shu asosda tanqidga qarshi chidam va qat'iyat bilan bog'liq. Chidamlilik, qiyinchilik va omadsizliklarda o'zini boshqara olish qobiliyati, tanqid oldida o'ziga bo'lgan ishonchni saqlab qolishda muhim rol o'ynaydi. Konnor-Devidson chidamlilik shkalasi (CD-RISC) va qisqa chidamlilik shkalasi (BRS) kabi metodikalar odamlarning turmush bo'ronlariga bardosh berish qobiliyati haqida tushuncha beradi. Chidamli kishilar tanqidni o'ziga hujum emas, balki konstruktiv fikr - taklif sifatida qabul qiladilar[5].

Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish jahon miqyosida psixologlar tomonidan tanqidiy fikrlashni rivojlantirish uchun quyidagi tavsiyalarni bermoqta:

Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish usullari:

1. Savol berishni odat qiling. Savol berish tanqidiy yondashuvga yordam beradi. Yangi fikr yoki ma'lumotni eshitganda qanday dalillarga asoslanganligi, manbasi haqida savollar bering. Uning shunchali qabul qilmasdan, ko'zdan kechirib, tekshirib ko'ring. Albatta, savollar mantiqqa to'g'ri kelishi kerak.

2. O'qishni odat qiling. Turli mavzularda kitoblar o'qing, yangiliklarni kuzating va manbaalarni bir-biriga solishtiring. Birgina manbaaga emas, balki turli taraflardan berilgan ma'lumotlarni kuzatib borish fikrlar ko'lamini kengayishiga yordam beradi.

3. Bahs-munozaralarda qatnashing. Fikrlar almashinuvi orqali inson o'zining g'oyalarini kengaytirib, boshqalarning nuqtai nazarini tushunishni o'rganadi.

4. Muammolarni tahlil qiling. Har qanday vaziyat yoki muammoni qismlarga bo'lib, sabablarini aniqlang va har taraflama yechim berishga harakat qiling. Biror voqeani boshdan oxirigacha tahlil qiling.

Fikrlashni rivojlantirish uchun mashqlar

1. "Nega?" texnikasi. Har qanday voqea yoki ma'lumotga nisbatan besh marta "Nega?" savolini bering. Masalan: "Nega bu hodisa sodir bo'ldi?", "Bu hodisaning oqibatlarini qanday?" Bu mashq muammo chuqurroq tahlil qilishni o'rgatadi.

2. Tahlil mashqlari. Har kuni biron bir fikr yoki g'oyaning ijobiy va salbiy tomonlarini yozib chiqing. Bu qiyinchilik va imkoniyatlarni yanada aniqroq ko'rishga yordam beradi.

3. Boshqotirmali o'yinlar. Sudoku, shaxmat, jumboqli savollar va shunga o'xshash mantiqiy o'yinlarni o'ynab turing. Bu aqlingizni charxlaydi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak shaxs o'sib rivojlanar ekan u ijtimoiy muhitga har xil shaklda moslashadi. Buning asosini esa o'ziga ishonch va uning irodaviy holatlari tashkil etadi. Yosh ulg'aygan sari uning fikr yuritishida, atrof-muhitga bo'lgan qarashida va o'z imkoniyatlariga nisbatan xulosalari shakllanadi, lekin bu ham vaqti-vaqti bilan o'zgarib turishi mumkin. Muvaffaqiyatga erishish yo'lida ko'plab muammolar va qiyinchiliklarga duch kelish mumkin va bunda o'ziga bo'lgan ishonchni topa bilish bu ko'ngilsizliklardan chiqishda kalit vazifasini o'taydi. Insonga quruqdan - quruq katta-katta maqsadlar, orzu va istaklar kelavermaydi, ana shunga erisha olishini

bilgani uchun, o'ziga ishongani uchun paydo bo'ladi. Shuning uchun irodani mustahkamlash va o'ziga bo'lgan ishonchni rivojlantirishda hech qachon to'xtamaslik kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, a. (1977). Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological review, 191-215 pages
2. Dweck, C.S. (2006). Mindest: The new psychology of success. 41-41 p
3. Hattie, J. (2009). Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analysis relating to achievement. Routledge. 150p
4. Gable, S.L. & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? Review of General Psychology, 9(2), 103 – 110.
5. Connor, K.M. , & Davidson, J.R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Depression and Anxiety, 76-82 p
6. https://psychology/fandom/com/wiki/Self_confidence
7. <https://northbrisbanepsychologists.com>. Low Self- Confidence and Criticism.

LEXICAL AND GRAMMATICAL FEATURES OF ADVERTISING DISCOURSE IN ENGLISH AND UZBEK

Scientific Supervisor: Saidov Khayrulla Shavkatovich
Associate professor (PhD) of English philology department
Bukhara State University
Mukhtorova Gulasal Mukhamadovna
1st-year Master's Student
Bukhara International University

Introduction. Advertising discourse is a specialized form of language designed primarily to persuade, inform, and influence consumers. It combines creative linguistic strategies with psychological insights to capture attention, create desire, and motivate action. Unlike everyday communication, advertising language is carefully crafted to be concise, memorable, and impactful, often using distinctive lexical and grammatical features that enhance its effectiveness.

Studying the lexical and grammatical characteristics of advertising discourse in different languages, such as English and Uzbek, is essential for several reasons. First, it allows a deeper understanding of how language functions to persuade across diverse cultural and linguistic contexts. English, as a global lingua franca, has well-documented advertising conventions, while Uzbek advertising discourse reflects the unique sociocultural values and linguistic structures of its speakers. By comparing these two

languages, researchers can identify both universal strategies and language-specific nuances in advertising.

Moreover, examining these features supports better cross-cultural communication and marketing practices. Advertisers, translators, and marketers who understand the lexical choices (such as abbreviations, slogans, emotive words) and grammatical structures (such as imperative moods, sentence brevity, repetition) typical of each language can create more effective, culturally sensitive ads. This knowledge helps avoid miscommunication, enhances consumer engagement, and facilitates successful adaptation of advertising content between English-speaking and Uzbek-speaking audiences.

Analyzing the lexical and grammatical features of advertising discourse in English and Uzbek offers valuable insights into how language shapes persuasion and cultural expression in commercial communication, contributing to more effective and nuanced advertising strategies in a globalized world.

Lexical Features. Use of Abbreviations and Acronyms. Abbreviations and acronyms play a vital role in both English and Uzbek advertising discourse by condensing complex information into brief, recognizable forms. In English, abbreviations like “4G,” “5G,” “VIP,” and “Wi-Fi” are widely used to communicate advanced technology, exclusivity, or convenience quickly and efficiently. These terms have become part of everyday language and help advertisers convey modernity and reliability with minimal space, which is crucial for media like billboards, social media posts, or TV commercials where brevity is essential. Similarly, Uzbek advertising also incorporates these internationally recognized abbreviations, such as “4G” and “VIP,” directly borrowing them to maintain global relevance and demonstrate technological advancement. For example, an Uzbek mobile network ad might say, “*Yangi 4G xizmatlari bilan tezkor internetni sinab ko‘ring!*” (“*Try fast internet with new 4G services!*”), mirroring the concise and modern feel of English ads. This shared use of abbreviations illustrates a global advertising trend where technical terms transcend language boundaries, allowing marketers to communicate effectively with diverse audiences while positioning their products as up-to-date and competitive.

Slogans and Catchphrases. Slogans and catchphrases are key lexical tools advertisers use to create memorable and persuasive messages. In English, slogans often employ rhetorical devices such as rhyme, alliteration, and repetition to enhance memorability and appeal. Famous examples include Nike’s “*Just Do It*” or McDonald’s “*I’m Lovin’ It*,” which are succinct, rhythmic, and easy to recall. These slogans often rely on simple, action-oriented verbs and emotionally charged words that inspire or motivate consumers. In contrast, Uzbek advertising slogans, while sometimes adopting similar stylistic features, tend to incorporate culturally resonant vocabulary and politeness strategies. Uzbek slogans may emphasize family values, quality, and trust, using phrases like “*Har bir oila uchun sifatli tanlov*” (“*Quality choice for every*

family”), which appeals to collective wellbeing and reliability. Repetition and parallelism are also common, such as “*Tez, sifatli, arzon*” (“Fast, quality, affordable”), which rhythmically highlights key selling points. Although the stylistic devices overlap, the lexical choices in Uzbek slogans often reflect the culture’s preference for respectfulness and community focus, contrasting with the more individualistic and assertive tone typical of English slogans.

Emotive and Evaluative Vocabulary. Advertising language frequently employs positive adjectives and evaluative vocabulary to create emotional appeal and position products favorably. English ads commonly use words like “best,” “new,” “exclusive,” “premium,” and “innovative” to attract consumers by emphasizing superiority, novelty, and desirability. Such words are strategically chosen to trigger psychological responses like excitement or urgency. Similarly, Uzbek advertisements use equivalents such as “eng yaxshi” (best), “yangi” (new), “maxsus” (special/exclusive), and “arzon” (affordable) to evoke positive associations. However, emotional appeals in Uzbek advertising are often subtly expressed and intertwined with social values like trustworthiness and harmony. For instance, while English ads might directly command “Buy now!” or “Don’t miss out!”, Uzbek ads might use softer imperatives combined with respectful expressions to encourage consumer action without appearing overly forceful. Despite these differences, both languages rely heavily on emotive vocabulary to connect with audiences and differentiate products in competitive markets.

Loanwords and Code-switching. Loanwords and code-switching have become prominent lexical features, especially in Uzbek advertising, reflecting the influence of globalization and cultural exchange. English loanwords related to technology, fashion, and lifestyle – such as “smartfon,” “brend,” “trend,” and “internet” – are frequently incorporated into Uzbek ads to convey modernity and align with international standards. This blending of English terms with native Uzbek morphology and syntax creates a hybrid language style that appeals to younger, urban consumers familiar with both languages. For example, an Uzbek advertisement might say: “*Smartfoningiz uchun yangi aksessuarlar,*” combining the English word “smartfon” with Uzbek grammar. Conversely, English advertisements targeting Uzbek audiences sometimes include local words or culturally specific references to increase relatability and trust. This bilingual or multilingual approach enhances the effectiveness of advertising by bridging linguistic gaps and tapping into multiple cultural identities. However, advertisers must carefully balance loanword usage to avoid alienating less English-proficient consumers, ensuring clarity and inclusiveness remain priorities.

Grammatical Features: Sentence Structure. Advertising discourse in both English and Uzbek predominantly favors short and simple sentences to maximize clarity and impact. Short sentences are easier for consumers to process quickly, especially in media like billboards, social media posts, and TV commercials where attention spans are limited. In English, advertisers often use succinct sentences like “*Buy now,*”

“Limited time offer,” or “Feel the difference,” which are direct and immediately understandable. Similarly, Uzbek advertising tends to employ brief sentences with straightforward syntax, such as *“Bugun xarid qiling!”* (*“Buy today!”*) or *“Eng yaxshi sifat!”* (*“The best quality!”*). Complex sentence structures with subordinate clauses are generally avoided because they slow down comprehension and reduce the immediacy of the message. This preference for brevity and simplicity ensures that the advertisement’s core message is communicated efficiently, enhancing its persuasive power.

Use of Imperatives. Imperative verbs are a hallmark of advertising language in both English and Uzbek, used extensively to prompt immediate action from the audience. English ads frequently employ imperatives like “Call now,” “Join us,” “Discover more,” and “Don’t miss out!” which create a sense of urgency and engagement. These commands directly address the consumer, encouraging a specific response or behavior. Uzbek advertisements similarly use imperative forms such as “Qo’ng’iroq qiling” (“Call”), “Sinab ko’ring” (“Try it”), and “Buyurtma bering” (“Order now”). The use of the imperative mood in Uzbek is often paired with polite or encouraging tones to maintain cultural norms of respect, but the function remains persuasive and action-oriented. This grammatical feature effectively reduces distance between the advertiser and the consumer, making the call to action feel personal and immediate.

Ellipsis and Omission. Ellipsis—the omission of words that are understood from context—is widely used in advertising to create punchy, catchy messages in both English and Uzbek. In English, phrases like “Sale now on!” omit auxiliary verbs or subjects to shorten the message without losing meaning. Similarly, Uzbek advertising might drop subjects or verbs to produce compact slogans such as “Endi arzon!” (“Now cheap!”) or “Faqat bugun!” (“Only today!”). This omission streamlines communication and enhances the rhythm and memorability of the text. By leaving out elements that the audience can infer, advertisers increase the message’s efficiency and impact, making it more dynamic and engaging. Ellipsis also contributes to the informal, conversational tone often favored in advertising, helping the message resonate with the target audience.

Repetition and Parallelism. Repetition and parallelism are common grammatical devices in advertising discourse used to reinforce key messages and improve memorability. In English ads, repetition of words or phrases—for example, “Fast, faster, fastest” or “Clean, clear, crisp”—emphasizes the product’s qualities and creates a rhythmic pattern that is easy to recall. Parallel structures, such as “Easy to use, easy to love,” build coherence and aesthetic appeal. Uzbek advertisements employ similar techniques, often using parallelism to list product features or benefits, such as “Tez, sifatli, arzon” (“Fast, quality, affordable”), where the repetition of the short adjective-noun structure enhances rhythm and focus. These grammatical strategies increase the persuasive power of advertisements by making slogans and taglines stick.

in consumers' minds, thereby strengthening brand recognition.

Conclusion. In conclusion, the lexical and grammatical features of advertising discourse in English and Uzbek demonstrate both universal and language-specific tendencies that reflect the goals and cultural contexts of advertising. Lexically, both languages utilize abbreviations, slogans, emotive vocabulary, and loanwords to create concise, appealing, and modern messages. Grammatically, the preference for short, simple sentences, frequent use of imperatives, ellipsis, repetition, and present or future tenses serve to maximize clarity, persuasion, and memorability. Despite these shared features, differences emerge from cultural nuances that influence tone, formality, and stylistic choices in each language. Understanding these similarities and differences is crucial for advertisers aiming to craft effective bilingual or cross-cultural campaigns that resonate with diverse audiences. Future research might explore the evolving impact of digital media on advertising language or examine other language pairs for broader comparative insights.

References

1. Fairclough, N. (1995). *Media Discourse*. London: Edward Arnold.
2. Leech, G. (1966). *English in Advertising: A Linguistic Study of Advertising in Great Britain*. London: Longman.
3. Crystal, D. (2003). *English as a Global Language* (2nd ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
4. Cook, G. (2001). *The Discourse of Advertising* (2nd ed.). London: Routledge.
5. Tashkent State University Publishing. (2018). *Uzbek Language and Modern Media*. Tashkent: TSU Press.
6. Kachru, B. B. (1992). *The Other Tongue: English across Cultures* (2nd ed.). Urbana: University of Illinois Press.
7. Mukhamedov, A. (2015). "The Influence of English Loanwords in Uzbek Advertising." *Journal of Uzbek Linguistics*, 12(3), 45-53.
8. Yusupova, N. (2019). "Stylistic Features of Uzbek Advertising Discourse." *Central Asian Journal of Language and Culture*, 5(1), 78-84.

BO'LAJAK PEDAGOGLARDA KASBIY YO'NALGANLIK NAMOYON BO'LISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

*Saidova Nargiza Ismatulla qizi,
Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy
Pedagogika Universiteti, Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi*

Zamonaviy ta'lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biri – kelajak avlodni tarbiyalaydigan, jamiyat taraqqiyotiga ulkan hissa qo'shadigan pedagoglarni

tayyorlashdir. Mamlakatimiz rahbari Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek: "Bugungi kunda biz yoshlarga ilm berish, ularni o'qitish va tarbiyalashni eng ustuvor vazifa deb bilamiz. Chunki kelajagimizning poydevori aynan ta'lim tizimi asosida quriladi."

Bo'lajak pedagoglarning kasbiy yo'nalganligi nafaqat ularning shaxsiy muvaffaqiyati, balki jamiyatning ta'lim sifati va taraqqiyoti bilan ham bevosita bog'liq. Ushbu jarayonga ta'sir etuvchi turli omillar orasida ijtimoiy-psixologik omillar alohida ahamiyat kasb etadi. Kasbiy o'zlikni anglash, jamiyatning pedagog kasbiga bo'lgan munosabati, shaxsiy motivatsiya va ijtimoiy muhit kabi jihatlari bo'lajak pedagoglarning kasbiy yo'nalganligini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Mazkur maqolada bo'lajak pedagoglarda kasbiy yo'nalganlikning shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinib, bu jarayonning samaradorligini oshirish yo'llari ko'rib chiqiladi.

Zamonaviy ta'lim tizimi oldida turgan asosiy vazifalardan biri – yuksak kasbiy mahorat va pedagogik fidoyilikka ega bo'lgan o'qituvchilarni tayyorlashdan iborat. Ta'lim sifatining oshishi bevosita bo'lajak pedagoglarning kasbiy yo'nalganligi bilan bog'liq bo'lib, bu jarayonga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni chuqur o'rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek: "Ta'lim – kelajagimiz poydevori, taraqqiyotning mustahkam asosi. Yuksak bilim va intellektual salohiyatga ega bo'lgan yoshlarni tarbiyalash bizning ustuvor vazifamizdir." Ushbu fikr aynan pedagog kasbining naqadar muhimligini va uni tanlashda to'g'ri yo'nalish berish zarurligini ko'rsatadi.

Bo'lajak pedagoglarning kasbiy yo'nalganligi shaxsning ta'lim va tarbiya jarayoniga bo'lgan qiziqishi, o'z kasbiy o'rnini anglash darajasi hamda ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanadi. Bu borada shaxsiy motivatsiya, kasbiy identifikatsiya, ta'lim tizimi va jamiyatning kasbga bo'lgan munosabati kabi omillar muhim rol o'ynaydi. Pedagogik faoliyatga yo'naltirilgan kasbiy yo'nalganlik – bu o'qituvchi shaxsining kasbiga bo'lgan ongli qiziqishi, o'zining kelajagini pedagogika bilan bog'lashga bo'lgan ehtiyoji va ijtimoiy qadriyatlari bilan uyg'unligi sifatida tushuniladi (Дружилов, 2019). Zamonaviy tadqiqotlarda kasbiy yo'nalganlik shaxsning ichki motivatsiyasi, qobiliyatlari va tashqi ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanuvchi murakkab jarayon sifatida talqin etiladi (Super, 1990; Holland, 1997). Rossiyalik olim L.S. Vigotskiy (1983) o'z tadqiqotlarida shaxsning kasbiy yo'nalganligi insonning ijtimoiy tajribasi, tarbiya va ta'lim natijasida rivojlanishini ta'kidlagan. Uning fikricha, kasbiy yo'nalganlik shaxsning ma'naviy qadriyatlari bilan bog'liq bo'lib, u insonni jamiyat hayotida muhim rol o'ynashga undaydi.

Xorijiy adabiyotlarda J. Holland (1997) kasbiy yo'nalganlikni shaxsning o'ziga xos psixologik tiplari bilan bog'liq holda o'rganib, pedagogik faoliyat ko'proq ijtimoiy yo'nalganlikka ega shaxslar tomonidan tanlanishini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, o'qituvchilar odatda ijtimoiy va altruistik xususiyatlarga ega bo'lib, ular uchun odamlar bilan ishlash, ularning rivojlanishiga hissa qo'shish muhim hisoblanadi. Kasbiy

yo‘nalganlik shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar turlicha bo‘lib, ular shaxsiy, oilaviy, ijtimoiy va ta’lim muhitiga bog‘liq bo‘ladi.

1.Shaxsiy omillar

Ichki motivatsiya va kasbga bo‘lgan qiziqish

Kasbiy o‘zlikni anglash va o‘z imkoniyatlarini baholash

Psixologik moslashuvchanlik va kasbiy maqsadlarga erishish istagi

2.Oilaviy omillar

Ota-onalarning pedagogik kasbga munosabati

Oilaviy qadriyatlar va kasb tanlashdagi ta’siri

Oilaning ijtimoiy-iqtisodiy holati va ta’lim imkoniyatlari

3.Ijtimoiy omillar

Jamiyatda pedagog kasbining obro‘si va nufuzi

Ommaviy axborot vositalari va madaniy muhitning ta’siri

Davlat siyosati va ta’lim tizimidagi islohotlar

1.Ta’lim muhitining ta’siri

Pedagogik oliy ta’lim muassasalarida kasbiy rivojlanish

O‘qituvchilar va mentorlarning yosh pedagoglarga ta’siri

Amaliyot jarayonida kasbga bo‘lgan munosabat shakllanishi

Xulosa. Bo‘lajak pedagoglarning kasbiy yo‘nalganligini shakllantirishda oilaviy, ijtimoiy va psixologik omillar o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, bu jarayonning barqaror va samarali kechishini ta’minlaydi. Oila – insonning ilk tarbiya maskani sifatida uning kasb tanlashida muhim rol o‘ynaydi. Ota-onalar, oila a’zolarining ta’limga bo‘lgan munosabati, pedagogik an’analarning davomiyligi hamda bolalikdan shakllantirilgan qadriyatlar bo‘lajak o‘qituvchining kasbiy yo‘nalganligiga bevosita ta’sir qiladi. Oilaviy muhitda o‘qituvchilik kasbining qadrlanishi va unga ijobiy munosabat bo‘lishi yosh avlodning kelajakdagi faoliyat yo‘nalishini belgilab beradi.

Shuningdek, ijtimoiy omillar ham kasbiy yo‘nalganlikning shakllanishida yetakchi o‘rin tutadi. Jamiyatning ta’lim tizimiga, o‘qituvchi kasbiga bo‘lgan hurmati va pedagoglarning ijtimoiy maqomi bo‘lajak o‘qituvchilarning motivatsiyasini oshiradi. Agar jamiyatda o‘qituvchi kasbi yuqori baholansa, yoshlar bu sohani nafaqat kasb, balki insoniy burch sifatida ham qabul qiladilar. Bundan tashqari, ta’lim muassasalaridagi ustoz-shogird an’analari, kasbiy mahorat maktablari, amaliyot jarayonlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlari pedagogik yo‘nalishni tanlagan yoshlarning kasbiy shakllanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Kasbiy yo‘nalganlikni shakllantirish jarayonida psixologik omillar ham muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsning o‘z qobiliyatlarini anglash darajasi, o‘qituvchilik faoliyatiga moyilligi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi va kasbiy motivatsiyasi bu sohada muvaffaqiyatga erishishning garovi hisoblanadi. O‘qituvchilik nafaqat bilim berish, balki insonlar bilan samarali muloqot qilish, bolalarga mehr-muhabbat bilan yondashish, ularning rivojlanishiga hissa qo‘shish kabi murakkab jarayonlarni o‘z ichiga oladi. Shu boisdan, pedagogik kasbni tanlagan insonlarda

kommunikativ qobiliyat, mas'uliyat hissi, sabr-toqat, ijodkorlik va tashabbuskorlik kabi fazilatlarning rivojlanishi nihoyatda muhimdir. Yuqorida qayd etilgan omillar uyg'un holda ta'sir etgandagina, ta'lim tizimi uchun haqiqiy kasbiga sodiq, bilimli, mehribon va innovatsion fikrlaydigan pedagoglarni yetishtirish mumkin bo'ladi. Bugungi kunda ta'lim sifati bevosita o'qituvchining kasbiy mahorati va shaxsiy sifatlariga bog'liq bo'lganligi sababli, bo'lajak pedagoglarning kasbiy yo'nalganligini shakllantirish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Shu boisdan, ta'lim tizimi, oilalar va jamiyat o'zaro hamkorlikda pedagoglarning kasbiy o'sishiga, ularning kasbga sadoqatini mustahkamlashga va psixologik jihatdan tayyorgarligini oshirishga alohida e'tibor qaratishi zarur. Faqat shu yo'l bilangina kelajak avlodga yuqori sifatli ta'lim beradigan, o'z kasbiga fidoyi o'qituvchilarni tayyorlash mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Klimov E.A. (1996). Psixologiya professionalnogo samoopredeleniya. Moskva: Nauka.
2. Petrovskiy A.V. (1985). Voprosy psikhologii lichnosti i obrazovaniya. Moskva: Prosveshchenie.
3. Super D.E. (1990). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. Journal of Vocational Behavior.
4. Yo'ldoshev Q. (2015). Kasbiy pedagogik psixologiya. Toshkent: Fan va texnologiya.
5. Nishonova S. (2017). Pedagogik mahorat va kasbiy kompetensiya. Toshkent: O'qituvchi.
6. Tojiyev I. (2020). Ta'lim tizimida kasbiy yo'nalganlikni shakllantirish. Toshkent: TDPU nashriyoti. (Kasbiy yo'nalganlikni rivojlantirishga oid ilmiy izlanishlar).
7. G'oziev E. (2002). Psixologiya. Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.

RAQAMLI MUHITDA O'SPirinlarning Kommunikativ Qiyinchiliklarini Yengishda Psixoterapevtik YONDASHUVLAR.

*Sh.S.Salomov – O'zbekiston milliy pedagogika universiteti,
“Amaliy psixologiya” kafedrasi o'qituvchisi.*

Kirish. So'nggi yillarda axborot texnologiyalar, xususan, ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi o'spirinlarning ijtimoiy hayotida tub o'zgarishlarni yuzaga keltirdi. Endilikda o'spirinlarning katta qismi do'stlar va tengdoshlar bilan muloqotni real hayotdan ko'ra virtual makonda amalga oshirmoqda. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, virtual muloqotning kuchayishi yuzma-yuz muloqot

ko'nikmalarining asta-sekin sustlashuviga, ijtimoiy izolyatsiya va emotsional intellektning pasayishiga olib kelishi mumkin [1]. Bunday holatlar shaxslararo munosabatlarning sifatiga bevosita ta'sir qiladi. Shu bilan birga, virtual muhitdagi muloqot o'spirinlarga erkinlik, o'zini erkin ifodalash, shuningdek, yangi ijtimoiy tajribalar to'plash imkonini ham beradi. Shunday qilib, raqamli muloqotning ikkiyoqlama xususiyati mavjud: u rivojlanish uchun imkoniyat ham, psixologik qiyinchiliklar manbayi ham bo'lishi mumkin. Shuning uchun, mazkur jarayonda yuzaga keladigan kommunikativ qiyinchiliklarni aniqlash va ularni psixoterapevtik yondashuvlar orqali yengish ilmiy-amaliy jihatdan dolzarb muammo hisoblanadi.

Metodlar. Mazkur maqolada nazariy tahlil bilan bir qatorda shartli statistik ma'lumotlardan ham foydalanildi. Tadqiqot uchun O'zbekiston milliy pedagogika universitetining birinchi va ikkinchi bosqichida tahsil oluvchi 200 nafar o'spirin (100 nafar qiz va 100 nafar o'g'il) shartli tanlov asosida qamrab olindi. So'rovnomalar yordamida o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlarda muloqot qilish chastotasi, ularning muloqot jarayonida duch keladigan qiyinchiliklari, shuningdek, psixoterapevtik yondashuvlarga bo'lgan ehtiyojlari o'rganildi. Ma'lumotlarni qayta ishlashda SPSS dasturida tasviriy statistika (descriptive statistics), foiz taqsimoti, regressiya va trend tahlili usullari qo'llanildi. Bu usullar o'spirinlarning kommunikativ muammolari qanday namoyon bo'lishi va ular bilan bog'liq psixologik omillarni aniqlash imkonini berdi.

Natijalar. Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, o'spirinlarning 62 foizi ijtimoiy tarmoqlarda muloqot qilishda o'zini erkin va qulay his qilgan bo'lsa, 38 foizi turli kommunikativ qiyinchiliklarga duch kelganini qayd etdi. Ushbu qiyinchiliklar uch asosiy yo'nalishda namoyon bo'ldi: emotsional ifodalanishdagi noaniqlik (23%), noto'g'ri tushunilish qo'rquvi (9%) va virtual muloqotga haddan tashqari bog'lanish (6%).

Regressiya tahlili o'spirinlarning kommunikativ qiyinchiliklari va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish chastotasi o'rtasida o'rtacha ijobiy bog'liqlik mavjudligini aniqladi ($R=0.41$, $p<0.05$). Bu shuni anglatadiki, ijtimoiy tarmoqlardan ko'proq foydalangan sari kommunikativ qiyinchiliklarning kuchayish ehtimoli ham oshib boradi. Trend tahlili esa ushbu bog'liqlikning vaqt o'tishi bilan sezilarli darajada kuchayib borayotganini ko'rsatdi, ya'ni raqamli muhitdagi faoliyat uzoq muddatda o'spirinlarning shaxslararo munosabatlariga salbiy ta'sir etishi mumkin.

Muhokama. Olingan natijalar xalqaro tadqiqotlar bilan uyg'un bo'lib, o'spirinlarning raqamli muhitda muloqot qilish jarayonida duch keladigan qiyinchiliklar bugungi kunda global miqyosda dolzarb muammo ekanligini tasdiqlaydi [2]. Dunyo psixologlari tomonidan olib borilgan ko'plab tadqiqotlarda ta'kidlanishicha, virtual muloqotning haddan tashqari ko'payishi yuzma-yuz muloqot ko'nikmalarining susayishiga, ijtimoiy izolyatsiya, emotsional tanglik va o'zaro tushunmovchiliklarning kuchayishiga sabab bo'lmoqda.

G'arb psixoterapiya tajribalarida bu muammoni yengib o'tishda turli psixoterapevtik yondashuvlardan foydalaniladi. Jumladan, **kognitiv-behavioral terapiya (KBT)** o'spirinlarda muloqotdagi kognitiv buzilishlarni aniqlash, ularni konstruktiv fikrlashga yo'naltirish hamda noadekvat xatti-harakatlarni korreksiyalashda samarali natijalar bermoqda. Shuningdek, **art-terapiya** vositasida yoshlarning ichki kechinmalarini ijodiy ifoda etish orqali ularda ijtimoiy o'zaro ta'sirga bo'lgan ishonchni oshirish, emotsional zo'riqishni kamaytirish mumkinligi tajribada isbotlangan. **Guruhiy maslahatlar va psixoterapiya** esa o'spirinlarga ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhitini ta'minlab, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va tengdoshlari bilan sog'lom ijtimoiy aloqalar o'rnatishda yordam beradi [3].

O'zbekiston sharoitida ham mazkur yondashuvlarni milliy qadriyatlar va o'quv-tarbiyaviy muhit bilan uyg'unlashtirgan holda qo'llash katta ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Jumladan, KBT metodlari yordamida o'spirinlarda ijtimoiy tarmoqlarda yuzaga keladigan kommunikativ noqulayliklarni aniqlash va ularni konstruktiv yechim topishga yo'naltirish mumkin. Art-terapiya orqali esa yoshlarning ijodkorlik qobiliyatlari va emotsional ifodalanish salohiyati rivojlantiriladi. Guruhiy maslahatlar esa mahalliy sharoitda do'stona muhitni shakllantirish, sog'lom muloqotni rag'batlantirish va o'spirinlarning kommunikativ kompetensiyalarini mustahkamlashda muhim vosita sifatida xizmat qilishi mumkin.

Xulosa va tavsiiylar. Mazkur tadqiqot doirasida o'tkazilgan nazariy va shartli statistik tahlillar o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlardagi muloqoti ularning real hayotdagi shaxslararo kommunikatsiya jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatayotganini ko'rsatdi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, raqamli muhitning jadal rivojlanishi yoshlarning muloqot uslublarini o'zgartiribgina qolmay, balki ularning psixologik farovonligi va ijtimoiy kompetensiyalariga ham chuqur ta'sir o'tkazmoqda. Quyidagi umumiy xulosalarga kelindi:

O'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlardagi muloqoti real hayotdagi kommunikativ qiyinchiliklarga bevosita ta'sir qiladi. Virtual muloqot ko'pincha yuzma-yuz suhbatlarning kamayishiga, ijtimoiy faollikning pasayishiga va shaxslararo ishonchning susayishiga olib keladi. Bu esa o'spirinlarda ijtimoiy izolyatsiya, yolg'izlik hissi va o'z-o'zini ifoda etishdagi cheklovlarni kuchaytiradi.

Emotsional ifodalanishdagi noaniqlik va noto'g'ri tushunilish qo'rquvi o'spirinlarning asosiy psixologik muammolari sifatida ajralib chiqmoqda. O'spirinlar ko'pincha onlayn muloqotda his-tuyg'ularini to'laqonli ifoda etolmaslikdan aziyat chekadilar, bu esa noto'g'ri talqin qilinish xavotirini kuchaytiradi. Natijada, ular ko'proq virtual muhitda faol, ammo real hayotda sustroq muloqot qiluvchi shaxslarga aylanib borishmoqda.

Psixoterapevtik yondashuvlar, xususan kognitiv-behavioral terapiya (KBT), art-terapiya va guruhiy mashg'ulotlar kommunikativ qiyinchiliklarni kamaytirishda yuqori samaraga ega. KBT yordamida o'spirinlarning muloqotdagi noto'g'ri kognitiv

andozalari korreksiya qilinadi, art-terapiya orqali emotsional ifodalanish va ijodkorlik imkoniyatlari kengayadi, guruhii mashg'ulotlar esa o'zaro ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhiti orqali kommunikativ kompetensiyalarni mustahkamlaydi.

O'zbekiston sharoitida psixoterapiya metodlarini milliy an'analar va madaniy qadriyatlarga moslashtirish alohida ahamiyatga ega. Masalan, art-terapiya mashg'ulotlariga milliy musiqiy meros, xalq og'zaki ijodi yoki tasviriy san'at unsurlarini qo'shish, guruhii mashg'ulotlarni esa mahalla muhitida, jamoaviy qadriyatlarni inobatga olgan holda tashkil etish o'spirinlarning qabul qilish va ishtirok etish darajasini sezilarli oshirishi mumkin.

Amaliy tavsiyalar:

Ta'lim tizimida: maktab va kollejlarda doirasida o'spirinlarning raqamli muloqot madaniyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus dasturlar ishlab chiqish va amalga oshirish.

Psixologik xizmatlarda: maktab psixologlari uchun KBT, art-terapiya va guruhii psixoterapiya usullarini o'rgatadigan amaliy seminar va treninglar tashkil etish.

Oilaviy darajada: ota-onalarni raqamli muloqotning o'spirinlar psixologiyasiga ta'siri haqida muntazam ravishda xabardor qilish, ular uchun psixologik maslahat xizmatlarini kengaytirish.

Ijtimoiy muhitda: yoshlar markazlari va mahallalarda psixoterapevtik treninglar, ijodiy to'garaklar va guruhii mashg'ulotlarni yo'lga qo'yish orqali o'spirinlar uchun sog'lom ijtimoiy muloqot maydonlarini yaratish.

Ilmiy-amaliy yo'nalishda: o'spirinlarning kommunikativ qiyinchiliklarini kamaytirishga qaratilgan milliy psixoterapevtik modellarni ishlab chiqish va ularni mahalliy ta'lim hamda tarbiya tizimiga tatbiq etish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Subrahmanyam, K., & Šmahel, D. (2011). Digital youth: The role of media in development. Springer. <https://link.springer.com/book>
2. Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2007). Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide. New Media & Society, 9(4), 671–696. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1461444807080335>
3. Davis, K. (2012). Friendship 2.0: Adolescents' experiences of belonging and self-disclosure online. Journal of Adolescence, 35(6), 1527–1536. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140197112000486>.

O'SMIRLIK DAVRIDA TEXNIK IJODKORLIK QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI.

Saliyeva Dilorom Abdullayevna

Qo'qon davlat universiteti

*Psixologiya kafedrası psixologiya
fanlari nomzodi, professor.*

Jamiyatning ijtimoiy – intellektual rivojlanishi tarixi shu narsani tasdiqlaganki, chizish bilan bog'liq mashg'ulotga kishilar ko'proq fan, san'at yoki texnika masalalariga yangicha yechimlar izlash paytida o'ta berilib murojat qiladilar. Chunki ilmiy, estetik yoki texnik shamoyildagi yangi masala yechimi doim ham juda ko'p variantlar ustida ishlashni talab etadi va konstruktor oldida yana bir masalani – yechimlarning o'sha ko'p variant orasidan eng maqbulini tanlab, ajratib olish masalasini paydo qiladi.

Texnik ijodkorlik qobiliyati deb yuritiluvchi bunday mashg'ulotga xos ko'nikma va malakalar kelajakda o'z sohasining yetuk mutaxassislari bo'lib yetishadigan kadrlarda ularning o'quvchilik paytidayoq shakllantirilishi o'z sohasining yetuk mutaxassislari bo'lib yetishadigan kadrlarda ularning o'quvchilik paytidayoq shakllantirilishi va rivojlantirilishi alohida muhim istiqbolli ahamiyatga ega.

Ilmiy adabiyotlarda **“qobiliyat”** atamasiga turlicha ta'rif beriladi. Xususan, biror ishni ma'lum darajada amalga oshirish uchun bilim va ko'nikma, intellektual, mantiqiy, abstrakt o'y-xayol, tushunish, o'z-o'zini baholash, aloqaga kirish, o'rganish, emotsional bilimlarga ega bo'lish, rejalashtirish yoki muammoni hal qilish imkonining mavjudligi sifatida ifodalanadi. Qobiliyat, shuningdek, biror inson yoki narsa haqida bilimga ega bo'lish, ya'ni turli ma'lumotlar, faktlar, ko'nikmalarni egallashni ham angalatadi.

Inson o'z imkoniyatidan to'liq va maqsadli foydalangandagina samarali natijani qo'lga kiritishi mumkin. Bunda kishilarning fikri yoki voqea-hodislar (ijtimoiy-siyosiy) ning sodir bo'lishiga ham ta'sir o'tkazish imkoniyati ham nazarda tutiladi. Jismoniy rivojlanish jihatidan qaralganda esa kishining biror ishni amalga oshirish uchun fiziologik layoqati mavjudligini anglatadi. Qobiliyat insonning individual salohiyati, imkoniyatlarini anglatgani sababli u inson tomonidan ko'nikma va malakalarning egallanishi jarayonida takomillashib boradi. Har qanday qobiliyat turi shaxsga tegishli murakkab psixologik tushunchadan tashkil topgan bo'lib, u faoliyatning talablariga mutanosib xususiyatlar tizimini o'z ichiga oladi. Umumiy qobiliyat deganda yuksak aqliy imkoniyat va taraqqiyot tushuniladi. U tabiiy ravishda shakllanishi va muayyan reja asosida rivojlantirilishi mumkin.

Ilmiy adabiyotlarda **“qobiliyat”** atamasiga turlicha ta'rif beriladi. Xususan, biror ishni ma'lum darajada amalga oshirish uchun bilim va ko'nikma, intellektual, mantiqiy, abstrakt o'y-xayol, tushunish, o'z-o'zini baholash, aloqaga kirish, o'rganish, emotsional bilimlarga ega bo'lish, rejalashtirish yoki muammoni hal qilish imkonining

mavjudligi sifatida ifodalanadi. Qoibiliyat, shuningdek, biror inson yoki narsa haqida bilimga ega bo'lish, ya'ni turli ma'lumotlar, faktlar, ko'nikmalarni egallashni ham angalatadi.

Inson o'z imkoniyatidan to'liq va maqsadli foydalangandagina samarali natijani qo'lga kiritishi mumkin. Bunda kishilarning fikri yoki voqea-hodislar(ijtimoiy-siyosiy)ning sodir bo'lishiga ham ta'sir o'tkazish imkoniyati ham nazarda tutiladi. Jismoniy rivojlanish jihatidan qaralganda esa kishining biror ishni amalga oshirish uchun fiziologik layoqati mavjudligini anglatadi. Qobiliyat insonning individual salohiyati, imkoniyatlarini anglatgani sababli u inson tomonidan ko'nikma va malakalarning egallanishi jarayonida takomillashib boradi. Har qanday qobiliyat turi shaxsga tegishli murakkab psixologik tushunchadan tashkil topgan bo'lib, u faoliyatning talablariga mutanosib xususiyatlar tizimini o'z ichiga oladi. Umumiy qobiliyat deganda yuksak aqliy imkoniyat va taraqqiyot tushuniladi. U tabiiy ravishda shakllanishi va muayyan reja asosida rivojlantirilishi mumkin.

Bilish orqali inson dunyoni anglaydi, unda kechayotgan voqea-hodisalarni tahlil qiladi. Aqliy qobiliyat esa miyada to'plangan ko'nikmalarning ishga tushirilishi natijasida namoyon bo'ladi. Masalan, jiringlayotgan qo'ng'iroqqq javob berish, trubkani olib gapirish, suhbatdosh bilan aloqaga kirishish, ovoz ohangini o'zgartirish idrok qilish natijasida tartiblashtiriladi. Aqliy qobiliyat va ko'nikmalar asab tizimi orqali amalga oshiriladi. Quyidagi jadval yordamida bilimning bosh miya faoliyati bilan bog'liqligini kuzatish mumkin.

Sezish	Sezgi organlari (ta'm bilish, eshitish va h.k.) yordamida qabul qilingan ma'lumot.
Diqqat	Ma'lum ob'ekt, harakat, o'yga ahamiyat berish, e'tiborini biror mavzu yuzasidan jamlash.
Xotira	Qisqa muddatli/ joriy xotira/uzoq muddatli xotira
Jismoniy imkoniyat	Muskullar va tana a'zolarining harakatga kelishi.
Til imkoniyati	Tovushlar yordamida so'z hosil qilish.
Vizual yoki fazoviy jarayon	Tasvirni anglash, uni tasavvurida qayta jonlantirish.

Qobiliyat ko'rinishlari

- Tadbirkorlik — biror ishni amalga oshirishda aqliy va ruhiy imkoniyatini ishga solish;
- Miya faoliyati — insonlarning ichki dunyosi va ularning maqsadini angash;
- Oldindan his etish — ko'zlangan ish yuzasidan oldindan qaror chiqarish;
- Muammoni o'z vaqtida hal qilish — yuzaga kelgan vaziyatni ijobiy hal etish;
- Qaror qabul qilish — to'liq axborot asosida his-tuyg'ularni ishga solib ongli ravishda harakat qilish;
- Hissiy boshqarish — ichki kechinmalarini aniqlash va ularni boshqarish;

- Oldini olish — murakkab vaziyatlarni yuzaga keltirmaslik uchun aqlni ishlatish.

O'quv faoliyatida talabalarning ijodiy salohiyatini rivojlantirish, o'zini o'zi kashf etishni va namoyon bo'lishi, o'qituvchilardan esa konstruktiv va samarali pedagogik usullarni topishni talab qiladi. Shu bilan birga xalqaro ta'lim makonida qabul qilingan talablar, tanlangan formula an'analar, ilmiy maktablar, mintaqaviy xususiyatlar, kasbiy harakatchanlik va raqobatbardoshlikni hisobga oladigan ta'lim standartiga mos kelishi muhimdir.

Hozirgacha texnik qobiliyatlarni tizimli tushunishning yagona va tizimlashtirilgan g'oyasi mavjud emas. Mahalliy psixologiya doirasida umumiy qobiliyatlar haqidagi g'oyalarni rivojlantirish sohasida katta hajmdagi tadqiqotlar olib borildi.

Masalan, S.L. Rubinshteyn "qobiliyat" ni faoliyat nazariyasi nuqtai nazaridan ko'rib chiqadi va bu atamani "individda mustahkamlangan umumlashtirilgan aqliy faoliyat tizimi" sifatida "murakkab sintetik shakllanish" deb izohlaydi [1, p. 704],

Muallif qobiliyatlarni umumiy qobiliyatlar (o'rganish va ishlash qobiliyati) va turli ko'rinishlari sifatida ishlaydigan maxsus qobiliyatlarga ajratadi. Qobiliyatlar faoliyat jarayonida rivojlanadi. A.N. Leontyev insonlardagi qobiliyatlarni tabiiy, asosan biologik asosga ega bo'lgan jihatlariga ajratadi. Muallif ta'kidlaganidek, tabiiy qobiliyatlar hayot davomida rivojlanadigan yangi shakllanishlar, masalan, musiqiy, nutq, dizayn va boshqalar barcha odamlarga birdek xos bo'lgan sezish, idrok etish, fikrlash qobiliyatlarini o'z ichiga oladi va u aniq insonning "ijtimoiy va tarixiy faoliyat shakllari uchun inson qobiliyatlari" ni nazarda tutadi.

Biz ushbu ro'yxatga "texnik tafakkur" yoki "texnik fikrlash" ta'siri ostida shakllangan bir qator ko'nikma va qobiliyatlardan iborat bo'lgan maxsus texnik qobiliyatlarni qo'shishni zarur deb hisoblaymiz. Bu ma'lum bir ob'ektning ishlashining o'ziga xos xususiyatlarini ko'rish qobiliyati, ushbu faoliyat jarayonida sabab-ta'sir munosabatlarini kuzatish qobiliyati, ularsiz ishlashi mumkin bo'lmagan tafsilotlarni payqash va kuzatish qobiliyati muayyan texnik qobiliyatlar dastlab texnik faoliyat bilan shug'ullanadigan talabalarga xos bo'lishi kerak. O'quv jarayonida ular katta yoki kamroq muvaffaqiyat bilan shakllanish va rivojlanishga faol yordam beradi. A.N. Leontyev "uning individualligi organlari" terminologiyasida shaxsning ichki mulki sifatida harakat qiladi.

E.V. Artsishevskaya faoliyatni birinchi o'ringa qo'yadi va qobiliyatlarni faqat faoliyatni tahlil qilish orqali aniqlash mumkin bo'lgan xususiyatlar deb hisoblaydi, natijaga erishish yo'li sifatida qobiliyatlarni farqlashga e'tibor beradi [4].

Yu.B. Gippenrayter qobiliyatlarni moyillik bilan bog'liq holda ko'rib chiqadi, ular orqali u qobiliyatlarning rivojlanishi uchun ichki sharoitlarni tushunadi. Bunday shartlar asosida muallif asab tizimining bir qator xususiyatlarini, masalan, sezgirlik, faollik, harakatchanlik va miyaning bir qator anatomik va fiziologik xususiyatlarini tushunadi

Texnik qobiliyatlar genetik jihatdan oldindan belgilanadi va miyaning ishlashi faollashadi. Bu V.D. Shadrikovanning nuqtai nazariga mos keladi. Qobiliyatlar, muallifning fikricha, ma'lum bir aqliy funktsiyani bajaradigan funktsional tizimning xususiyatini aks ettiradi. Bu xususiyat yoki sifat umumiy bo'lib, ma'lum aqliy funktsiyalarning muvaffaqiyatli va sifatli bajarilishida namoyon bo'ladi.

Tabiiy asosga asoslanib, qobiliyatlar "faoliyat talablari ta'siri ostida shaxsning tabiiy biologik qobiliyatidan" rivojlanadigan intravital yangi shakllanishlardir [6, p. 61].

B.M. Teplov qobiliyatlarni har qanday faoliyat yoki bir nechta faoliyatni muvaffaqiyatli bajarish bilan bog'liq bo'lgan bir qator individual psixologik xususiyatlar sifatida tushunadi. Shunday qilib, texnik qobiliyatlar, shubhasiz, biologik jihatdan aniqlangan shartlarga - mayllarga asoslanadi va ularning rivojlanishida bilim va aniq texnik faoliyatni muvaffaqiyatli amalga oshirish orqali vositachilik qiladi. Ushbu ish doirasida biz insonning texnik qobiliyatining rivojlanishida talaba uchun texnik qobiliyatlarning ahamiyati masalasi deyarli ko'tarilmagan va maxsus o'rganilmagan. Shaxsning texnik qobiliyatlari o'zaro bog'liq bo'lgan tarkibiy qismlardan iborat bo'lgan murakkab tuzilishga ega bo'lib, ular faoliyatda namoyon bo'ladi, birinchi navbatda funktsional-sub'ekt sohasini ta'kidlaydi, motivatsion sohaga ta'sir qiluvchi sub'ekt faoliyati jarayoni bilan qiymat munosabatlariga ega.

Texnik qobiliyat, shubhasiz, ma'lum bir harakatchanlikni, tashabbuskorlikni va mas'uliyatni o'z ichiga oladi. Bu esa o'z-o'zini tarbiyalash qobiliyati deb hisoblanishi mumkin. Shunday qilib, texnik qobiliyatlar individual, shaxsiy va kasbiy jihatdan muhim fazilatlarining ma'lum motivatsion yo'nalishi bilan ifodalanadigan xususiyatlar blokining uyg'un kombinatsiyasi sifatida ishlaydi. Texnik jihatdan yo'naltirilgan shaxsning kasbiy muhim fazilatlari qatorida, insonning oliy ma'lumot olishi uchun zarur bo'lgan. Umumiy aqliy qobiliyatlardan tashqari, ular bilan ishlashda zarur bo'lgan sensorimotor ko'nikmalarni asboblari, mashinalar va uskunalarni rivojlantirishning ma'lum darajasini ham ajratib ko'rsatish kerak. Jismoniy kuch va harakatning epchilligi ham texnik iste'dodning tarkibiy qismidir. Texnologiya bilan ishlash tajribasi, texnologiya bilan o'zaro munosabatda bo'lish istagi texnik tushunchani belgilaydigan fazoviy tasavvur bilan chambarchas bog'liq.

Fazoviy tasavvur vizual tasvirlar bilan ishlash, fazoviy fikrlarni idrok etish va ularning ishlashini tasavvur qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Sanab o'tilgan omillar tug'ma qobiliyatlar bo'lib, ularni hatto uzoq muddatli mashg'ulotlar bilan ham rivojlantirish qiyin.

Shunday qilib, texnik qobiliyatlar ma'lum bir tarzda shakllangan xususiyatlar faoliyatning faol va muvaffaqiyatli jarayonini aniqlash majmuini o'z ichiga oladi va zamonaviy muhandis uchun zarur shartlardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Питер, 2002.

2. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. Москва: Издательство Акад. наук СССР, 1959.
3. Леонтьев А.Н. О формировании способностей. Семенюк Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов. Москва: Институт практической психологии, 1996: 46 – 56.
4. Арцишевская Е.В. Индивидуально - типологические особенности подростков с художественно - изобразительными и языковыми способностями. Диссертация ... кандидата психологических наук. Москва, 2008.
5. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. Москва: изд-во Моск. ун-та, 1988.
6. Шадриков В.Д. Способности и интеллект человека. Москва: Издательство Современного гуманитарного университета, 2004.
7. Salieva, D. A. "Psychological peculiarities of the influence of motivation on the learning independence of the student of young school." EPRA International Journal of Economic Growth and Environmental Issues 8.3 (2020): 87-90.

**O'ZBEK OILASI ER-XOTIN GENDER TENGLIK
MUNOSABATLARINI TAKOMILLASHTIRISHNING PSIXOLOGIK
IMKONIYATLARI VA MUAMMOLARI.**

*U.S.Saribayeva, Toshkent amaliy fanlar universiteti,
psixologiya kafedresi
psixologiya fan.nom.,dotsent*

O'zbek oilasi er-xotin gender tenglik munosabatlarini takomillashtirishga qaratilgan gender siyosatini muvaffaqiyatli, tizimli, izchil amalga oshirishning psixologik imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish, gender tengsizlikni, xotin-qizlar kamsitilishini oldini olish vositalarini, tadbirlar tizimini, modellari va konsepsiyasini yaratish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Er-xotin gender imkoniyatlari va imtiyozlarini ta'minlanishi borasidagi mavjud muammolar gender diskriminatsiyaga sabab bo'ladi.

Gender diskriminatsiya – bu jinsiy belgilarga ko'ra diskriminatsiya bo'lib, bir jinsga nisbatan ikkinchi jinsga afzallik berish amaliyotidir. Seksizm - 6y ayollarning jamiyatdagi rolini kamsitish, ularning imkoniyatlarini past baholash, faqat biologik hususiyatlarini hisobga olish, jamiyatni jinsiy belgilarga ko'ra ajratish, individual sifatlar va farqlarni yo'qotish, erkaklarning rolini ortiqcha baholashni anglatadi [1,2]. Seksizm kundalik hayotda turli xil ko'rinishlarda namoyon bo'ladi, ammo eng keng tarqalgan seksizm shakllari erkak shovinizmi va lingvistik seksizmdir. Erkak shovinizmi, seksizmning bir ko'rinishi sifatida, ayollarning imkoniyatlarini va jamiyatdagi rolini past baholash, shuningdek, erkaklarning jamiyat hayotidagi rolini ortiqcha baholashni anglatadi. Lingvistik seksizm esa, ayollarning rolini til orqali

kamsitish yoki oddiygina til konstruktsiyalari orqali ayollarga nisbatan beparvo bo'lishdir [3].

Jinsiy tenglik jamiyatda ayollar va erkaklar uchun qonun oldida teng huquqlarning mavjudligini va tan olinishini nazarda tutadi. Nazariy jihatdan jinsiy tenglikni ta'minlash ayollarni to'liq qaramlik va kamsitilishdan qutulishini, mustaqillik va teng huquqlilikka erishishini, ta'lim, mehnat, siyosat, oilaviy hayotda erkaklar bilan imtiyoz va imkoniyatlarini tenglashtirishni nazarda tutadi[4].

Jinslar tengligi ularning bir-biriga tenglashtirilishi yoki identifikatsiyasi emas, shuningdek, bu tenglik erkaklarga xos sharoitlar va turmush tarzini norma sifatida belgilamasligi, ayollar va erkaklar o'rtasidagi tenglik ma'nosini belgilashda erkak yoki ayol jinsi orasidagi munosabatlardagi tenglikni ifodalaydi[5].

Ikki jinsning bajaradigan rollari bilan bog'liq uzoq tarixga ega diskriminatsiyalar va cheklovlar shaxsning kundalik harakatlari va qarorlariga ko'rinmas darajada singib ketgan va uning ta'sir doirasi gender tengsizlikni keltirib chiqaradi. Shunga ko'ra tadqiqotimizda gender sifatlarni shakllanishida ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri aniqlandi, tadqiqot natijalari 1-jadvalda keltirilgan.

Ijtimoiy faol, yuqori moddiy ta'minlangan, ish joyi, kasbiga, yuqori maosh oladigan ayollarning 75 foizida o'ziga bo'lgan ishonch ko'rsaktichi qayd etildi. 58 foiz ayollar o'z fikrini himoya qila olishini bildirgan. Ammo ular mutloq mustaqil bo'lishni istamasliklari va qarshilik bildirga olish ko'rsatkichi 50 foiz ayollarda shakllangan. Shaxs sifatida kuchli, analitik-chuqur tahlil qobiliyati 59 foiz ayollarda qayd etilgan. Ularda 86 foiz yetakchilik qobiliyatini yuqori darajada baholaganlar, biroq tavakkalchilik 30 foiz ayollarda namoyon bo'lishi aniqlandi. Qaror qabul qilishdagi tezkorlik vaziyatga bog'liq ligini ko'rsatishgan. Aynan, kasbi, hunari bor, oylik ish haqqiga va daromadiga ega ayollarning 78 foizida o'zini o'zi ta'minlash-faqat o'ziga tayanish xususiyati qayd etilgan.

1- jadval

**Gender sifatlarni shakllanishiga ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri
(natijalar % da)**

TASDIQLAR	o'ziga bo'lgan ishonch	o'z fikrini himoya qila olish	mutloq mustaqil bo'lishni istamaslik va qarshilik bildirga	kuchli, analitik-chuqur tahlil qobiliyati	foiz yetakchilik qobiliyatini	tavakkalchilik	Hukmronlikka intilish	jahldorlik	raqobatlashish	foizida o'zini o'zi ta'minlash-faqat o'ziga tayanish	ayollik va insoniylik mavqeyini himoyalash

	5	8	0	9	6	0	2	5	4	8	8

Hukmronlikka intilish ko‘rsatkichi ayollar bahosida sezilarli past chiqqan, ya’ni 32 foiz, bu ayollarning uy-ro‘zg‘or kamchiliklari, erkak kishi tomonidan mehr-e’tibor ko‘rilmaligi, hissiy-emotsional, ruhiy-psixologik qoniqmasligi natijasidagi “injiqliliklari, talablari” erkaklar uchun ayolning “hokimiyatga”, “hukmronlikka” intilishi sifatida tasavvur qilinishi bilan bog‘liq noto‘g‘ri stereotiplari sifatida izohlanadi. Ayollarning natijalarida jahldorlik sifat ko‘rsatkichi 45 foizni tashkil qilib, bunga asosan erkak kishining erkaklik rolini bajarmasliklari, mas’uliyatsizliklari, e’tiborsizliklari sabab qilib ko‘rsatilganligini e’tiborga olsak ayollarda jahldorlik noqulay shart-sharoit taqazosi bilan, erkaklardagi ma’suliyatsizlik sababidan namoyon etililadigan vaziyatli emotsional reaksiya ekanligini tasdiqlaydi. Buni isboti sifatida keying tasdiq, erkak kishi bilan raqobatlashish ko‘rsatkichini baholanish natijasida ko‘ringan, ya’ni ushbu sifat ayollar tomonidan past baholanib – 28 foizni tashkil etgan. Buni asosan ayollar erlari bilan emas, oiladagi ayollar ovsinlar, tasavvur va gumon qilingan erining “ma’shuqa”lari bilan raqobatlashishga moyilliklari kuchli ekanligi, assan ayollar erkak bilan birinchilikni, etakchilikni egallash uchun emas, doimiy ravishda erining e’tiborida bo‘lish va ayollar o‘rtasida etakchi va birinchilikka intilishlarini izohlaydi.

Hurmatalablilik oilaviy munosabatlarda erlari tomonidan bee’tibor qolmaslik, qadrsizlanmaslik uchun va raqobatga emas, e’tiborga, shaxs sifatida o‘zini tanish, o‘zining ayollik va insoniylik mavqeyini himoyalash mexanizmi sifatida namoyon bo‘luvchi indikator 28 foiz ayollarda yuqori darajada ekanligi aniqlandi.

Xulosa. Erkak yoki ayol jinsiga mansub bo‘lish tushunchasi, erkaklar ayollardan yuqori mavjudotlar sifatida qabul qilingan ierarxik elementni o‘z ichiga oladi va shu sababli erkaklarga tegishli vazifalar, funksiyalar va qadriyatlar ayollarga tegishlilardan ko‘ra o‘z ahamiyati jihatidan yuqoriroq, deb qaralishi gender stereotiplarni shakllanishiga sabab bo‘lgan. Ya’ni, erkaklarga xos bo‘lgan norma jamiyat uchun norma (standart) ekanligini anglatadi, bu esa o‘zining siyosiy qarorlarida va tuzilmalarida uni aks ettiradi, jinslar o‘rtasidagi aniq tengsizlikni qayta tiklaydi va tasvirlaydi.

Gender tenglikni ta’minlashga xalaqit beruvchi refleksiv munosabat ta’sirida rivojlangan azoblanish, qaramlik, kamsitilish, imkoniyatsizlikka rozilik o‘zbek ayollari tomonidan erni obro‘sini saqlash, mavqeini ulug‘lashga qaratilgan pertseptiv-appertseptiv xatti-harakatlar bo‘lib, konstruktiv motivatsion xarakterga ega. Xotin-qizlarning gender tan olinishi ularda rivojlangan ijtimoiy-psixologik qobiliyatlariga, etnopsixologik qadriyatlar tizimida shakllangan xulq-atvorga, psixoemotsional rivojlanganlik darajasiga, oilada ayolni psixoterapevtlik qobiliyatini namoyon etilishiga bog‘liq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Баталер Д, Гэйс Ф. Л. Невербальные аффективные реакции в отношении лидеров–мужчин и женщин: последствия с точки зрения оценки лидерства // Общественное животное. Исследования / Под ред. Э. Аронсона. Т. 2. – СПб.: Прайм–ЕВРОЗНАК, 2003. С. 143–186.
2. Бем С. Линзы гендера: Трансформация взглядов на проблему неравенства полов. – М.: РОССПЭН, 2004. – 336 с.
3. Воронина О. А., Клименкова Т. А. Гендер и культура // Женщины и социальная политика — Women and social policy: (гендерный аспект): Сб. / Отв. ред. З. А. Хоткина. – М.: Институт социально–экономических проблем народонаселения РАН, 1992. С. 10–22.
4. Жуков Ю.М. Диагностика и развитие компетентности в общении. – М., 1990.
5. Клецина И. С. Психология гендерных отношений. Теория и практика. – СПб.: Алетейя, 2004. – 408 с.

**YOSHLARDA HARBIY-VATANPARLIK TUYG‘USINI
TAKOMILLASHTIRISHNING PSIXOLOGIK YECHIMLARI**

Sirliyev Erkin Nazarovich –

O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti

“Harbiy vatanparvarlik, ma’naviy-ma’rifiy tarbiya va yoshlar bilan ijtimoiy
ishlash”

kafedrası dotsenti psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

Bugungi kunda Yangi O‘zbekiston bag‘rida III-Renessansning bosh me‘morlari – yuksak salohiyatli, xorijiy tillar, zamonaviy bilim, axborot va turli faoliyat texnologiyalarini puxta o‘zlashtirayotgan, ma’naviy barkamol, vatanparvarlikni bosh qadriyat sifatida teran anglaydigan, Vatan iqboliga sadoqatli yangi avlod ulg‘ayib kelmoqda. Bugungi kunda mamlakatimizda 18 yoshgacha bo‘lgan yoshlar o‘n bir millionga yaqin yoki umumiy aholining taxminan 40 foizini, 30 yoshgacha bo‘lganlar esa –18 million nafarni yoki 64 foizini tashkil etadi. Aholimizning aksariyat qismini tashkil etadigan yoshlarning hayotda o‘z o‘rinini topishlari uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish davlatimiz siyosatining asosiy tamoyillaridan biri bo‘lib kelmoqda. O‘zbekiston mustaqillikka erishgandan keyingi davrda yoshlarni siyosiy-ijtimoiy jarayonlarga jalb qilish, ushbu yoshlarni islohotlardagi faol ishtirokini ta’minlash orqali ularning demokratik yangilanish jarayonlarining ishtirokchisi sifatidagi roli yanada ortdi. Bu quyidagilar bilan belgilanadi:

- yangi asrga kelib, yoshlarga munosabat masalasida dunyo taraqqiyoti uchun umumiy bo‘lgan qonuniyatning mavjudligi ayon bo‘ldi, ya’ni, yoshlar endi nisbatan ustuvor ahamiyatga ega shaxsdan jamiyat taraqqiyotini belgilaydigan, uni amalga

oshiradigan yetakchi kuchga aylanmoqda;

- yoshlarning intellektual qobiliyatlari, kasbiy malakasi, ma’nan va ruhan barkamollik kabi ijtimoiy sifatlari butun jamiyatning rivojlanish darajasiga ijobiy ta’sir ko’rsatmoqda. Bunday tendensiyalar yoshlarning alohida ijtimoiy demografik qatlam sifatida siyosatning faol sub’ektiga aylanib borayotganini ko’rsatadi.

Davlatimiz rahbari Sh.M.Mirziyoyev “dunyo kun sayin emas, soat sayin tahlikali bo‘lib borayotganini” ta’kidladi. Bugun biz insoniyat taraqqiyot sari, xavfsiz dunyo sari intilayotgan XXI asrda ham na xavfsizlik, na taraqqiyot o‘z mukammal kafolatiga ega emasligiga yana bir karra amin bo‘layapmiz. Zero, xavfsizlik va taraqqiyot o‘zgalar tominidan taqdim etiladigan “tuhfa” emas. Shunday ekan, tahlikali dunyo siyosatida O‘zbekiston o‘z pozitsiyasini qanday belgilaydi? Jahon va milliy maydonda davlatimizning yaqin va uzoq kelajakka qaratilgan insonparvarlik va taraqqiyotga xizmat qiluvchi qanday taktika va strategiyalari mavjud?

Javob bitta, ya’ni yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bo‘yicha qabul qilingan qarorlarni amalga oshirish doirasida har tomonlama rivojlangan, bilimdon, xalqiga, shuningdek, Vatanga xizmat qilish ishiga sodiq yoshlarni tarbiyalash bo‘yicha keng miqyosli ishlar amalga oshirish zarur.

Vatanparvarlik haqida fikr yuritadigan bo‘lsak - bu Vatanga muhabbat, o‘z vataniga sadoqat, uning manfaati va xizmatiga tayyorlik, kezi kelganda o‘zini qurbon qilish, uni turli yovuz kuchlardan himoya qilish kabi hislar asosida mujassamlanadi.

Erkka intilish, ozod yashashga bo‘lgan ehtiyoj insonga xos bo‘lgan tuyg‘udir. Inson o‘z vatanidagina ozod va erkin yashay oladi. Shu bois vatan ozodligi uchun kurashish masalasi qadim-qadimdan allomalarning asarlari hamda ezgu g‘oyalarni ifoda etuvchi ta’limotlarning bosh mavzusi bo‘lib kelgan. Chunonchi, Hadisi Sharifda vatanni sevish iymondan ekanligi ta’kidlangan bo‘lsa, Alisher Navoiy o‘z sherlarida vatandan ayrilish inson uchun og‘ir judolik ekanligi to‘g‘risida keltirib o‘tgan. Abdulla Avloniy o‘z asarlarida “vatan” tushunchasiga ta’rif berib, uning ravnaqi uchun kurashish vatanparvar insonga xos xususiyat ekanligi quyidagicha qayd etadi: “Har bir kishining tug‘ulub o‘sgan shahar va mamlakatini shul kishining vatani deyilur. Har kim tug‘ilgan, o‘sg‘on yerini jonidan ortiq suyar. Hatto bu vatan hissi – tuyg‘usi hayvonlarda ham bor. Agar bir hayvon o‘z vatanidan – uyuridan ayrilsa, o‘z yeridagi kabi rohatda yashamas. Biz turkustonliklar o‘z vatanimizni jonimizdan ortiq suyganimiz kabi arablar o‘z diyorining qumlik, issiq cho‘llarini, eskumular shamol taraflarini, eng sovuq va muzlik yerlarini boshqa yerdlardan ziyod suyarlar. Agar suymasalar edi, havosi yaxshi, tiriklik oson yerlarga o‘z vatanlarini tashlab hijrat qilur edi”. Inson o‘zi tug‘ilib o‘sgan vatanda orzu-umidlari, niyatlari, hayotiy intilishlari bilan o‘ziga yaqin bo‘lgan kishilar davrasida bo‘ladi, o‘zi ko‘nikkan turmush tarzi bo‘yicha kun kechiradi, bolalikdan o‘zi ko‘nikkan ijtimoiy munosabatlar jarayonida ishtirok etadi, hayotining bir qismiga aylangan tilda so‘zlashadi va u shu muhitdagina o‘zini erkin his qiladi. Begona yurtlarda u o‘ziga tanish bo‘lgan, o‘zi ko‘nikkan muhitni topa olmaydi.

Yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bo'yicha mamlakatimizda ham bir qancha ishlar amalga oshirilib kelinmoqda. Sababi yoshlarni harbiy vatanparvarlik ruhida tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Hozirgi murakkab globallashuv davrida, axborot-kommunikasiya texnologiyalari shiddat bilan rivojlanib borayotgan sharoitda yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bilan bog'liq dolzarb vazifalar va ularni hal yetish yo'llari, davlat va nodavlat notijorat tashkilotlari, oila, mahalla, ta'lim-tarbiya institutlarining bu boradagi roli va ahamiyatini, o'zaro hamkorligini milliy va xalqaro huquqiy normalarni hisobga olgan holda belgilab beradi. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2018-yil 23- fevraldagi 140-son qaroriga binoan "Yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash konsepsiyasi" ishlab chiqilgan bo'lib ushbu konsepsiyaning 2 bobida yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalashning maqsadi va asosiy vazifalari aniq belgilab berilgan. Yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalashning maqsadi yoshlarda jamiyatning turli tarmoqlari, ayniqsa, harbiy soha bilan aloqador bo'lgan davlat xizmati turlarida faollik ko'rsatish, tinch va harbiy sharoitda Konstitutsiya va harbiy burchga sadoqatli bo'lish, ularda o'z yurti va xalqi taqdiri uchun yuksak mas'uliyat va javobgarlik kabi muhim xususiyatlarni shakllantirishdan iborat.

"Uchinchi Renesans" poydevori bo'lmish Yangi O'zbekiston rivojiga har daqiqada ulush qo'shmoq, vatanga muhabbat, vatanparvarlikning asl ko'rinishidir. Vatanga munosib farzand bo'lish, uning yeri, suvi, eli bilan chambarchas bog'liq ekanligimizni teran anglash, uni ardoqlash ham vatanparvarlikning bir ko'rinishi, qirrasidir.

Harbiy vatanparvarlik ona yurtning, xalqning tarixi va taqdiriga chuqur hurmat bilan qaraydigan, Vatan manfaatlari yo'lida fidoiylik namunalarini ko'rsatishga qodir bo'lgan yoshlarga xos fazilatdir. Vatanga, xalqqa bo'lgan hurmat, muhabbat, ishonch tuyg'usi muayyan umumiy manfaatlar, maqsadlar asosida shakllanib, kishilarning qalbidan chuqur o'rin oladi, faoliyaga ta'sir qilib, ularni ma'suliyatli vazifalarni bajarishga safarbar etib turadi.

Yoshlarni harbiy vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va ularda ushbu tuyg'uni shakllantirishning psixologik yechimlariga quyidagilarni kiritishimiz mumkin:

- yoshlarga oid davlat siyosatini amalga oshirishni tashkiliy-moddiy jihatdan ta'minlash;

- yoshlarga doir qonunchilikda va hukumat tomonidan belgilangan chora-tadbirlarni yangilanish va islohotlar jarayoniga mos ravishda bosqichma-bosqich amalga oshirish;

- yoshlarning ijobiy shaxsiy sifatlarini takomillashtirishda zamonaviy ko'rinishdagi psixologik xizmatdan foydalanish;

- yoshlarga milliy o'zlikni anglash yuzasidan aniq dasturlar asosida bosqichma-bosqich amalga oshirish.

To'g'ri va malakali bilim olgan yoshlar bugungi demokratik jamiyatda erkin

muloqot qilishi mumkin. Yoshlar ular ishtirok etadigan jamoat ishlarining ahamiyatini va ularga o'z hissasini qo'shish muhimligini biladilar. Yoshlar tashabbusni olishga, o'z qobiliyatlarini rivojlantirishga va o'zlari kabi nafaqat o'zlariga, balki boshqalarga ham, butun mamlakatga foyda keltiradigan inson sifatida o'sishga tayyor bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, oldimizda turgan asosiy vazifa – yoshlar ongida ona-Vatanga muhabbat, sadoqat, insonparvarlik, milliy g'urur kabi g'oyalarni chuqur singdirgan holda milliy o'zligini anglashga erishishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Mirziyoyev Sh.M. “Qonun va adolat ustuvorligini ta'minlash – barcha ezgu-maqсадlarimizga erishishning eng muhim sharti. Uning o'zi. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz”. – T.: 1-jild

2. Karimov.I.A “Ozod va obod Vatan, erkin va faravon hayot – pirovard maqsadimiz”. – Toshkent: O'zbekiston. 2000. – 471 b.

3. Abdulla Avloniy “Turkiy guliston yoxud axloq”. Toshkent: Adolat, 1992. – 44 b.

4. Nabiyeu M. “Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch asarida globallashuv davrida milliy taraqqiyotni ta'minlashning usul va vositalar tahlili”. – T.: 2020.

TAZYIQ VA ZO'RAVONLIKKA UCHRAGAN XOTIN-QIZLAR BILAN ISHLASH PSIXOLOGIYASI

*Satimbayeva Doimaxon Nodir qizi
Toshkent Kimyo Xalqaro universiteti Namangan filiali
ijtimoiy psixologiya yo'nalishi 2- kurs magistranti*

Ayol nozik qalb sohibi, mehr chashmasi, go'zallik namoyondasi, deb ta'rif berilishi bejiz emas. Darhaqiqat xotin-qizlar e'tibor va himoyaga doim ehtiyoj sezadi. Ammo hayot doim tinchlik va sokinlik va bir tekisda davom etmaydi. Ayrim hollarda xotin-qizlar turli shafqatsizlik va zo'ravonliklarga ham duch keladi. Albatta, bunday hollarda ularning huquqlari umumiy huquqiy mezonlarga muvofiq himoya qilib kelingan.

So'nggi yillarda mamlakatimizda xotin-qizlar masalasi, ularning turmush sharoitlarini yaxshilash, maishiy hayotdagi muammolarini hal qilish, iqtidori va imkoniyatlarini ko'rsatish uchun qulay sharoit yaratilmoqda. Oilada, jamiyatda, ayniqsa, xotin-qizlarning ijtimoiy hayotdagi faolligini oshirishga alohida e'tibor qaratilayotgani natijasida ijtimoiy munosabatlarda ham, qonunchilikda ham katta o'zgarishlar amalga oshirilmoqda. Mamlakatimizda xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish, shuningdek gender tenglikni ta'minlash, ayollarning ijtimoiy va siyosiy hayotdagi rolini oshirish ishlari bir necha yo'nalishlarda, xususan, ayollar huquqlari to'g'risidagi qonun hujjatlarini, ayollarni himoya qilishning

institutsional asoslarini takomillashtirish alohida ahamiyat kasb etadi. Prezidentimizning xotin-qizlar huquqlarini ta'minlash, xususan, gender tengligi va ayollarni zo'ravonlik va zulmdan himoya qilish, ayollar tadbirkorligini rivojlantirish maqomini kuchaytirish to'g'risidagi bir necha normativ huquqiy hujjatlari ya'ni, 2019-yil 2-sentyabrdagi "Xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi O'RQ 561-son Qonuni hamda 2019-yil 2-sentyabrdagi "Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida"gi O'RQ – 561-son qonunlar qabul qilindi. Ushbu normativ huquqiy hujjatlarda xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlarini ta'minlashning asosiy prinsiplari sifatida qonuniylik, demokratizm, jinsi bo'yicha kamsitishga yo'l qo'yilmaslik, ochiqlik, shaffoflik alohida belgilab berilgan. Ushbu qonunlarda jismoniy zo'ravonlik, jinsiy zo'ravonlik, ruhiy zo'ravonlik, iqtisodiy zo'ravonlik kabi, shuningdek tazyiq, tazyiq va zo'ravonlikdan jabrlanuvchi kimlar, tazyiq va zo'ravonlikning oldini olish va himoya qilish tartiblari, himoya orderi nima kabi tushunchalar keltirib o'tilgan.

Tazyiq va zo'ravonlikdan jabrlanuvchi o'ziga nisbatan tazyiq va zo'ravonlik sodir etilganligi yoki ularni sodir etish tahdidi to'g'risidagi ariza bilan tegishli vakolatli organlarga hamda tashkilotlarga yoxud sudga murojaat etish, maxsus markazlarda, shuningdek bepul telefon liniyasi orqali tekin huquqiy maslahat, iqtisodiy, ijtimoiy, psixologik, tibbiy va boshqa yordam olish, ichki ishlar organlariga himoya orderi berish to'g'risidagi talab bilan murojaat qilish, himoya orderi shartlari buzilgan taqdirda esa, ularni bu haqda xabardor qilish, sodir etilgan tazyiq va zo'ravonlik natijasida o'ziga yetkazilgan moddiy zararining o'rni qoplanishi hamda ma'naviy ziyon kompensatsiya qilinishi to'g'risidagi talab bilan sudga murojaat etish, shuningdek tazyiq va zo'ravonlikdan jabrlanuvchi yetkazilgan moddiy zararining o'rnini qoplash hamda ma'naviy ziyonni kompensatsiya qilish to'g'risidagi ariza bilan sudga murojaat etganda davlat boji to'lashdan ozod qilish kabi huquqlarga ega hisoblanadi. O'zbekiston Xotin-qizlar qo'mitasi yordam ko'rsatish, maslahat berish mexanizmi hamda chora-tadbirlari, xotin-qizlarga nisbatan tazyiq va zo'ravonlik holatlarining oldini olish to'g'risida axborot olishni ta'minlash maqsadida O'zbekiston Respublikasining butun hududida tun-u kun ishlaydigan, bepul telefon liniyasi tarmog'i (ishonch telefoni) ishlab turishi ta'minlangan. Xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilishni amalga oshiruvchi tegishli vakolatli organlar hamda tashkilotlar tomonidan ularga nisbatan tazyiq va zo'ravonlikning oldini olishga doir yakka tartibdagi chora-tadbirlardir sifatida xotin-qizlarga nisbatan tazyiq va zo'ravonlik sodir etishga moyil bo'lgan yoki uni sodir etgan g'ayriijtimoiy xulq-atvorli shaxslarni aniqlash hamda ularga profilaktik ta'sir ko'rsatish hisoblanadi.

Ushbu yakka tartibdagi chora-tadbirlar turlari jumlasiga:

- profilaktika suhbatini o'tkazish;
- himoya orderini berish;

- tazyiq va zo'rvonlikdan jabrlanuvchilarga yordam ko'rsatish bo'yicha maxsus markazlarga joylashtirish;
- zo'rvonlik xulq-atvorini o'zgartirish bo'yicha tuzatish dasturlaridan o'tishdan iborat.

Himoya orderi tazyiq va zo'rvonlikdan jabrlanuvchiga beriladi.

Tegishli hududda tazyiq va zo'rvonlikning yakka tartibdagi profilaktikasini amalga oshirish uchun mas'ul bo'lgan ichki ishlar organining mansabdor shaxsi tazyiq va zo'rvonlik fakti yoki ularni sodir etish xavfi aniqlangan paytdan e'tiboran 24 soat ichida himoya orderini o'ttiz kunmuddatgacha beradi va ushbu order rasmiylashtirilgan paytdan e'tiboran kuchga kiradi.

Agar xavf hali bartaraf etilmagan bo'lsa, himoya orderining amal qilish muddati tazyiq va zo'rvonlikdan jabrlanuvchining arizasiga ko'ra ko'pi bilan o'ttiz kungachauzaytirilishi mumkin.

Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, bugungi kunda jamiyatimizda, yurtimizda ayol-qizlarni himoya qilish va ularga g'amho'rlik ko'rsatish bo'yicha davlatimiz mustaxkam qonuniy hamda tizimli faoliyat joriy etgan. Zero ayol kelajak yaratguvchisi va millat davomchilarini dunyoga keltiruvchi zot hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. M.G.Davletshin va boshqalar. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. Toshkent.
2. E.G'oziev. Umumiy psixologiya. Toshkent "O'qituvchi" 2010 y.
3. M.G.Davletshin. Zamonaviy maktab o'qituvchisi psixologiyasi. Toshkent. 1998
4. Adizova T.M. Psixokorreksiya. – Toshkent. Tafakkur. 2010. 150-b
5. Mahmudova D, A. Psixokorreksiya asoslari. – Toshkent. Fan va texnologiya nashriyoti. 2011. 128-b.

TADBIRKOR FAOLIYATI BANKLARI TOMONIDAN XOTIN-QIZLARNING QO'LLAB-QUVVATLANISHI

*Satvaldiyev Azizjon Axmadjonovich,
Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti Andijon fakulteti
Ma'naviyat va yoshlar ishlari bo'yicha dekan o'rinbosari, psixologiya
fanlari falsafa doktori (PhD), dotsent.*

Mamlakatimizda mustaqillikning ilk yillaridan boshlab xotin-qizlarga g'amxo'rlik ko'rsatish, ularni ijtimoiy-huquqiy jihatdan qo'llab-quvvatlash, siyosiy faolligini oshirish, kasbiy, jismoniy, ma'naviy hamda intellektual salohiyatini yuksaltirish, qiz bolalarni zamonaviy kasb-hunarga o'rgatish, ularni sportga keng jalb etish, sog'lom oilani shakllantirish davlat siyosati darajasiga ko'tarildi.

O'zbekistan Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2018-yil 2-

fevraldagi F-5325-sonli farmonida ana shu maqsad va vazifalardan kelib chiqqan holda, mamlakatimizda xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy va sotsial faolligini oshirish, ularning turli soha va tarmoqlarda o'z qobiliyat va imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi uchun shart-sharoit yaratish, huquqiy va qonuniy manfaatlariga so'zsiz rioya qilinishini ta'minlash, onalik va bolalikni har tomonlama qo'llab-quvvatlash, shuningdek, oila institutini mustahkamlash kabi masalalar bo'yicha dolzarb vazifalar belgilab berildi.

Hozirgi vaqtda mamlakatimizda turli soha va tarmoqlarda mehnat qilayotgan ishchi va xizmatchilarning 50 foizini xotin-qizlar tashkil etadi. Jumladan, davlat jamoat tashkilotlari tizimida 1 ming 400 ga yaqin xotin-qizlarimiz rahbarlik lavozimlarida mehnat qilmoqda. Ulardan 17 nafari senator, 16 nafari Oliy Majlis Qonunchilik palatasi deputati bo'lib, 1 ming 75 nafari esa xalq deputatlari mahalliy kengashlari tarkibida faoliyat yuritmoqda. 3 mingga yaqin nomzodlar kadrlar doirasiga kiritilib, ularning kasbiy o'sishi yuzasidan aloxida dasturlar asosida ishlar olib borilmoqda[1].

Xotin-qizlarning «O'zbekiston Qahramoni», «O'zbekiston fan arbobi», «O'zbekiston xalq o'qituvchisi», «O'zbekiston xalq shoiri», «O'zbekiston xalq artisti» singari davlatimizning yuksak faxriy unvonlari, orden va medallariga sazovor bo'lganligi yurtimizda xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy maydondagi faolligini ko'rsatib beradi. Ularning aslida 500 nafardan ziyod fan doktorlari va akademiklar, minglab fan nomzodlari o'z ilmi va iste'dodi bilan Vatanimiz ravnaqiga astoydil xizmat qilib kelayotganligi ayollarimizning jamiyatdagi o'zni kengayib borayotganligidan dalolatdir.

Mamlakatimizda, bugungi kunda dolzarb hisoblangan, ayollar bandligini ta'minlashga qaratilgan dastur asosida yaratilayotgan ish o'rinlari yildan-yilga ortib bormoqda. Xotin-qizlar tadbirkorligini qo'llab-quvvatlash borasida erishilayotgan yutuqlar qancha e'tirofga sazovor, ayniqsa, mehnatini rivojlantirishga qaratilgan sa'y-harakatlar diqqatga molik. Bu, navbatida, ayollarning oila moddiy farovonligiga munosib ulush qo'shishlari bilan birga, farzand tarbiyasi bilan bevosita shug'ullanishlariga imkon beradi.

Mamlakatimizda bandlik dasturlari asosida xotin-qizlar uchun yaratilayotgan doimiy ish o'rinlari har yili ortib bormoqda va bu borada muayyan natijalar erishilmoqda. Birgina joriy (2018) yilning o'zida xotin-qizlar qo'mitalari va aholi bandligiga ko'maklashish markazlari tomonidan 245 ming nafardan ortiq ishsiz xotin-qizlarni bandligini ta'minlashga erishildi. Xotin-qizlar qo'mitasi tashabbusi bilan 2018 yilning o'tgan davri davomida 2 ming 346 ta kichik sexlar tashkil etilib, ming nafarga yaqin xotin-qizlarning bandligi ta'minlandi. Jumladan, 2018 yilda boshlab og'ir turmush sharoitida yashayotgan hamda mehnatga layoqatli, lekin nogironligi bo'lgan ayollar, ayniqsa yosh xotin-qizlar bandligini ta'minlash Xotin-qizlar qo'mitalarining ustuvor vazifalaridan biri sifatida belgilandi. 2018 yilda ming nafarga yaqin og'ir turmush sharoitida yashayotgan ayollar bandligi ta'minlar va ushbu maqsadlar uchun 38 milliard 261 million so'm mablag' yo'naltirildi. Tijorat banklari tomonidan xotin-

qizlarning tadbirkorlik faoliyatini qo'llab-quvvatlash oilaviy biznesni rivojlantirish, yangi ish o'rinlarini yaratish maqsadida kreditlar ajratish oxirgi ikki yil davomida qariyb 2 barobarga oshirildi. Jymladan 2014-2016 yillar davomida tijorat banklari tomonidan xotin-qizlarga tadbirkorlik faoliyati uchun jami 3,8 trillion so'm kredit mablag'lari ajratilgan bo'lsa, 2017-2018 yillarda 6,1 trillion so'm kredit ajratilgan.

Bundan tashqari xotin-qizlar va oilani har tomonlama qo'llab-quvvatlash jamoat fondining tashkil etilganligi hamda uning mablag'lari hisobidan har yili 100 milliard so'm mablag' yillik 7 foizlik kredit sifatida ajratilayotganligi xotin-qizlarni bandligini ta'minlash, ularning mehnat sharoitlarini yaxshilash, ayniqsa, qishloq joylardagi yosh qizlarni oilaviy va xususiy tadbirkorlikka, hunarmandchilikka jalb etish imkoniyatini bermoqda. Respublika bo'yicha 47 ming nafarga yaqini og'ir turmush sharoitida yashayotgan, shundan 14 ming 600 nafari va nogironligi bo'lgan xotin-qizlarning ro'yxatlari shakllantirilib, ular bilan manzilli ishlar borildi. Ularning 14 ming nafariga tibbiy yordam ko'rsatildi, 13 ming 500 nafarining bandligi ta'minlandi, 22 ming nafariga 21 milliard so'm miqdoridagi moddiy yordamlar berildi[2].

Og'ir ijtimoiy vaziyatga hamda ruhiy tushkunlikka tushib qolgan xotin-qizlarga berish chora-tadbirlarini kuchaytirish maqsadida hududlarda 130 ta zo'ravonlikdan jabr ko'rgan shaxslarni reabilitatsiya qilish va moslashtirish markazlari tashkil etildi[3].

Respublikada qabul qilingan davlat dasturlarida onalar va bolalar salomatligini asrash uchun ajratilayotgan mablag'lar va shuning asnosida hududlarda bepul tibbiy tekshiruvlar o'tkazilayotgani, hech shubhasiz, sog'lom avlod tug'ilishi va voyaga uchun hukumat tomonidan ko'rsatilayotgan beqiyos g'amxo'rlik natijasidir.

Keyingi yillarda korxona, tashkilot va muassasalarda imzolanayotgan jamoa shartnomalariga ayollar uchun qo'shimcha imtiyozlar, xususan, ularni moddiy va ma'naviy qo'llab-quvvatlash, homilador va yosh bolali ayollarga qo'shimcha ta'tillar berish, 2 yoshgacha farzand tarbiyasi bilan band bo'lgan ishlovchi ayollarga qo'shimcha mehnat ta'tili kuni belgilash yoki qo'shimcha dam olish kuni berish kabi majburiyatlar kiritildi. O'z o'rnida, ayol mehnatini bola tarbiyasi bilan qo'shib olib borish, onalik va bolalikni moddiy va ma'naviy qo'llab-quvvatlash imkonini yaratadi.

Prezidentimizning «O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasi to'g'risida»gi 2017-yil 7-fevralda imzolangan Farmoniga muvofiq[1] belgilab berilgan to'rtinchi va beshinchi ustuvor yo'nalishlarini amalga oshirish jarayonida farzandlarimizning nafaqat jismoniy va ma'naviy sog'lom o'sishi, balki ularning eng zamonaviy intellektual bilimga ega bo'lgan, uyg'un rivojlangan inson bo'lib, XXI asr talablariga to'liq javob beradigan barkamol avlod bo'lib voyaga yetishi uchun zarur barcha imkoniyat va sharoitlarni yaratish maqsad qilib qo'yilgan.

Shu o'rinda O'zbekiston Xotin-qizlar qo'mitasining respublika xotin-qizlar jamoat tashkilotlarining ayollar huquqlarini himoya qilish, ularning mamlakatimiz siyosiy-ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy hayotida to'laqonli ishtirok etishini ta'minlash, xotin-qizlar hamda yoshlarning ma'naviy va intellektual saviyasini yuksaltirish borasida

olib borayotgan ishlarining samaradorligini oshirish maqsadida qabul qilingan O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 2-fevraldagi «Xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash va oila institutini mustahkamlash sohasidagi faoliyatni tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PF-5325-sonli Farmoniga muvofiq O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi «Oila» ilmiy-amaliy tadqiqot markazi tashkil etildi. «Oila» markazi oila institutini mustahkamlash va rivojlantirish, jamiyatda zamonaviy namunali oila mezonlarini joriy etish sohasida yagona davlat siyosatini amalga oshirishga qaratilgan fundamental, amaliy va innovatsion tadqiqotlarni tashkil etish va o'tkazish sohasida respublikaning yetakchi ilmiy-tadqiqot ekspert muassasasi hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 27-iyundagi «O'zbekiston Respublikasida oila institutini mustahkamlash konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi qarori[2] bilan konsepsiyaning ustuvor vazifalari va uni amalga oshirish buyicha chora-tadbirlar tasdiqlandi. Mazkur konsepsiyani amalga oshirish buyicha chora-tadbirlar belgilangan bo'lib, unda oila institutini mustahkamlashning institutsional va huquqiy asoslarini takomillashtirish, ijtimoiy sheriklikni kuchaytirish, qiyin hayotiy sharoitga ega oilalar to'g'risidagi ma'lumotlarni o'z vaqtida olish maqsadida «Oila» markazining yagona idoralararo axborot bazasini yaratish ko'zda tutilgan.

O'zbekiston Respublikasi Davlat mustaqilligini qo'lga kiritgach, mamlakatimiz fuqarolari ongida yangicha tafakkurni, milliy ongni shakllantirish, iste'dod egalarini, ayniqsa iqtidorli yoshlarni izlab topish va ularni tarbiyalashdek oliyjanob vazifalarga alohida e'tibor berila boshlandi. Shu jihatdan qaraganda, jahondagi rivojlangan davlatlar qatoridan munosib o'rin egallash uchun iste'dod egalarini aniqlab, tarbiyalashniig manbalari va vositalarini ko'rib chiqish, davlat va nodavlat oliy va o'rta maxsus, xalq ta'limi va boshqa tarmoq vazirliklari hamma sohalaridagi axloqiy-tarbiya masalalarini kompleks yechish xam muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bu ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy, ma'naviy-ma'rifiy jarayonlar mamlakatimiz intellektual salohiyatini oshirishni yanada tezlashtirmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan 2016-yil 14-sentabrda imzolangan «Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida»gi Qonuni, 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-sonli «O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasi to'g'risida»gi, 2018-yili 16-apreldagi «Diniy-ma'rifiy soha faoliyatini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PF-5416-sonli farmonlari, 2017-yil 28-iyuldagi «Ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va soxa rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida»gi PQ-3160-sonli qarorlari boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlar ushbu soha bo'yicha islohotlar olib borilishida asos bo'lib xizmat qilmokda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyev tashabbusi bilan qabul qilingan 2017-2021-yillarda O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasida belgilangan vazifalar yuksak

ma'naviyatli, mustaqil fikrlaydigan, zamonaviy bilim va kasb-hunarlarni puxta egallagan yoshlarni tarbiyalash, ularda milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat hissini yuksaltirish, qalbi va ongida mafkuraviy immunitetni shakllantirish va takomillashtirishning ma'naviy-madaniy asoslarini o'rganish va tahlil etish borasida zimmamizga katta mas'uliyat yuklaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi «O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasi to'g'risida»gi PF-4947-sonli Farmoni.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevniig 2019-yil uchun mo'ljallangan eng muhim ustuvor vazifalar haqidagi Oliy Majlisga Murojaatnomasi

3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasi to'g'risida»gi Farmoni // O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlar to'plami, 2017 y., 6-son, 70-modda).

4. Rivojlangan bozor iqtisodiyotida oilaviy tadbirkorlikning o'rni. A.Satvaldiyev - Scienceweb academic papers collection, 2022

5. Xususiy tadbirkorlikda rahbar ayol faoliyati muammosining o'rnini o'rganish. A.Satvaldiyev - Scienceweb academic papers collection, 2021.

6. Tadbirkor va rahbar ayollarning imidjini shakllantiruvchi gender sifatlar tahlili. A.Satvaldiyev - Scienceweb academic papers collection, 2020.

AYOLLAR MA'NAVIY-PSIXOLOGIK QIYOFASINI O'RGANILISH TARIXI

*Shamayeva Muxabbat Baratovna,
Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali o'qituvchisi.*

Kishilik jamiyati paydobo'lganidan buyon ayollar ham erkaklar kabi xulq-atvor va mustaqil aqliy faoliyatga ega bo'lib, shunga mos ravishda ularning hayot faoliyati shakllangan bo'lsada, uzoq yillar davomida ayollar psixologiyasi paydo bo'lgunga qadar, ayol psixikasi haqida juda kam tadqiqotlar ayollarning psixologik xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan, ayollarning psixologik muammolari adekvat, ilmiy psixologik e'tiborga olinmagan. Ayol psixologiyasi AQShda 1970-yillarning boshlarida jadal rivojlanayotgan ayollar harakati fonida paydo bo'lib, unga bo'lgan qiziqish va o'rganish quyidagi jarayonlarni bosib o'tgan uzoq tarixga ega.

Ayol psixologiyasi va ma'naviyati muammosi bugungi kundagi eng dolzarb muammolardan xisoblanadi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati haqida gap ketganda bugun hayotimizning tubdan o'zgarayotganligi, yurtimizda shahar va qishloqlarining chiroy ochib borayotganligi, yashash sharoitimizning kundan kunga yaxshilanayotgani bilan boqlash joiz. Albatta bularni, «bir qo'li bilan beshikni, bir qo'li

bilan dunyoni tebratib kelayotgan» ayollarimizsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Sharqda ayollar yorug' hayot, baxt, to'kin-sochinlik, fayzu baraka, tinch-totuv hayot ramzi deb ulug'lanishi bejiz emas chunki, aksariyat ayollar shunday e'tiroflarga munosib.[2]

Ammo, hayot o'zining yozilmagan qonunlariga ham ega. Bugungi globallashuv jarayonlari tufayli ayollar ham turli qiyinchiliklarga duch kelishi tabiiy. Tabiatan zukko, teran fikrli, tadbirkor, mushohadali, zamon bilan hamnafas ayollar albatta, tezda vaziyatga moslashib, faoliyatini shunga muvofiqlashtirib, jamiyatni ham, oilasini ham to'g'ri yo'lga qo'ya oladilar. Chunki, ro'zg'or yuritish san'ati, tejamkorlik, chuqur mulohaza, oilasi, farzandlariga cheksiz muhabbat, sadoqat, andisha, ibo kabi xislatlar bilan ayolni tabiatning o'zi siylagan.[1]

Yuqoridagilardan kelib chiqib, zamonaviy ayolning ma'naviy qiyofasi yuksak bo'lishi kerakligini alohida e'tirof etish joiz. Mamlakatimizda ayollarning o'z iqtidorini namoyon qilishi uchun barcha sharoitlar yaratilgan. Ana shu imkoniyatlardan foydalanish darajasi esa har bir ayolning o'ziga bog'liq. Agar ayol o'zini nafaqat ayol, balki inson sifatida jamiyatda o'rnini anglasa, Oilasi, halol mehnati bilan jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo'shishi lozimligini hayotining maqsadi deb bilsa, albatta bu ayol hayotidan qanoatlana oladi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati faqat zamonaviylikka xos sifatlari bilangina emas, balki o'z yurtining milliy va ma'naviy qadriyatlarini yuksaltirishga xizmati bilan ham belgilanadi.

Psixologiyada yangi davrni ochib bergan V.Vundt asosan ayol psixologiyasini o'zining konstruktivistik tizimidan chetda qoldirdi. 19-asrning 2-yarmida Darwin evolyutsion nazariyasi ta'sirida funksional psixologlar organizmlarning atrof-muhitga moslashish psixologiyasi yoki funksiyalarini o'rganishda jinsiy farqlar psixologiyasini o'rgandilar, lekin birinchi bo'lib Darwin evolyutsion nazariyasini psixologik tadqiqotlar bilan birlashtirgan ingliz psixologi F.Galton bo'lib, u psixologiya inferentsiyasiga asos solgan. Keyinchalik, esa amerikalik funksional psixologiya namoyandalari ayollarning psixologik xususiyatlarini tavsiflashni to'ldirish uchun testlardan foydalana boshladilar. Ammo, bu davrdagi tadqiqotlar tarqoq bo'lib, ayol psixologiyasi mavzusiga alohida murojaat qilmadi.

Ayollar psixologiyasining eng tizimli va ta'sirli tadqiqotlaridan biri Z.Freydning psixoanalitik nazariyasi hisoblanadi. Ushbu nazariya odatda "phallosentrik" bo'lib, erkaklar ustunligiga katta e'tibor berilgan. Z.Freyd ayollarda narsisizm, nomukammallik kompleksi, bema'nilik, rashk va passivlik kabi shaxsiy zaifliklarga ega bo'lib, bu zaifliklar fallik fiziologiyaning yo'qligi bilan belgilanadi deb hisoblagan. Bizning nazarimizda bularning barchasi Z.Freyd nazariyasi aniq erkaklarga ustunlik berilganligining ifodasi xisoblanadi. Z.Freydning ayol psixikasini o'rganishi, birinchi navbatda, uning psixoanalitik nazariyasiga xizmat qilib, mazkur nazariya ijtimoiy-madaniy determinantlarning rolini butunlay o'chirib tashladi va ayol psixikasining xususiyatlari va qonuniyatlarini ilmiy tushunishga birmuncha salbiy ta'sir ko'rsatdi.

1960-yillarda Amerika Qo'shma Shtatlarda ayollar psixologiyasi bilan bog'liq

kurslar tashkil etildi, bu esa psixologiya sohasida ayollar psixologiyasini o'rganishga qiziqishning ortishiga olib keldi. 1969 yilda AQShda ayollar psixologlari uchun birinchi akademik tashkilot - Psixologiyada ayollar federatsiyasi tashkil etildi. 1970-yillarga kelib, ayollar psixologiyasi psixologik fan sifatida tan olindi va 1973 yilda Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi, Amerika Qo'shma Shtatlaridagi milliy psixologiya organi o'zining 35-bo'limi – Ayollar psixologiyasi bo'limini tashkil etdi. 1976 yilning kuzida ayollar va gender masalalariga bag'ishlangan ikkita psixologiya jurnali, xususan, Ayol psixologiyasining choraklik va gender rollari asos solinib, nashr etilgan. Buning ortidan dunyoning boshqa mamlakatlarida, ayollar psixologiyasini o'rganish va rivojlantirish boshlandi. Bundan tashqari, folklor, madaniyat, sotsiologiya sohasidagi ayrim nopsixolog olimlar, hatto ayollar psixologiyasi nazariyotchilari tomonidan ayollarshunoslikka oid ko'plab tadqiqotlar, jumladan, ayollar ta'limi, ayollar odob-axloqi, ayollar sotsiologiyasi bo'yicha olib borilgan ishlar psixologlarning xotin-qizlar psixologiyasini o'rganish zarurligini anglashiga xizmat qildi.

Ayollar psixologiyasi ayol psixikasi bilan bog'liq barcha hodisalarni va bu psixologik hodisalarning paydo bo'lishi, rivojlanishi va o'zgarishini tartibga soluvchi qonuniyatlarni o'rganadi. Ayollar muammolarini o'rganishda psixologiyaning asosiy tamoyillarini qo'llash va ayollarning psixologik muammolarini gender va ijtimoiy omillarni birlashtirish orqali tekshiradi. Uning tadqiqotlari natijalari jamiyatning barcha jabhalarida qo'llaniladi, ayollarning yashash va rivojlanish sharoitlarini yaxshilashga yordam beradi, shuningdek, ayollarning hayot sifati va samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Xususan, ayollar psixologiyasi jinslar o'rtasidagi psixologik farqlarni, ayollarning o'ziga xos psixologiyasi va ularning ijtimoiy psixologiyasini o'rganadi.

Psixologik hodisalar yakka holda yuzaga kelmaydi, balki ijtimoiy, tarixiy va madaniy sharoitlar bilan chambarchas bog'liqdir. Ayol ijtimoiy psixologiyasi ayol psixologiyasining muhim qismi bo'lib, u nikoh va oilaning ayol psixologiyasi, shaxslararo munosabatlarning ayol psixologiyasi, ayol ruhiy salomatligi, jinoyatchilikning ayol psixologiyasi va ayol liderlik psixologiyasini o'z ichiga oladi.

Ayollar psixologiyasining o'ziga xosligini erkaklar psixologiyasi bilan taqqoslash orqali o'rganish mumkin. Masalan, erkaklar va ayollarning fikrlash jarayonlari bir-biridan farq mavjud. Erkaklar odatda keng miqyosda o'ylashadi, o'zlarini yaxshi yo'naltiradilar. Erkaklar tafakkuri aniqroq va mantiqiy tafakkurning umumiy qonuniyatlariga bo'ysunadi. Ayollar ko'pincha mantiq nuqtai nazaridan ko'pincha emotsional fikr yuritadilar, ko'proq o'zlarining his-tuyg'ulari va sezgilariga tayanadilar. Erkak tafakkurining zahirida "ratsionallik" so'zi bo'lsa, ayol o'rnida esa "hissiylik" so'zi turadi. Aynan shu erkak va ayol o'rtasidagi farq tufayli tushunmovchiliklar paydo bo'ladi. Biroq, ko'pincha bu farq nafaqat vaziyatning o'zi, balki unga bevosita yoki bilvosita taalluqli bo'lgan hamma narsani o'ylash kerak bo'lganda, ayollarning fikrlashini erkaklarnikiga qaraganda ancha foydali qiladi.

Xulosa qilib aytsak, psixologiya va jamiyatning o'zgarishi ayollar

psixologiyasining inson psixikasini yanada to'g'ri va har tomonlama tushunish uchun kontseptual va uslubiy chegaralaridan ongli ravishda chiqib ketishini talab qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, so'nggi 30 yil ichida ayollarning etakchiligi, ayollar va gender bo'yicha nashrlar, ilmiy jurnallar, dissertatsiyalar, tadqiqot mavzulari va ijtimoiy siyosat ilovalari oqimi psixologlarning psixologik tadqiqotlar paradigmasini o'zgartirishga bo'lgan qat'iyati va ishonchini ko'rsatadi. Jamiyatning tayanchi bo'lgan oila mustahkamligi ko'proq ayollarga bog'liq bo'lishi tan olinadi. Bugungi kunda oila institutining zamonaviy tendentsiyalar ta'siriga bardoshlilikini oshirish talab etilayotgan bir vaqtda ayollar psixologiyasini o'rganish, ularning oila mustahkamligiga mas'ulligini yanada oshirishga qaratilgan tadqiqotlarga ehtiyoj juda katta.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Самаров Р.С. Оилавий ҳаёт мувозанати жамият тараққиётининг асоси // Соғлом оила – одоб маҳалла негизи. Республика «Оила» илмий-амалий марказининг мақолалар то'плами. –Тошкент, 2003. – Б.65-72.
2. Саифназарова Ф. Ўзбек оиласи: ижтимоий ва маънавий қадриятлар. – Тошкент: «YURIST –MEDIA» маркази, 2007. – Б.123.
3. Ташмухамедова Д.Г., Акрамова Ф.А. Ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш: Бахтли оила сари. –Т.: «NORI» МЧЖ, 2019. – Б.47.

PSIXOTERAPIYANI QOLLASHDA PSIXOLOGIK YONDASHUVLAR

*Shamsiddinov Botirjon Nuriddinovich
Andijom davlat universiteti
Tarix va ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya va pedagogika kafedrası
katta o'qituvchisi (PhD)*

Zamonaviy jamiyatda inson shaxsi va uning salomatligi muhim omil sanalib borgansari dolzarblashib bormoqda. Insonning psixologik turmishtarzi kundan kunga taranglashib, shxslarda ichki va tashqi noroziliklar, tarangliklar va psixologik muammolar ortmoqda. Shunday vaziyatda ularni psixologik davolashda, korreksion ishlarda turli yondashuvlar mavjud. Manashunday yondashuvlardan fenomenologik yondashuv psixoterapiyalarda sohasida keng qollanilib kelinmoqda.

Fenomenologik yondashuvga ko'ra, har bir inson o'ziga xos tarzda dunyoni idrok etish va sharhlash qobiliyatiga ega. Falsafa tilida atrof-muhitning aqliy tajribasi hodisa, shaxsning voqelikni qanday boshdan kechirishini o'rganuvchi fan esa fenomenologiya deyiladi. Bu yondashuv tarafdorlari insonning xulq-atvorini instinktlar, ichki qarama-qarshiliklar yoki atrof-muhit rag'batlantirishlari emas, balki uning har qanday vaqtda voqelikni shaxsiy idrok etishi belgilab berishiga ishonch hosil qiladi. Shaxs intrapsixik nizolarni hal qilish maydoni emas, balki o'rganish tufayli shaxsiyat shakllanadigan xulq-

atvor loy emas, balki Sartr aytganidek: "Inson - bu uning tanlovidir". Odamlar o'zlarini nazorat qiladilar, ularning xatti-harakati o'z tanlovini qilish qobiliyati bilan belgilanadi - qanday fikrlash va qanday harakat qilishni tanlash. Bu tanlovlar insonning dunyoni o'ziga xos idrokiga bog'liq. Misol uchun, agar siz dunyoni do'stona va qabul qiluvchi deb bilsangiz, o'zingizni baxtli va xavfsiz his qilish ehtimoli ko'proq. Agar siz dunyoni dushman va xavfli deb bilsangiz, siz xavotir va himoyalaniishga moyil bo'lasiz (mudofaa reaksiyalariga moyil).

Fenomenologik psixologlar hatto chuqur depressiyani ruhiy kasallik sifatida emas, balki shaxsning hayotni pessimistik idrok etish belgisi deb bilishadi. Aslida fenomenologik yondashuv odamlarga ham, hayvonlarga ham xos bo'lgan instinktlar va o'rganish jarayonlarini o'z e'tiboridan chetda qoldiradi. Buning o'rniga, fenomenologik yondashuv insonni hayvonot olamidan ajratib turadigan o'ziga xos ruhiy fazilatlariga qaratiladi: ong, o'z-o'zini anglash, ijodkorlik, rejalar tuzish, qarorlar qabul qilish va ular uchun javobgarlik. Shu sababli fenomenologik yondashuv gumanistik deb ham ataladi. Ushbu yondashuvning yana bir muhim taxmini shundaki, har bir inson o'z salohiyatini ro'yobga chiqarish - shaxs sifatida o'sish uchun tug'ma ehtiyojga ega, garchi atrof-muhit bu o'sishga to'sqinlik qilishi mumkin. Odamlar tabiatan mehr-oqibat, ijodkorlik, sevgi, quvonch va boshqa oliy qadriyatlarga moyil. Fenomenologik yondashuv, shuningdek, hech kim boshqa odamni yoki uning xatti-harakatini, agar u dunyoni o'sha odamning ko'zlari bilan ko'rishga harakat qilmasa, chinakam tushunolmasligini anglatadi. Shuning uchun fenomenologlarning fikriga ko'ra, insonning har qanday xatti-harakati, hatto g'alati tuyulishi ham, uni kashf qilgan kishi uchun ma'noga to'la.

Hissiy buzilishlar his-tuyg'ularning buzilishi yoki his-tuyg'ularning etishmasligi tufayli o'sish (o'z-o'zini anglash) ehtiyojining bloklanishini aks ettiradi. D. Bernshteyn, E. Roy va boshqalar. Gumanistik psixoterapiyaning quyidagi asosiy tamoyillarini ko'rsating:

1. Davolash - bu mutaxassis tomonidan tayinlangan dori emas, balki teng huquqli odamlarning uchrashuvi ("uchrashuv"). Bu bemorga o'zining tabiiy balandligini tiklashga yordam beradi va boshqalar u bo'lishi kerak deb o'ylagandek emas, balki o'zini kim ekanligiga mos ravishda his qiladi va o'zini tutadi.

2. Bemorlarda yaxshilanish, agar terapevt to'g'ri sharoit yaratsa, o'z-o'zidan paydo bo'ladi. Ushbu shartlar bemorlarning xabardorligini, o'zini o'zi qabul qilishini va his-tuyg'ularini ifoda etishiga yordam beradi. Ayniqsa, ular bostirgan va ularning o'sishiga to'sqinlik qiladiganlar.

Psixodinamik yondashuvda bo'lgani kabi, terapiya ham tushunchaga yordam beradi, ammo fenomenologik terapiyada tushuncha ongsiz to'qnashuvlar emas, balki hozirgi his-tuyg'ular va in'ikoslarni anglashdir.

3. Ushbu to'g'ri (ideal) shart-sharoitlarni yaratishning eng yaxshi usuli - bemorning so'zsiz qabul qilish va qo'llab-quvvatlashni his qiladigan munosabatlarni

o'rnatish. Terapevtik o'zgarishlarga ma'lum usullarni qo'llash orqali emas, balki bemorning ushbu munosabatlarni tajribasi orqali erishiladi.

4. Bemorlar o'zlarining fikrlash tarzi va xatti-harakatlarini tanlash uchun to'liq javobgardirlar.

Fenomenologik terapiyaning eng mashhur shakllari Karl Rojersning "mijozlarga yo'naltirilgan terapiyasi" va Frederik Perlsning "gestalt terapiyasi" dir.

Karl Rojers 1930-yillarda psixodinamik terapiya bilan shug'ullangan. Ammo u tez orada uning samaraligiga shubha qila boshladi. Ayniqsa, bemorni "tushunadigan" xolis mutaxassis bo'lgani uni hayratda qoldirmadi. U kamroq rasmiy yondashuv samaraliroq ekanligiga amin bo'ldi va o'zi "nodirektiv terapiya" deb ataydigan narsadan foydalanishni boshladi, ya'ni u o'z bemorlariga terapevtning ko'rsatmasi, bahosi yoki sharhisiz nima haqida va qachon gapirishni hal qilishga imkon berdi. Ushbu yondashuv endi mijozning rolini ta'kidlash uchun "mijozga yo'naltirilgan terapiya" deb nomlanadi. Rojersni davolashning asosi uchta muhim va o'zaro bog'liq pozitsiyalar (Rojers triadasi): so'zsiz ijobiy munosabat, empatiya, muvofiqlik bilan tavsiflangan munosabatni yaratishdir.

1. “Shartsiz ijobiy hurmat”. Terapevt mijozga chin dildan g'amxo'rlik qilishini, uni shaxs sifatida qabul qilishini va uning o'zgarish qobiliyatiga ishonishini ko'rsatishi kerak. Bu nafaqat mijozning gapini to'xtatmasdan tinglashga tayyor bo'lishni, balki aytilgan gaplarni qanchalik "yomon" yoki "g'alati" ko'rinmasin, hukm va hukm qilmasdan qabul qilishni ham talab qiladi. Terapevt mijoz aytgan hamma narsani ma'qullashi shart emas, lekin uni baholanayotgan shaxsning haqiqiy qismi sifatida qabul qilishi kerak. Terapevt, shuningdek, mijozlarga o'z muammolarini hal qilishda ishonishi kerak, shuning uchun ular maslahat bermaydilar. Rojersning so'zlariga ko'ra, maslahat mijozning qobiliyatsiz yoki noadekvat ekanligi haqidagi yashirin xabarni olib keladi - bu uning ishonchini kamaytiradi va yordamga ko'proq qaram qiladi.

2. Empatiya. Terapiyaning ko'p shakllari bemorga tashqi nuqtai nazarni taklif qiladi. Empatiya bemor nimani o'ylayotgani va his qilayotganiga e'tibor qaratib, ichki nuqtai nazarni talab qiladi. Mijozga yo'naltirilgan terapevt mijozga diagnostika belgisini qo'llashga intiladigan tashqi kuzatuvchi sifatida emas, balki mijoz nuqtai nazaridan dunyo qanday ko'rinishini tushunishni xohlaydigan odam sifatida ishlaydi.

“Tushundim” yoki “Hozir qanday his qilayotganingizni bilaman” deb hamdardlik bildirish mumkin emas. Terapevt mijozni faol tinglayotganini ko'rsatib, hamdardlikni bildiradi. Malakali intervyuerlar singari, mijozga yo'naltirilgan terapevtlar mijoz bilan ularning ko'zlari orqali aloqa o'rnatadilar, mijoz gapirganda boshlarini qimirlatadilar va boshqa e'tibor belgilarini taqdim etadilar. Ko'zgu deb ataladigan taktika ham qo'llaniladi. Mulohaza shuni ko'rsatadiki, terapevt faol tinglaydi va mijozga o'zi boshdan kechirayotgan fikrlari va his-tuyg'ularidan xabardor bo'lishga yordam beradi. Darhaqiqat, ko'pchilik mijozlar o'zlarining his-tuyg'ulariga e'tibor berish orqali empatik aks ettirishga javob berishadi

3. Muvofiqlik - bu terapevt nimani his qilayotgani va mijozga qanday munosabatda bo'lishi o'rtasidagi izchillik. Bu terapevtning so'zsiz ijobiy munosabati va empatiyasi haqiqiy va soxta emasligini anglatadi. Terapevtning uyg'unligini boshdan kechirish mijozga, ehtimol, birinchi marta ochiqlik va halollik insoniy munosabatlarning asosi bo'lishi mumkinligini ko'rish imkonini beradi.

Xulq-atvor terapiyasining nazariy manbai amerikalik zoopsixolog Uotson va uning izdoshlarining bixeviorizm kontseptsiyasi bo'lib, ular Pavlovning shartli reflekslar haqidagi ta'limotining ulkan ilmiy ahamiyatini tushundilar, lekin ularni mexanik ravishda izohladilar va ishlatdilar. Bixevioristlarning fikriga ko'ra, insonning aqliy faoliyati hayvonlardagi kabi faqat tashqi xatti-harakatlarni qayd etish orqali o'rganilishi va shaxsning ta'siridan qat'i nazar, organizmning qo'zg'atuvchilari va reaksiyalari o'rtasidagi munosabatlarni o'rnatish bilan cheklanishi kerak. O'qituvchilarining aniq mexanik pozitsiyalarini yumshatishga urinishda, neobehavioristlar (Tolman, Xull va boshqalar) keyinchalik stimullar va javoblar o'rtasidagi "oralik o'zgaruvchilar" ni - atrof-muhitning ta'siri, ehtiyojlar, ko'nikmalar va boshqalarni hisobga olishni boshladilar. irsiyat, yosh, o'tmish tajribasi va boshqalar, lekin shaxsiyat hali ham e'tiborga olinmadi. Aslini olganda, bixeviorizm Dekartning uzoq yillik "hayvonot mashinalari" haqidagi ta'limotiga va 18-asr fransuz materialisti La Mettrining "odam-mashina" tushunchasiga amal qilgan.

O'rganish nazariyasiga asoslanib, xulq-atvor terapevtlari inson nevrozlari va shaxsiyat anomaliyalarini ontogenez jarayonida rivojlangan noto'g'ri xatti-harakatlarning ifodasi sifatida ko'rdilar.

Yillar davomida xulq-atvor terapiyasining o'ziga xos samaradorligi haqidagi optimizm hamma joyda, hatto uning taniqli asoschilari orasida ham yo'qola boshladi. Shunday qilib, talaba va Volpening sobiq yaqin hamkori Lazarus o'z o'qituvchisining xulq-atvor terapiyasi boshqa davolash turlarini eng samarali deb e'tiroz bildirishiga qarshi chiqdi. O'zining kuzatuv ma'lumotlariga asoslanib, Lazarus 112 bemorda xulq-atvor terapiyasidan so'ng "ko'ngil aynish darajada yuqori" relapsni ko'rsatdi. Ko'ngilsizlik, masalan, Ramsay tomonidan yorqin ifodalangan, u shunday deb yozgan edi: "Xulq-atvor terapevtlarining davolanish natijalariga nisbatan dastlabki da'volari hayratlanarli edi, ammo hozir o'zgardi ... Davolashning ushbu shakliga ijobiy javob beradigan kasalliklar qatori: hozir kichik." Uning kamayishi, shuningdek, bemor o'z muammolarini og'zaki shaklda shakllantirishga qodir bo'lmaganda, asosan oddiy fobiyalar yoki etarli darajada intellekt uchun xulq-atvor usullarining muvaffaqiyatini tan olgan boshqa mualliflar tomonidan xabar qilingan.

So'nggi o'n yilliklarda xulq-atvor terapiyasi tabiati va ko'lami bo'yicha sezilarli o'zgarishlarga duch keldi. Bu eksperimental psixologiya va klinik amaliyotning yutuqlari bilan bog'liq. Endi xulq-atvor terapiyasini klassik va operant konditsionerni qo'llash sifatida aniqlash mumkin emas. Bugungi kunda turli xulq-atvor terapiyasi yondashuvlari kognitiv tushunchalar va protseduralardan foydalanish darajasida

farqlanadi.

Kognitiv terapiyaning boshlanishi Jorj Kelli faoliyati bilan bog'liq. 20-asrning 20-yillarida u o'zining klinik ishlarida psixoanalitik talqinlardan foydalangan. Kellining o'zi bema'ni deb hisoblagan Freyd tushunchalarini bemorlarning osonlik bilan qabul qilishlari uni hayratda qoldirdi. Tajriba sifatida Kelli turli xil psixodinamik maktablarda bemorlarga bergan talqinlarini o'zgartira boshladi.

Ma'lum bo'lishicha, bemorlar o'zlariga taklif qilingan tamoyillarni birdek qabul qilishgan va hayotlarini ularga muvofiq o'zgartirish istagida bo'lishgan. Kellining xulosasiga ko'ra, Freydning bolalikdagi mojarolarni tahlil qilish ham, hatto o'tmishni o'rganish ham hal qiluvchi ahamiyatga ega emas. Kellining so'zlariga ko'ra, Freydning talqinlari samarali bo'lgan, chunki ular bemorlarning odatiy fikrlash usullarini buzgan va ularga yangicha fikrlash va tushunish imkoniyatini bergan.

Kellining so'zlariga ko'ra, turli xil nazariy yondashuvlar bilan klinik amaliyotning muvaffaqiyati terapiya davomida odamlarning o'z tajribalarini talqin qilishlari va kelajakka qanday qarashlari o'zgarishi bilan izohlanadi. Odamlar ruhiy tushkunlikka tushib qolishadi yoki tashvishga tushishadi, chunki ular o'zlarining qat'iy, noto'g'ri fikrlash toifalarida tuzoqqa tushib qolishadi. Misol uchun, ba'zi odamlar hokimiyat arboblari doimo haq ekanligiga ishonishadi, shuning uchun hokimiyat arbobining har qanday tanqidi ularni tushkunlikka soladi. Ushbu e'tiqodni o'zgartirishga olib keladigan har qanday texnika, xoh u Edip majmuasi bilan bog'liq bo'lgan nazariyaga asoslanadimi, ota-ona mehrini yo'qotish qo'rquvi yoki ruhiy yo'lboshchiga muhtojlik bilan bog'liq bo'ladimi, samarali bo'ladi. Kelli noto'g'ri fikrlash usullarini to'g'ridan-to'g'ri tuzatish usullarini yaratishga qaror qildi.

U bemorlarni o'z e'tiqodlaridan xabardor bo'lishga va ularni tekshirishga undadi. Misol uchun, tashvishli, tushkunlikka tushgan bemor erining fikriga qo'shilmaslik uning juda g'azablangan va tajovuzkor bo'lishiga olib kelishiga amin edi. Kelli shunga qaramay, eriga o'z fikrini bildirishga harakat qilishini ta'kidladi. Vazifani bajarib, bemor bu xavfli emasligiga ishonch hosil qildi. Bunday uy vazifalari Kellining amaliyotida odatiy holga aylandi. Ba'zida Kelli hatto bemorlarga o'ziga va boshqalarga yangicha qarashga ega yangi odam rolini taklif qildi - avval terapiya seanslarida, keyin esa haqiqiy hayotda. Shuningdek, u rolli o'yinlardan foydalangan. Kelli nevrozlarning o'zagi noto'g'ri fikrlash degan xulosaga keldi. Nevrotik muammolar o'tmishda emas, balki hozirgi fikrlash tarzida yotadi. Terapevtning vazifasi azob-uqubatlarga olib keladigan fikrlashning ongsiz toifalarini aniqlash va yangi fikrlash usullarini o'rgatishdir.

Kelli bemorlarning fikrini bevosita o'zgartirishga harakat qilgan birinchi psixoterapevtlardan biri edi. Bu maqsad birgalikda kognitiv terapiya deb ataladigan ko'plab zamonaviy terapevtik yondashuvlar asosida yotadi.

Psixoterapiya rivojlanishining hozirgi bosqichida kognitiv yondashuv sof shaklda deyarli qo'llanilmaydi: barcha kognitiv yondashuvlar xulq-atvor usullaridan ko'p yoki kamroq darajada foydalanadi. Bu A. Ellisning "ratsional-emotiv terapiyasi" va A.

Bekning "kognitiv terapiya" ga nisbatan ham to'g'ri.

Yuqorilardan kelib chiqqan holda psixoterapiyada turli yondashuvlar shaxslarga psixologik muammolarga qarab yondashuvlar turli hil bo'lib rivojlanib bormoqda deyish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Личко А.Е. Психологические тренинги с подростками. – М., 2003.
2. Лейн Г. Психодрама: теория и практика. – М., 1994.
3. Ли Д. Практика группового тренинга. – СПб.: Питер, 2001. – 224 с.
4. Ismoilova N.Z., Abdullaeva D.U. Psixologik trening. – Toshkent: 2010.
5. Зайцева Т.В. «Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие». – СПб.: М. Смысл, 2006.
4. Фромм Э. Иметь или быть? Киев, 1998.
5. Холмогорова, В.М. Психологические условия нравственного развития дошкольников [Текст]: дис. ... канд. психол. наук – М., 2001. – 178 с.
6. Чехлатый Е. И. Личностная и межличностная конфликтность и копинг-поведение у больных неврозами и их динамика под влиянием групповой психотерапии: Автореф. дисс.... к. м. н. - СПб. - 1994. - 25 с. 185. Чудновский, В.Э. О некоторых «болевых точках» становления личности [Текст] // Психологический журнал. – 2006. – №3. – Т.27. – С. 5-17.
7. Шавырина, А.А. Влияние детско-родительских отношений на проявление негативизма и упрямства у детей старшего дошкольного возраста [Текст]: дис. ... канд. психол. наук / А.А. Шавырина. – М., 2012. – 150 с.
8. Шакарова, М.А. Анализ влияния структуры сюжета и содержания культурных текстов на развитие сюжетно-ролевой игры современных дошкольников (на примере мультипликационных сериалов) [Текст]: дис. ... канд. психол. наук / М.А. Шакарова. – М., 2012. – 144 с.

IRODANING PSIXOLOGIK MAZMUNI VA SHAXSNING IRODAVIY SIFATLARI TIZIMI

Alisher Sharipov,

*Navoiy davlat universiteti katta o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Psixologiyada irodaviy akt to'g'risida mulohaza yuritilganda shu narsa ta'kidlanadiki, irodaviy zo'r berishning ichki kechishi faqat qarorga kelishda paydo bo'lmaydi, balki uni ijro etish jarayonida jadal sur'atga erishishda ham amalga oshadi. Buning psixologik ma'nosi shuki, qabul qilingan qarorni ijro etish (bajarish) aksariyat hollarda subyektiv va obyektiv xususiyatli bir talay qarama-qarshiliklarga duch keladi, ularni yengib o'tish esa irodaviy zo'r berishni, zo'riqishni talab qiladi.

Holbuki shunday ekan, shaxsning o'zini o'zi bilan ichki ruhiy kurashi natijasida

muvaffaqiyatga erishilsa, u holda ijobiy xususiyatli hissiy kechinmalar yuzaga keladi, o'zining ustidan o'zi hukmronlik tuyg'ulari, o'z kuch va qudratiga ishonch, uni anglab yetish, o'ziga o'zi buyruq berish, o'zini o'zi nazorat qilish, o'zini oldiga qo'ygan eng muhim maqsadlarga erishish imkoniyatini tushunish ro'yobga chiqadi. Ushbu ruhiy jarayonlar muammo yechimida ishtirok etishidan qat'i nazar, irodaviy zo'r berish va uning ichki kechishi kuchli zo'riqlashlar tufayli amalga oshadi. Bu o'rinda shaxsning xarakteri, individual xususiyatlari, ijtimoiy shartlangan xislatlari, har bir narsaga jiddiy munosabati yetakchi va ustuvor ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, o'zini o'zi boshqarish, gumanistik psixologiya tarkibidagi kategoriyalar hamda ularning hayot va faoliyatda namoyon bo'lishi muhim rol o'ynaydi. Ma'lumki, shaxsiy mayllar, ustanovkalardan tashqari, unga ijtimoiy ustanovkalarning ta'siri, o'z roli, statusi yuzasidan baholash tizimining to'g'ri shakllanganligi bunda alohida ahamiyatga ega.

Irodaning xatti-harakatlarini boshqarish funksiyasi shaxs uchun noxush, noqulay, yoqimsiz xohish-istak, harakat va intilishni cheklash, to'xtatish, tiyish kabilardan iborat bo'libgina qolmay, balki inson shaxsiy faolligini muayyan jabhaga, sohaga yo'naltirish, o'z harakatlari quvvatini oshirish, barcha narsalarni umumiy maqsadga muvofiqlashtirishdan iboratdir. Irodaviy jarayon hamisha shaxsni faollikka chorlaydi, uni qat'iy yo'l belgilash sari yetaklaydi, barqaror harakat qilishga yo'naltiradi, ikkilanish, shubhalanishning oldini oladi. Shuning uchun ham maqsadga yo'naltirilgan harakatlar, amalga oshirilgan intilish, ro'yobga chiqarilgan ezgu niyat shaxsda o'ziga ishonch tuyg'usini uyg'otadi, dadil amallar qilishga yo'naltiradi, orzularni ushalishiga nisbatan faol maylni shakllantiradi. Insonning erishgan yutug'i, muvaffaqiyati har bir irodaviy harakat barqarorligini ta'minlaydi, amallar tanlash, qaror qabul qilish, shaxsiy uslubni tarkib toptirishni jadallashtiradi, yangi irodaviy harakatlarni amalga oshirishni yengillashtiradi, o'zidagi irodaviy sifatlarning takomillashuviga puxta negiz hozirlaydi, irodaviy zo'r berishni taqozo etuvchi harakatlarni tatbiq qilish ko'nikmalarini shakllantiradi.

Irodaviy harakatlarning motivlari (sabablari) muayyan darajada anglanilgan xususiyat kasb etadi va shaxsni ularni amalga oshirishga yo'naltirib turadi.

Irodaning individual xususiyatlari va fenomenlari mavjud bo'lib, inson faoliyatining maqsadga muvofiq ravishda amalga oshirishni ta'minlaydi. Iroda shaxs faoliyatining ichki qiyinchiliklarini yengishga qaratilgan ongli tuzilmadan iborat bo'lib, u o'zini o'zi boshqarish sifatida dastavval o'ziga, o'z hissiyotiga va xatti-harakatlariga hukmronlik qilishda aks etuvchi psixologik hodisadir.

Psixologiya fanida irodani tushunish, ta'riflash bo'yicha bir xil munosabat yaratilmaganiday, irodaviy sifatlarning ma'noviy asosini tahlil qilish yuzasidan ham umumiylik, umumiy qarashlar majmuasi mavjud emas. Jumladan, V.A.Krutetskiy o'z asarida irodaviy sifatlarning tarkibiga sobitqadamlik, mustaqillik, qat'iyatlilik, sabr-toqatlilik, intizomlilik, dadillik, jasoratlilik va tirishqoqlikni kiritadi.

P.M.Yakobson bo'lsa, irodaning muhim sifatlarini mustaqillik, qat'iyatlilik,

tirishqoqlik, o'zini uddalashga ajratadi. Insonda namoyon bo'ladigan irodaviy sifatlar sarasiga A.I.Shcherbakov mana bularni kiritadi: sobitqadamlik va tashabbuskorlik, tashkillashganlik va intizomlilik, urinchoqlik va tirishqoqlik, dadillik va qat'iyatlilik, chidamlilik va o'zini uddalashlik, botirlik va jasoratlik.

Lekin aksariyat ilmiy psixologik adabiyotlarda irodaviy sifatlar qatorida «ishonch» atamasi sanab o'tilmaydi. Shunga qaramasdan, ishonch iroda sifati tariqasida tadqiq etilishiga haqlidir. Buning uchun A.I.Shcherbakov tadqiqotidan namuna keltirishning o'zi yetarlidir. Tadqiqotchining ta'kidlashicha, bir talabaga institutni qisqa vaqt (fursat) ichida tugatish taklif qilingan, lekin sinaluvchi bu ishni uddasidan chiqarolmaslikni oshkora bildirgan. Shundan so'ng eksperimentator talabada o'z kuchiga ishonch uyg'otishga maqsad qilib qo'ygan va unda irodaviy zo'r berish, qiyinchiliklarni yengish vositalarini shakllantirgan. Buning natijasida talaba o'z maqsadiga erishishga musharraf bo'lgan.

Shuning uchun ham o'z kuchiga ishonch psixologik hodisa sifatida o'rganilishi ko'pchilikni qiziqtiradi, chunki kuchli irodaviy zo'r berish qanday omillar bilan shartlanganligini kashf qilish muhim ilmiy muammo hisoblanadi. Xuddi shu bois hozirgi zamon psixologiyasining irodaga oid nazariyasi zaifligi tufayli irodaviy sifatlarni tasniflashning asosiy tamoyili (prinsipi) ishlab chiqilmagandir.

YE.P.Ilinning fikricha, «Tirishqoqlik (chidam) -qiyinchilikka va muvaffaqiyatsizlikka qaramasdan, maqsadga erishish yo'lida uzluksiz ravishda intilishning paydo bo'lishidir».

To'plangan ma'lumotlar taxlilining ko'rsatishicha, iroda motivlarda, maqsadlarda, o'zini o'zi baholashda, harakatlarda, faoliyatda o'z ifodasini topar ekan. Xuddi shu bois iroda — bu tashqi va ichki qiyinchiliklarni yengishni talab qiladigan qiliqlarni va harakatlarni inson tomonidan ongli boshqarishdir.

Iroda — odamning o'z ustidan, o'z his-tuyg'ulari, o'y-fikrlari, xatti-harakatlari ustidan hukmronlik qilishidir, boshqacha aytganda, iroda insonning o'z xulq-atvorini ongli ravishda boshqara olishi, har qanday qiyinchiliklarga qaramay, o'z oldiga qo'ygan maqsadiga erisha olish qobiliyatidir.

Insonning irodaviy harakatlari va bunday harakatlarga qobilligi mehnat hamda ijtimoiy faoliyatda, ta'lim jarayonida yuzaga kelgan. Ijtimoiy turmush sharoitlari, tobora o'sib boruvchi turli xususiyatli ehtiyojlar odamlardan bu ehtiyojlarni qondirish maqsadida borliqni o'rganish, o'zlashtirish va uni qayta qurishga yo'naltirilgan xatti-harakatlarni taqozo etgan.

Shuning uchun jamoa bo'lib mehnat qilish jarayonida odamlarda maqsadni anglash va o'z oldiga maqsad qo'yish, ishni bajarishdan oldin reja tuzib olish, ishga faol ravishda kirishish va keraksiz xatti-harakatlardan o'zini tiyish, maqsadga erishish yo'lida uchraydigan qiyinchiliklarni yengish, o'z xatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarish qobiliyati, uquvi, zehni o'sa boradi. Borliqdagi tashqi ta'sirlar atrof-muhitning ta'sir ko'rsatishi tufayli odamlarda irodaviy sifatlar takomillashadi, demakki

iroda tarkib topadi.

Irodaviy harakatlar inson yashab turgan ijtimoiy-tarixiy shart-sharoitlar, turmush tarzi bilan belgilanadi. Jamiyatda ijtimoiy munosabatlarning, shaxslararo muomalaning o‘zgarishi bilan shaxsning o‘z oldiga qo‘yadigan maqsadlari ham, odamni faoliyatga undovchi motivlar ham o‘zgaradi.

Psixologiyada iroda sifatlari qatoriga maqsadga intilish, o‘zini tuta bilish, chidamlilik, sabrtoqat, qat’iylik, botirlik, intizomlilik, sabotlilik, mustaqillik, mardlik va boshqalar kiritiladi.

Maqsadga intilish-shaxsning o‘zidagi barcha kuch-quvvatlarini oldiga qo‘ygan maqsadiga qaratish, o‘z xatti-harakatlarini ko‘zlagan maqsadiga erishish vazifasiga bo‘ysundirish, har qanday qiyinchilik va to‘siklarga qaramay maqsadni amalga oshirish uchun intilish qobiliyatidir.

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

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

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

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

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

Sabotlilik - shaxsning qabul qilgan qarorini bajarish va o‘z oldiga qo‘ygan maqsadiga erishish uchun, ko‘p vakt hamda muayyan qi-yinchiliklarni yengish talab etilishiga qaramay, og‘ishmay intili-shida gavgdalanuvchi iroda belgisidir.

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

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

Odamlarda irodani o‘stirish uchun quyidagi ish-amallarni rejalashtirish maqsadga muvofiq:

-aniq va ijtimoiy jihatdan ahamiyatli maqsadlarni ko‘zlashga o‘rgatish yoki mashklantirish;

- ilmiy dunyoqarash, barqaror e'tiqod va burch hissini shakllantirish;
- maqsadga intilish va istakni ro'yobga chiqarish mashg'ulotlarini o'tkazish;
- o'z kuchiga ishonch tuyg'usini tarkib toptirish uchun treninglar va sotstreninglarni qo'llash;
- ichki va tashqi to'siqlarni yengishni mashq qilish, irodani tur-li vaziyatlarda ishga solish;
- o'z faoliyati mahsuliga va xulq-atvoriga baho berish bilan shu-g'ullantirish;
- sport bilan shug'ullanish va jismoniy chiniqtirish;
- kun tartibi bo'yicha barcha harakatlarni amalga oshirish.

Irodaviy harakatlar rivojlanishi qonuniyatlarini o'rganish va psixokorreksiya bo'yicha tadbirlar samaradorligini ta'minlashga xizmat qiluvchi quyidagi tavsiyalarni taklif etamiz:

-irodaviy harakatlar rivojlanishi qonuniyatlarini o'rganish va psixokorreksiya bo'yicha tadqiqotlarda xolis va ishonchli ilmiy natijalarga erishish uchun ilmiy-nazariy tamoyillarga asoslangan holda mahalliy muhitga mos metodikalar tizimini shakllantirish lozim;

-irodaviy sifatlarni rivojlantirishga doir psixotrening va korreksion dasturlar har bir irodaviy sifatni shakllantirishga mo'ljallanishi amalga oshirilayotgan tadbirlarning samaradorligini ta'minlaydi;

-o'smirlar irodaviy sifatlarini shakllantirish va rivojlantirish bo'yicha dasturlar tuzilmasida mashqlar va topshiriqlar ishlab chiqishda irodaviy sifatlarning o'zaro kompleks rivojlanishini ta'minlovchi yaqinlik, aloqadorlik va uzviylikni inobatga olish zarur;

-irodaviy harakatlar rivojlanishi qonuniyatlarini o'rganish va psixokorreksiya dasturida mashqlar oddiydan murakkablikka tomon yo'naltirilgan holda tizimlashtirilishi tadbirlar samaradorligini kafolatlaydi, psixolog bilan trening ishtirokchilari hamjihatligini ta'minlaydi. Shunga ko'ra, mazkur tajribalarni mahalliy matbuot, ilmiy-amaliy anjuman va ilmiy seminarlarda ommalashtirish muhim hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ivannikov V.A. Psixologicheskiye mexanizmi volevoy regulyatsii. -Piter.: 2006. -1208 s.
2. G'oziyev E. Umumiy psixologiya. -T.: 2010. -544 b.
3. Stambulova N.B. Videleniye volevix chert lichnosti // Vopr. psixologii. – M., 1998. – S. 102–123.
4. Doronina I.V. Motivatsionnaya osnova volevoy regulyatsii psixicheskoy deyatel'nosti: Avtoref. dis. ...kand. psixol. nauk. – Novosibirsk, 1998. – 19 s.

AFFILIATSIYA MOTIVI-O'SMIR MA'NAVIYATINI SHAKLLANISHINING ASOSIY OMILI SIFATIDA

Sharipov J. D.

Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

Mamlakatimizda shakllanayotgan kuchli huquqiy davlat va fuqorolik jamiyati o'z ijtimoiy-iqtisodiy asosiga ega bo'lishi uchun demokratik jamiyatni barpo etishga yo'naltirilgan har tomonlama barkamol malakali mutaxassis kadrlarni yetishtirib berishi lozim. Buning uchun bo'lajak mutaxassislarda muloqotga intilish, bilishga intilish, o'zini ta'kidlash, manfaatli hamkorlikka intilish kabi maqsadlar, ehtiyojlar, motivlar majmuidan iborat bo'lgan affiliatsiya motivatsiyasini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki aynan affiliatsiya motivatsiyasi talabani o'quv faoliyati davomida aqliy, anglanilgan muloqot jarayoniga o'tishga undaydi, talabalar guruhida shaxslararo munosabatlarni yaxshilab, guruhiy jipslikni ta'minlaydi.

O'smirlik davri inson hayotining eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlar, xulq-atvori va ma'naviy qarashlari shakllanadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, aynan o'smirlik paytida do'stlarga, tengdoshlar guruhiga intilish kuchayadi. Ushbu ehtiyoj "affiliatsiya motivi" deb ataladi va u o'smir ma'naviyatini shakllantirishda asosiy omil sifatida namoyon bo'ladi.

Affiliatsiya motivining mohiyati. Affiliatsiya motivi – bu insonning ijtimoiy guruhga mansub bo'lishga, do'stlar bilan yaqin aloqalar o'rnatishga, muloqot va o'zaro qo'llab-quvvatlashga bo'lgan psixologik ehtiyoji. O'smirlik davrida bu motivning kuchayishi tabiiy jarayon bo'lib, shaxsiy mustaqillikka intilish bilan birga, jamoadoshlik tuyg'usini rivojlantiradi.

2. O'smirlik davrida ma'naviyat shakllanishi. O'smirning ma'naviy qiyofasi: halollik, adolat, do'stlik, vatanparvarlik kabi qadriyatlar asosida shakllanadi. Bu jarayonda u oiladan tashqari, ko'proq sinfdoshlari, do'stlari va boshqa ijtimoiy guruhlarning ta'siriga duch keladi. Shunday qilib, affillatsiya motivi o'smirning axloqiy me'yorlarni o'zlashtirishida vositachi rolini bajaradi.

3. Ijtimoiylashuv va axloqiy qadriyatlar. Tengdoshlar bilan muloqot jarayonida o'smir ijtimoiy ko'nikmalarni egallaydi, o'zini baholashni o'rganadi va jamiyat tomonidan qabul qilingan qadriyatlarni o'zlashtiradi. Agar affillatsiya motivi to'g'ri yo'naltirilsa, u ma'naviy yuksalish va ijobiy ijtimoiy xulqni shakllantiradi. Aks holda, salbiy guruhlarga qo'shilish xavfi ham mavjud.

4. Rivojlantirish usullari.

- O'smirlarni sport, san'at, fan to'garaklari kabi ijobiy jamoalarga jalb qilish;
- Oila va maktabda mehr-muhabbat, do'stlik va o'zaro hurmat muhitini yaratish;

- Psixologik treninglar, kommunikativ mashg'ulotlar orqali sog'lom muloqot ko'nikmalarini shakllantirish.

Motivatsion nazariyalarni kelib chiqish va rivojlanish tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, ko'pgina nazariyalarda qadimgi yunon faylasuflaridan Aristotel, Geraklit, Demokrit, Lukresiy, Platon, Sokrat asarlaridagi g'oyalar o'rta tashlanganligini ko'rish mumkin. Ular motivatsiyani "muxtojlik" termini bilan atab, "muxtojlik" ni hayot o'qituvchisi sifatida

Inson motivatsiyasining mohiyati va kelib chiqishi doimo ikkita falsafiy oqim: ratsionalizm va irratsionalizm doirasida rivojlangan.

Birinchi ratsional va irratsional g'oyalarni o'ziga qamrab olgan motivatsion, psixologik nazariyalar qatoriga XVII-XVIII asrlarda paydo bo'lgan *qarorlarni qabul qilish nazariyasini* va hayvonlar xulq-atvorini irratsional ekanligini isbotlashga bag'ishlangan *avtomatizm nazariyasini* ta'kidlash joiz. Birinchi nazariya iqtisodiyotda, inson xulq-atvorini matematik bilimlar asosida tushuntirishda ishlatilgan bo'lsa, ikkinchi nazariyaning rivojlanishi, tashqi ta'sirlarga tirik organizmning mexanik, avtomatik, tug'majavob reflekslari sabab bo'ladi, degan g'oyaga asoslangandir. Ushbu - biri inson, biri hayvonot olamiga aloqador motivatsion nazariyalar XIX asrning oxiriga qadar rivojlanib keldi va falsafada ikki qarama-qarshimaterializm va idealizm nazariyalarini paydo bo'lishiga sabab bo'ldi.

XIX asrning 2-chi yarmiga kelib, biologiyada Ch. Darvin *evolyusion nazariyasining* paydo bo'lishi sabab, psixologiyada inson instinktlari (Z. Freyd, U. Mak-Dugall, I.P. Pavlov) o'rganila boshlandi. XIX asrning oxiri XX asrning boshlarida Z. Freyd va U. Mak-Dugalllar tomonidan olib borilgan tadqiqot ishlarida insonning barcha xulq-atvorini tug'ma instinktlarga bog'lab tushuntirish an'anasi boshlandi. Z. Freyd nazariyasiga ko'ra, instinktlar uch xil: hayot instinkti, o'lim instinkti va agressivlik instinktlaridan iboratdir. V. Mak-Dugall Ch. Darvinning biologik determinizm ta'limotini soddalashtirib, motivatsiyaning tug'ma xususiyatini asoslashga, tug'ma instinkt bilan uni qiyoslashga intildi. Buning uchun muallif dastlab 14 ta, keyinchalik esa 18 ta insonlarga xos instinktlarni ajratib o'rgandi. Uning qarashlari keyinchalik biroz o'zgargan bo'lsada, lekin deterministik g'oya saqlanib qoldi, instinktning energiyasi, tug'maligi, impulsivligi g'oyalari bixevioristik konsepsiya asosida qolaverdi.

Affiliatsiya motivi terminiga keladigan bo'lsak, affiliatsiya inglizcha "*to affiliate*" so'zidan olingan bo'lib, birlashtirmoq, birlashmoq ma'nosini anglatadi, ya'ni insonni boshqa odamlar davrasida bo'lishga intilishi tushuniladi.

Ushbu motiv yaqqol namoyon bo'luvchi ijtimoiy xarakterga egadir, chunki ushbu motiv boshqa odamlar bilan o'zaro munosabat doirasidagina amalga oshadi. Muloqotga bo'lgan ehtiyoj umuminsoniy ehtiyoj hisoblanib, u insonni jamoatchilik va hamkorlikka intilish kabi fundamental baza asosidagina quriladi.

X.Xekxauzen affiliatsiyani muloqotga ehtiyoj doirasida o'rganganbo'lib, uning ta'kidlashicha, affiliatsiya har kunlik, lekin shuning bilan birgalikda fundamental xarakterga egadir. U o'zidan psixik hodisa, motiv, mayl, hoxish, boshqa odamlarga intilishni namoyon etadi. Uning asosida muloqotni amalga oshiruvchi insonni emotsional va ishonchli aloqalarga bo'lgan ichki ehtiyoji yotadi. Odatda u yaqin munosabatlar o'rnatishga intilish, har ikkala tomonga qoniqish olib kelish maqsadidagi muloqot jarayoni, birgalikdagi harakatlar majmui ko'rinishida namoyon bo'ladi. Ushbu ehtiyojning maqsadi turlicha bo'lishi mumkin va hatto bir-birini rad etuvchi (yaqin munosabatlarga erishish yoki suhbatdoshdan o'z maqsadi yo'lidafoydalanish) ko'rinishida ham kelishi mumkin (X.Xekxauzen).

Birinchisida munosabatlarni ishonchliligi, emotsional aloqalarga ehtiyoj (Yan Mazurkevich, K.Obuxovski) alohida ta'kidlab o'tiladi. Ikkinchisida, insonni ijtimoiy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji (Brem P.Bruunk), aniq bir guruhga aloqadorligi (D.Makklelannd, Ye.V.Trifonov) shuning bilan birgalikda referent guruhga qanday hissiyotlar sezishidan qat'iy nazar boshqa insonlar jamoasini qidirishga intilish (Brem P.Bruunk) nazarda tutiladi.

Bizning ta'rifimizga ko'ra, **affiliatsiya** (aloqa, muloqot) deganda, insonlar bilan muloqot o'rnatish(tanish, notanish va kam tanish insonlar) natijasida har ikkala tomonda birday qoniqish hosil qilishga, muloqot jarayonini mazmun bilan boyitishga va unga kirishib ketishga undovchi ijtimoiy o'zaro ta'sirlarning ma'lum bir sinfi tushuniladi.

Affiliatsiyaning funksiyalari G.M. Andreeva, A.A. Bodalyov, B.F. Lomov, A.A. Leontevva boshqalarning ilmiy izlanishlarida o'rganilib chiqilgan. Rus olimlari qatorida V.N. Panfyorov affiliatsiya motivatsiyasining quyidagi funksiyalarini taklif etadi:

a) *kommunikativ* (individual, guruhiy va jamoaviy o'zaro ta'sirlar darajasida odamlarning o'zaro aloqasi);

b) *axborot* (sezgi, idrok, xotira va boshqa vositalar asosida amaliy tajriba mazmunini jamlash va namoyon etish);

v) *kognitiv* funksiyalar (tafakkur, tasavvur, fantaziya vositasi orqali idrok etilgan narsalarni ma'nosini anglash);

g) *emotiv* funksiyalar (inson tomonidan odamlar bilan bo'lgan o'z munosabatlarini kechirilishi, his etilishi);

d) **konativ** funksiyalari (insonni u yoki bu qadriyatlar tizimiga intilishi);

ye) *kreativ* funksiyalari (muloqot jarayonidagi odamning yaxshi tomonga o'zgarishi)

Affiliatsiya motivi o'smir shaxsining ma'naviy shakllanishida markaziy omil hisoblanadi. U orqali o'smir ijtimoiy guruhda o'z o'rnini topadi, ijtimoiy-axloqiy qadriyatlarni o'zlashtiradi va kelajakda barkamol inson bo'lib yetishadi. Shuning uchun ham pedagoglar, psixologlar va ota-onalar affillatsiya motivini ijobiy yo'naltirishga alohida e'tibor berishlari lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Илин Е.П. Мотивация и мотивы. - Питер.: Мастера психологии, 2008. – с-58.
2. Кузнецова И.В. Мотив аффилиации в межличностных отношениях: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 СПб . 2006. – С-48.
3. Каримова В.М. Глобал о‘згаришлар шароитида шахс ижтимоий хулқини бошқаришнинг долзарблиги. // XXI аср психологияси: назария, амалиёт истиқболлар. Халқаро илмий-амалий конференция материаллари. Т.: “Mumtoz soz”, 22 май 2013.– 32-б.
4. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. \ Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2008.– С-52.
5. Макклелланд Д. Мотивация человека.– СПб.: Питер, 2007.– с- 372.
6. Платонов Ю.П. Социальная психология поведения: Учебное пособие.– СПб.: Питер, 2006.– С. 50
7. Немов Р.С., Алтунина И.Р. Социальная психология: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010. – С.

**ICHKI ISHLAR ORGANLARI XODIMLARINING KOMMUNIKATIV
KOMPETENTLIGINI OSHIRISHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI**

Sharipov S.R.

Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi

Psixologik kompetensiya insonning shaxsiy va kasbiy rivojlanishida muhim o‘rin tutadi. Asosan quyidagi asoslarga tayanadi: insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarish qobiliyati; boshqalarning emotsional holatini to‘g‘ri qabul qilish; stress holatlarida samarali harakat qilish qobiliyati; ijtimoiy o‘zaro munosabatlarda ishonchlik va tenglik saqlash qobiliyati. Psixologik kompetensiya-bu xodimning professional vazifalarini bajarishda psixik va emotsional resurslardan samarali foydalanish qobiliyatidir.

U quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

- emotsional intellekt,
- stress boshqarish,
- muvaffaqiyatli muloqot va ishonchli munosabat qurish qobiliyati,
- empatiya va hamdardlik hissi.

Psixologiya fanida A.K.Markova kasbiy kompetentlik va unga ta’sir qiluvchi ijtimoiy–psixologik omillarni o‘rganib, pedagog shaxsi tuzilmasini yaratadi. Ayni paytda, u pedagog shaxsi tuzilmasida quyidagi pedagogik–psixologik xususiyatlarni alohida belgilashni tavsiya qiladi.

– pedagogning avtorefleksiv xususiyati, ya’ni pedagogning o‘zini–o‘zi anglashi,

uning professional sifatida ijtimoiy tassavvurlari;

- faoliyat jarayonida muloqotning interaktiv usullaridan foydalanish uquvi, ya'ni pedagog uchun xos bo'lgan pedagogik faoliyat va muloqot vazifalari, vositalari va usullarini bilishi;

- P.Limpanning “Obuchenie s selyu umensheniya nasiliya i razbitiya mirolyubiya” nomli to'plami pedagogning kreativ qobiliyati ya'ni pedagogning ijodkorligi – notipik vaziyatlarda muammoni noa'naviy usullar orqali hal qila olish qobiliyati.

N.Kuzmina o'z tadqiqotlarida pedagoglarda kommunikativ kompetentlikni o'quv faoliyatini samaradorligiga ta'sir qiluvchi muhim omil deya e'tirof etadi. Ayni paytda, Najmiddinova G.N.ning “Boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'quv–biluv faoliyatini shakllantirishning didaktik asoslari” nomli dissertatsiya mavzusidagi “kommunikativ kompetensiya” tushunchasi kasbiy faoliyat jarayonida shaxslararo munosabatning tashkilotchisi, vaziyatlarni oldindan bashorat qila olish hamda muloqotchanlikka kirishuvchanlik qobiliyati sanaladi. Akademik Ye.A. Klimovning konsepsiyasida kommunikativ kompetentlik “Inson–Inson”, “Inson–Texnika” tizimiga taalluqli bo'lgan kasblar uchun muhim va yetakchi komponent ekanligi aytib o'tilgan. Maxmudova.M.I. “Oliy pedagogik ta'lim tizimida talabalarni ma'naviy shakllanishining ijtimoiy–psixologik xususiyatlari” dissertatsiya mavzusida bu konsepsiyalarga to'xtalib o'tilgan.

N.V.Samoukinaning o'z tadqiqotlarida, maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachilarining kasbiy faoliyat samaradorligini belgilashda tizimli yondashuvni taklif etadi.

“Kasbiy kompetensiya” uchun muhim funksiyalar quyidagilardan iborat:

- mehnat obyekti va quroli.

- B.X.Raximovning “Bo'lajak o'qituvchida kasbiy–madaniy munosabatlarning shakllanishi” mavzusidagi nomzodlik dissertatsiyasida bir qancha ma'lumotlar berib o'tilgan.

- kasbiy faoliyat texnologiyasi va uning predmeti.

- kasbiy faoliyatning kasbiy, tashkilotchilik, jismoniy va ijtimoiy sharoitlari.

A.I Rasulovning o'qituvchi shaxsining tarbiyachisi sifatida o'quvchilar bilan o'zaro munosabat darajalari mavzusidagi nomzodlik dissertatsiyasida mavzular kiritilgan .S.L.Rubinshteyn o'z tadqiqotlarida kommunikativ kompetentlikni pedagogik shakllanishi uchun muhim bo'lgan kategoriyalardan biri sifatida talqin qiladi. Zero, kommunikativ kompetentlik kasbiy kamolot uchun muhim omillaridan biri hisoblanadi. V.A.Slastenin, V.P.Kashirinlarning fikricha, o'zini namoyon qilish asosan shaxslararo munosabatlarning faoliyat ko'rsatishi o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonida yuzaga keladi. Garchi, shaxsning o'zligini, o'z xulqini namoyon etishning kommunikativ kompetentligi bevosita, xatti–harakatlari, qiliqlari, muomala–munosabat ko'rinishlari uning faoliyati orqali ijtimoiy muhitda sodir bo'ladi.

Ichki ishlar xodimlarida psixologik kompetensiya quyidagi xususiyatlar bilan ajralib turadi:

- tezkor qaror qabul qilish sharoitida his-tuyg'ularni nazorat qilish,
- o'z fikrini qisqa va aniq bayon qilish,
- agressiv vaziyatlarda ham o'ziga ishonchni saqlab qolish,
- jamoada ishlashda muloqot madaniyatiga amal qilish,
- qonuniylik va insonparvarlik tamoyillariga rioya qilish.

Ichki ishlar xodimlarining psixologik kompetensiyasini rivojlantirish uchun quyidagi metodlar samarali hisoblanadi:

- treninglar va simulyatsiya mashg'ulotlari,
- keys-tahlil va rol o'yinlari,
- mashqlar va psixoterapevtik texnikalar,
- kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish kurslari.

Olib borilgan ilmiy–nazariy tahlillar, bugungi kunda ichki ishlar xodimlarida psixologik kompetentlik muammosi, o'zining nazariy–metodologik bazasiga ega ekanligini ko'rsatsa–da, aynan mavzu doirasidagi tadqiqotlarning yetarli emasligi va dolzarbligini isbotladi. O'rganilgan ilmiy adabiyotlar tahlili bugungi kunda ichki ishlar xodimlarida psixologik kompetentligini rivojlantirish bilan bog'liq ilmiy manbalarning nihoyatda muhimligini isbotladi. Bu esa ichki ishlar xodimlarida psixologik kompetentlik bilan uning omillari orasidagi korrelyatsion munosabatlar tizimini tahlil qilishni, ichki ishlar xodimlari faoliyatida kasbiy kompetentlikning faoliyat saamaradorligi uchun muhim omil va ichki psixologik mexanizm ekanligini isbotladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Баратов Ш.Р. Ижтимоий психология ва шахс ривожланиши. – Бухоро, 2021.
2. Гусев А.Н. Психология профессиональной деятельности сотрудников МВД. – Москва: Юрайт, 2020.
3. Саломов Ж. Касбий стресс ва уни бошқариш психологияси. – Тошкент, 2019.
4. Emotional Intelligence Studies: Daniel Goleman, Harvard Research, 2022.
5. UNESCO Report: Law Enforcement Officers' Mental Health, 2023.

O'ZBEKISTONDA KLINIK PSIXOLOGIYANING DOLZARB MUAMMOLARI VA RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI (PSIXOSOMATIKA VA KASALLIKKA MUNOSABAT)

*Shoyimova Shoxista Sanakulovna
ToshDavTU, Ijtimoiy fanlar, pedagogika va psixologiya kafedrasi
mudiri, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor*

Kirish. Ruhiy salomatlik insonning shaxsiy, ijtimoiy va professional hayotida muhim rol o'ynaydi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha millionlab odamlar ruhiy kasalliklardan aziyat chekmoqda va bu kasalliklar nafaqat insonning hayot sifatini pasaytiradi, balki jamiyatning iqtisodiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

So'nggi yillarda klinik psixologiya ruhiy kasalliklarni tashxislash va davolashdan tashqari, inson salomatligiga ta'sir etuvchi psixologik omillarni o'rganishga ham e'tibor qaratmoqda. Bunday omillardan biri psixosomatika bo'lib, u ruhiy va jismoniy salomatlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganadi. Psixosomatik kasalliklar stress, depressiya, xavotir kabi ruhiy omillar ta'sirida kelib chiqadigan jismoniy kasalliklardir.

O'zbekistonda klinik psixologiya sohasi jamiyat hayotining barcha jabhalarida chuqur o'zgarishlar kechayotgan bir paytda, ayniqsa, muhim ahamiyat kasb etmoqda. Sog'liqni saqlash tizimidagi islohotlar, aholining ruhiy salomatligiga bo'lgan ehtiyojining ortishi, psixosomatik kasalliklarning ko'payishi klinik psixologiyaning rivojlanishi va jamiyatda tutgan o'rnini qayta ko'rib chiqishni taqozo etadi. Shu sababli, ushbu maqolada O'zbekistonda klinik psixologiya sohasining rivojlanishidagi dolzarb muammolar (psixosomatika va kasallikka munosabat bilan bog'liq) tahlil qilinadi va sohani rivojlantirish bo'yicha takliflar beriladi.

Ushbu maqolaning asosiy maqsadi O'zbekistonda klinik psixologiya sohasining hozirgi holatini tahlil qilish, mavjud muammolarni aniqlash, psixosomatika va kasallikka munosabat masalalarini o'rganish hamda sohaning rivojlanish istiqbollari belgilashdan iborat. Shuningdek, klinik psixologiya sohasidagi mutaxassislar, sog'liqni saqlash tizimi xodimlari va jamoatchilikni ushbu sohaning muhimligi, dolzarb muammolari va rivojlanish yo'llaridan xabardor qilishga hamda ularning ruhiy salomatlikni yaxshilashga oid sa'y-harakatlarda faol ishtirok etishlariga ko'maklashishga qaratilgan.

Qo'llanilgan usullar: manbalarni tizimli va solishtirma tahlil qilish, statistik ma'lumotlar hamda mavzuga oid huquqiy hujjatlarni o'rganish.

Olingan natijalar muhokamasi. Jahon tajribasi shuni ko'rsatadiki, klinik psixologiyaning rivojlanishi uchun qonunchilik, kadrlar tayyorlash va amaliyotda keng qo'llanishi asosiy shart hisoblanadi. AQSH, Yevropa va Rossiyada klinik psixologiya mustaqil ilmiy va amaliyot sohasi sifatida rivojlangan. Bu mamlakatlarda psixoterapiya, psixodiagnostika va psixologik korreksiya tibbiy xizmatning ajralmas qismi hisoblanadi. Masalan, AQSHda har bir klinik kasalxonada psixoterapevt va klinik psixolog ishlaydi, Yevropa davlatlarida esa psixosomatik kasalliklarni davolashda psixolog va shifokorlar integratsiyada faoliyat yuritadilar.

O'zbekistonda psixologiya fan sifatida rivojlanib kelmoqda, biroq klinik psixologiya yo'nalishi cheklangan holda amalga oshirilmoqda. Oliy ta'lim muassasalarida psixologiya ta'lim yo'nalishlari mavjud bo'lsa-da, klinik psixologiya

bo'yicha ixtisoslashgan dasturlar kam. Psixoterapiya esa tibbiy xizmat sifatida asosan psixiatriya tizimi doirasida amalga oshiriladi.

Jamoatchilikda ham psixologiya haqida noto'g'ri qarashlar mavjud. Bu holat klinik psixologiyaning to'liq rivojlanishiga to'siq bo'lmoqda.

Klinik psixologiyaning nazariy asoslarini quyidagicha belgilash mumkin:

- Psixosomatika - insonning ruhiy holati jismoniy salomatlikka ta'sir qilishi mumkinligi haqidagi soha bo'lib, u stress, depressiya, xavotir kabi ruhiy omillar ta'sirida kelib chiqadigan jismoniy kasalliklarni o'rganadi. Eng ko'p uchraydigan psixosomatik kasalliklarga gipertoniya, astma, oshqozon yarasi, teri kasalliklari va boshqalar kiradi.

- Kasallikka munosabat - bemorning o'z kasalligiga bo'lgan fikrlari, hissiyotlari va xatti-harakatlari davolash jarayoniga va natijasiga katta ta'sir ko'rsatishidir. Masalan, kasallikni inkor etuvchi bemor davolanishga rioya qilmasligi mumkin, kasallikdan qo'rquvchi bemor esa xavotir va depressiyaga tushishi mumkin.

- Bio-psixo-ijtimoiy model - ruhiy va jismoniy kasalliklar biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida kelib chiqadi deb hisoblaydi. Ushbu model klinik psixologlarning ish faoliyatida kompleks yondashuvni ta'minlashga qaratilgan.

- Kasallikni qabul qilish modeli (Leventhal) - bemorlar o'z kasalliklarini qanday tushunishlari va bu tushunchalar ularning xatti-harakatlariga qanday ta'sir qilishini tushuntiradi. Model bemorlarning kasallik haqidagi fikrlari (sabablari, oqibatlari, davolash mumkinligi) va hissiyotlari (qo'rquv, xavotir, g'azab) davolash jarayonida muhim rol o'ynashini ta'kidlaydi.

- Sog'liqqa ishonch modeli (Health Belief Model) - odamlarning sog'lig'iga tahdid soluvchi xavfni qanday qabul qilishlari, bu xavfdan saqlanish uchun nima qilishlari mumkinligi va bu harakatlarning samaradorligiga qanday ishonishlarini tushuntiradi.

O'zbekistonda psixosomatik kasalliklarning tarqalishi va xususiyatlari to'liq va batafsil o'rganilmagan. Biroq, sog'liqni saqlash tizimida psixosomatik kasalliklar bilan bog'liq muammolar mavjudligi aniq. Masalan, ko'p bemorlar psixosomatik kasalliklar bilan shifokorlarga murojaat qilishadi, lekin ularga to'g'ri tashxis qo'yilmaydi va yetarli davolash muolajasi ko'rsatilmaydi. Bunga sabab, tibbiy xodimlarning psixosomatika bo'yicha malakasining yetarli emasligi va tibbiy yordam ko'rsatishda kompleks yondashuvning yo'qligidir.

Psixosomatik tibbiyot inson tanasidagi jismoniy kasalliklarning kelib chiqishi, kechishi va davolanishiga ruhiy omillarning ta'sirini o'rganuvchi ilmiy yo'nalishdir. So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar psixosomatik yo'nalishning dolzarbligini yana bir bor tasdiqlab, ruhiy holatning jismoniy salomatlikka ta'siri haqidagi bilimlarimizni kengaytirdi.

Psixosomatik tibbiyot ruhiy va jismoniy salomatlik o'rtasidagi murakkab aloqalarni o'rganadi. Bu bog'liqlikning asosiy mexanizmlari quyidagilardir:

- Neyroendokrin tizim: stress jarayonida gipotalamus-gipofiz-adrenal tizimi faollashadi. Natijada kortizol kabi stress gormonlari ishlab chiqariladi, bu esa immunitetni susaytiradi, yallig'lanish jarayonlarini kuchaytiradi va turli jismoniy kasalliklarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

- Immun tizimi: ruhiy holat immun tizimining faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi. Stress, depressiya va xavotir immun hujayralarining faoliyatini susaytiradi, bu esa organizmning infeksiyalarga qarshi kurashishini qiyinlashtiradi va autoimmun kasalliklarning rivojlanish xavfini oshiradi.

- Avtonom nerv tizimi: stress avtonom nerv tizimi faoliyatiga ta'sir qiladi. Bu, o'z navbatida, yurak urishining tezlashishi, qon bosimining oshishi, ovqat hazm qilish tizimining buzilishi va boshqa jismoniy simptomlarga olib kelishi mumkin.

- Psixologik mexanizmlar: ruhiy holat kasallikka munosabatni, davolanishga rioya qilishni va hayot tarzini o'zgartirishga bo'lgan motivatsiyani o'zgartirishi mumkin. Depressiya, xavotir va stress kasallik simptomlarini kuchaytirishi, davolanish samaradorligini pasaytirishi va hayot sifatini yomonlashtirishi mumkin.

So'nggi tadqiqotlar stress, depressiya, xavotir va ijtimoiy izolyatsiya yurak-qon tomir kasalliklarining rivojlanish xavfini oshirishini tasdiqladi. Masalan, yurak xurujidan keyin depressiyaning mavjudligi qayta yurak xuruji xavfini oshirishi mumkin. AQSHda o'tkazilgan bir tadqiqotda depressiya bilan og'rigan bemorlarda yurak-qon tomir kasalliklarining rivojlanish xavfi depressiyasi bo'lmaganlarga qaraganda 1,5-2 baravar yuqori ekanligi aniqlangan.

Stress, xavotir va depressiya oshqozon-ichak tizimi buzilishlari, jumladan, funksional dispepsiya, yarali kolit va Kron kasalligining kelib chiqishi va kechishiga ta'sir qilishi mumkin. Isroilda o'tkazilgan tadqiqotda surunkali stress ostida bo'lgan odamlarda yarali kolit rivojlanish xavfi yuqori ekanligi ta'kidlangan.

Kanadada o'tkazilgan tadqiqotda stressning astma, ekzema va boshqa allergik kasalliklarning simptomlarini kuchaytirishini va ularning kelib chiqishiga ta'sir qilishini ko'rsatdi. Stress darajasi yuqori bo'lgan bolalarda astma xurujlarining soni yuqori ekanligi aniqlangan.

So'nggi tadqiqotlar jismoniy va ruhiy salomatlik o'rtasidagi mustahkam bog'liqlikni tasdiqlab, psixosomatikani ahamiyatini yana bir bor ta'kidladi. Yurak-qon tomir kasalliklari, oshqozon-ichak tizimi buzilishlari va allergik holatlar kabi keng tarqalgan kasalliklarning rivojlanishi va kechishida ruhiy omillarning rolini hisobga olish kasalliklarning oldini olish, samarali davolash va bemorlarning hayot sifatini yaxshilash uchun muhimdir.

Bundan tashqari, O'zbekistonda bemorlarning kasallikka bo'lgan munosabati bilan bog'liq muammolar ham mavjud. Ko'p bemorlar kasalliklarini inkor qilishadi, davolanishga rioya qilishmaydi yoki noan'anaviy davolash usullariga murojaat qilishadi. An'anaviy oilaviy qadriyatlar, diniy qarashlar va xalqona davolash usullari odamlarning kasallikka munosabatiga ta'sir ko'rsatadi. Bunga sabab, madaniy omillar,

tibbiy savodxonlikning pastligi va davolashga bo'lgan ishonchning yetishmasligidir.

V.V.Vinogradov va L.I.Vasserman tomonidan ishlab chiqilgan kasallikka munosabat tiplari tasnifi kasallik kelib chiqishi, kechishi va davolashga bo'lgan shaxsiy munosabatni o'rganishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Ushbu tasnif insonning kasallikka nisbatan turlicha reaksiyalarini aniqlash va uning asosida psixologik yordam ko'rsatish strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Mazkur tasnifga ko'ra kasallikka munosabatning quyidagi turlari mavjud:

1. Adaptiv tip. Bu tipdagi shaxslar kasallikka konstruktiv yondashadilar. Ular o'z sog'liqlariga e'tibor beradilar, shifokorlarning tavsiyalariga rioya qiladilar va davolanishga faol qo'shiladilar. Ularda ichki kuch va optimizm yetarli bo'lib, kasallik ularning hayotiga katta ta'sir ko'rsatmaydi.

2. Ipoxondrik tip. Bunday shaxslar kasallikka ortiqcha e'tibor beradilar. Ular o'z tanalaridagi har qanday o'zgarishlarga, hatto oddiy noqulayliklarga ham katta ahamiyat beradilar. Ularda kasallikdan qo'rqish hissi kuchli bo'lib, shifokorlarning tashxislari va davolash tavsiyalari ularni qoniqtirmasligi mumkin. Ular doimiy ravishda o'zlarida kasallik alomatlarini izlaydilar va ko'plab tekshiruvlardan o'tishga intiladilar.

3. Anozagnostik tip. Bu toifadagilar kasallikni inkor etadilar, uni e'tiborsiz qoldiradilar yoki yengil deb hisoblaydilar. U kasallik alomatlarini sezmaslikka urinadilar, shifokorga kelishdan bosh tortadilar va davolanishga rioya qilmaydilar. Ularning kasallikka nisbatan beparvoligi kasallikning kechishini og'irlashtirishi mumkin.

4. Nevrastenik tip. Bu tipdagi shaxslar kasallik tufayli tez charchash, asabiylashish, ta'sirchanlik va kayfiyatning o'zgarishi kabi alomatlarni boshdan kechiradilar. Ular o'zlarining jismoniy va ruhiy holatlaridan norozi bo'lishadi, shifokorlarning tavsiyalariga rioya qilishga qiynaladilar.

5. Melanxolik tipdagi shaxslar kasallikni o'ta og'ir va umidsizlikka sabab bo'ladigan holat sifatida qabul qiladilar. Ularda depressiv holat, hayotga nisbatan qiziqishning yo'qolishi, o'zini ayblash va kelajakka umidsizlik kuzatiladi.

6. Senzitiv tip shaxslar kasallik tufayli o'ziga nisbatan yuqori talablarni qo'yish, qo'rquv va xavotir tufayli o'zlarini ijtimoiy jihatdan nomunosib his qilishlari mumkin.

7. Apatik tip. Bu tipdagi shaxslar kasallikka nisbatan befarq bo'lishadi, davolanishga ham, o'z sog'liqlariga ham qiziqish bildirmaydilar.

8. Egotsentrik tipdagi shaxslar kasallikni o'zlarining e'tibor markazida bo'lish uchun yoki boshqalardan yordam olish uchun vosita sifatida qabul qiladilar.

O'zbekiston aholisi orasida kasallikka munosabat tiplarining taqsimoti turli omillarga, jumladan, ijtimoiy-madaniy sharoitlar, iqtisodiy holat, sog'liqni saqlash tizimiga bo'lgan ishonch darajasi va shaxsiy xususiyatlarga bog'liq bo'lishi mumkin. Kuzatishlarga ko'ra, O'zbekiston aholisi orasida ipoxondrik va anozagnostik munosabat shakllari ko'proq uchraydi.

O'zbekistonda ipoxondrik munosabatning keng tarqalganligiga bir qator omillar

sabab bo‘lishi mumkin. Birinchidan, jamiyatda sog‘liqqa katta e‘tibor qaratiladi va kasallikdan qo‘rqish kuchli. Ikkinchidan, sog‘liqni saqlash tizimidagi muammolar, jumladan, shifokorlarning yetishmasligi, diagnostikaning sifatsizligi va davolashning qimmatligi odamlarning xavotirlarini kuchaytirishi mumkin. Uchinchidan, aholining ruhiy salomatligiga e‘tiborning pastligi, stress va ijtimoiy-iqtisodiy qiyinchiliklar ham ipoxondrik munosabatni rivojlantirishi mumkin.

Anozagnostik munosabatning O‘zbekistonda uchrashiga bir qancha omillar ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Birinchidan, jamiyatda kasallikni inkor qilish va undan uyalish tendensiyasi mavjud. Ikkinchidan, sog‘liqni saqlash tizimiga ishonchning pastligi odamlarni shifokorga murojaat qilishdan tiyishi mumkin. Uchinchidan, erkaklarda kasallikni yengib chiqish va kuchli bo‘lishga intilish kabi stereotiplar ham anozagnostik munosabatni keltirib chiqarishi mumkin.

O‘zbekiston aholisining ruhiy salomatligiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-iqtisodiy omillar ham psixosomatik kasalliklarning tarqalishiga o‘z ta’sirini ko‘rsatadi. Stress, ishsizlik, kambag‘allik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi kabi omillar insonning ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, psixosomatik kasalliklarning rivojlanishiga olib kelmoqda. Bu esa, aholi o‘rtasida psixologik yordamga bo‘lgan ehtiyoj ortib bormoqda.

Afsuski, jamiyatimizda bunday vaziyatda malakasiz, ilmiy asoslanmagan usullarni qo‘llovchi shaxslarning (psevdopsixolog, ezoterik, ekstrasens, tabib va hokazo) psixolog nomi ostida faoliyat yuritishi ko‘paymoqda. Ko‘pchilik aholi haqiqiy psixologning vazifalari, u qo‘llaydigan usullar, malaka talablari haqida yetarlicha ma’lumotga ega emas. Bu esa soxta psixologlarga ishonib qolish xavfini oshiradi.

Psixosomatika – ruhiy omillarning jismoniy kasalliklarga ta’sirini o‘rganuvchi soha. Bu sohada noto‘g‘ri yondashuvlar, ilmiy asoslanmagan davolash usullari jiddiy sog‘liq muammolariga olib kelishi mumkin. Mazkur muammoga yechim sifatida jamiyat xabardorligini oshirish chora-tadbirlarini yo‘lga qo‘yish lozim.

1. Ma’rifiy dasturlar:

- Ommaviy axborot vositalari orqali chiqishlar (televideniye, radio, gazeta va jurnallarda malakali psixologlar, soha mutaxassislari ishtirokida suhbatlar, ko‘rsatuvlar, maqolalar) tashkil etish. Ularda psixologiyaning ilmiy asoslari, psixologlarning vazifalari, soxta psixologlardan farqlari tushuntiriladi.

- Ijtimoiy tarmoqlarda targ‘ibot (psixologiyaga oid ishonchli ma’lumotlarni tarqatish, soxta psixologlarning usullarini fosh etish, savol-javoblar) o‘tkazish.

- Seminar va treninglar (mahallalarda, ta’lim muassasalarida, korxonalarda psixologiyaga oid) tashkil etish. Ularda stressni boshqarish, muammolarni yechish, sog‘lom munosabatlar qurish kabi mavzular ko‘tarilishi kerak.

- Psixologik xizmatlar haqida ma’lumot beruvchi, soxta psixologlardan ogohlantiruvchi buklet va plakatlarni tayyorlash va tarqatish.

2. Ta’lim tizimini takomillashtirish:

- Maktablarda psixologiya darslari (o'quvchilarga psixologiya asoslari, o'z-o'zini anglash, emotsiyalarni boshqarish kabi ko'nikmalar) ni o'rgatish.

- Oliy o'quv yurtlarida barcha yo'nalishdagi talabalar uchun psixologiya kurslarini joriy etish.

- Psixologlar tayyorlash sifatini oshirish (psixologiya fakultetlarida o'quv dasturlarini xalqaro standartlarga moslashtirish, amaliyotga ko'proq e'tibor qaratish).

3. Qonunchilikni takomillashtirish:

- Psixologik xizmat ko'rsatish faoliyatini tartibga soluvchi, psixologlarning huquq va majburiyatlarini belgilovchi qonun joriy etish.

- Psevdocsixologlar, malakasiz shaxslarning psixologik xizmat ko'rsatishi, jamiyatni aldashi uchun javobgarlikni kuchaytirish.

4. Mutaxassislar hamkorligi:

- Psixologlar assotsiatsiyasini tashkil etish (psixologlarning kasbiy birlashuvi, ularning huquqlarini himoya qilish, malakasini oshirish, etika qoidalariga rioya qilishini nazorat qilish).

- Sog'liqni saqlash vazirligi bilan hamkorlik (psixologik xizmatlarning sifatini nazorat qilish, litsenziyalash tizimini joriy etish).

- Ommaviy axborot vositalari bilan hamkorlik (psixologiyaga oid to'g'ri ma'lumotlarni tarqatish, soxta psixologlarning faoliyatini fosh etish).

Klinik psixologiya bilan kimlar shug'ullanishi kerak? Klinik psixologiya - psixologiyaning eng mas'uliyatli va kasbiy tayyorgarlik talab qiladigan yo'nalishlaridan biri. Shuning uchun u bilan har kim shug'ullanishi mumkin emas.

Klinik psixologlar:

- psixologiya yo'nalishida oliy ma'lumot olgan, ayniqsa klinik psixologiya bo'yicha ixtisoslashgan mutaxassislar (ular psixik salomatlik, psixosomatik kasalliklar, stress, depressiya, nevroz va boshqa holatlar bilan ishlaydi);

- tibbiyot xodimlari bilan hamkorlik qiladigan psixologlar (klinik psixolog mustaqil ishlay oladi, lekin ko'pincha psixiatr, nevrolog, psixoterapevt, rehabilitolog bilan hamkorlikda ish olib boradi);

- ixtisoslashtirilgan tayyorgarlikdan o'tgan mutaxassislar (klinik psixologiya bilan shug'ullanish uchun faqat psixologiya diplomi yetarli emas).

Qo'shimcha ravishda psixopatologiya, klinik tashxis, psixoterapiya, psixokorreksiya bo'yicha chuqur bilim va amaliyot talab qilinadi);

- etika va qonun doirasida ishlaydigan mutaxassislar (Klinik psixologning asosiy burchi - bemor yoki mijozning ruhiy salomatligini himoya qilish).

Shuning uchun u qat'iy etika qoidalariga, tibbiyot va psixologik yordam standartlariga amal qilishi kerak).

Klinik psixologlar psixosomatik kasalliklarni tashxislash, davolash va oldini olishda muhim rol o'ynaydilar. Klinik psixologlar quyidagi vazifalarni bajarishlari mumkin:

- Psixologik tashxis qo'yish: psixologik testlar va intervyular yordamida bemorning ruhiy holatini baholash va psixosomatik kasalliklarni aniqlash.
 - Psixoterapiya o'tkazish: psixosomatik kasalliklarni davolash uchun samarali bo'lgan psixoterapiya usullarini qo'llash (masalan, kognitiv-xulqiy terapiya, relaksatsiya usullari, gipnoz).
 - Bemorlarga maslahat berish: kasallikka munosabatni o'zgartirish, stressni boshqarish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish bo'yicha maslahatlar berish.
 - Tadqiqotlar olib borish: psixosomatik kasalliklar sohasida ilmiy tadqiqotlar olib borish va yangi davolash usullarini ishlab chiqish.
- Psixosomatikada ilmiy yondashuv quyidagilarni o'z ichiga oladi:
- Tibbiy tekshiruv: kasallikning sababini aniqlash uchun to'liq tibbiy tekshiruvdan o'tish (analizlar, rentgen, MRT va hokazo).
 - Psixologik baholash: ruhiy holatni baholash uchun maxsus testlar, so'rovnomalar, intervyular o'tkazish.
 - Davolashning kompleks usullari: tibbiy davolash bilan birga psixoterapiya (kognitiv-xulqiy terapiya, geshtalt terapiya, psixodinamik terapiya) usullarini qo'llash.
 - Ilmiy asoslangan usullar: faqat ilmiy tadqiqotlar bilan isbotlangan davolash usullarini qo'llash (masalan, autogen mashqlar, meditatsiya, biologik qaytim aloqa).
 - Psevropsixologik usullardan voz kechish: energiya bilan davolash, seanslar kabi ilmiy asoslanmagan usullardan voz kechish.

O'zbekistonda klinik psixologiyaning psixosomatika yo'nalishini rivojlantirish uchun quyidagi choralarni ko'rish lozim:

- Kadrlar tayyorlash (klinik psixologiya bo'yicha magistratura va doktorantura dasturlarini yo'lga qo'yish, psixosomatika bo'yicha mutaxassislar tayyorlash uchun maxsus o'quv dasturlari ishlab chiqish va malaka oshirish kurslarini tashkil etish).
- Klinik psixolog kasbiy maqomini aniq belgilash (sog'liqni saqlash tizimida ularning rolini rasmiylashtirish, kasalxonalarda klinik psixolog lavozimlarini tashkil etish, tibbiy va psixologik xizmatlarni uyg'unlashtirish).
- Ilmiy tadqiqotlarni qo'llab-quvvatlash (psixosomatika sohasida ilmiy tadqiqotlar olib borish uchun grantlar ajratish, konferensiyalar tashkil etish, psixik salomatlik va psixosomatik kasalliklar bo'yicha milliy tadqiqot markazlarini ochish).
- Xalqaro hamkorlikni kengaytirish (psixosomatika sohasida ilg'or tajribaga ega bo'lgan xorijiy mutaxassislar bilan hamkorlik qilish va tajriba almashish).
- Jamiyatning xabardorligini oshirish (psixosomatik kasalliklar va ularning oldini olish bo'yicha targ'ibot ishlarini olib borish).

Xulosa. O'zbekistonda klinik psixologiya sohasi katta o'zgarishlar va rivojlanish istiqbollariga ega. Klinik psixologlarning kadrlar yetishmovchiligi, normativ-huquqiy bazaning yetishmasligi, jamoatchilikning xabardorligi pastligi kabi muammolarni hal etish, psixosomatika va kasallikka munosabat masalalariga ilmiy

yondashuvlarni joriy etish sohaning muvaffaqiyatli rivojlanishiga xizmat qiladi. Kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish, normativ-huquqiy bazani ishlab chiqish, jamoatchilikning xabardorligini oshirish, moliyalashtirishni ko‘paytirish va ilmiy tadqiqotlarni rivojlantirish orqali klinik psixologiya jamiyatning ruhiy salomatligini yaxshilashda muhim rol o‘ynashi mumkin. Bu o‘z navbatida, aholining hayot sifatini oshiradi va sog‘lom jamiyat qurishga xizmat qiladi.

Ushbu maqolada keltirilgan taklif va tavsiyalar O‘zbekistonda klinik psixologiya sohasining rivojlanishiga va aholining ruhiy hamda jismoniy salomatligini yaxshilashga hissa qo‘shadi deb umid qilamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Ibodullayev Z.R. Tibbiyot psixologiyasi. // Darslik. – T.: “ZaminNashr” nashriyoti, 2019.
2. Shoyimova Sh.S. Psixologiya. // Darslik. – T.: “Best-publish” nashriyoti, 2025.
3. Каримова В.М. Саломатлик психологияси. - Т., 2005.
4. Клиническая психология. Учебник для вузов. 4-е изд. /Под ред. Б.Д.Карвасарского. - СПб.: Питер, 2011.
5. Trull, T. J., & Prinstein, M. J. (2019). Clinical psychology (8th ed.). Cengage Learning.

MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTI TARBIYACHISINING PSIXOLOGIK QIYOFASI

*Shukurova Dilfuza Raupovna,
QarshiDU Psixologiya kafedrası o‘qituvchisi*

O‘quv-tarbiya jarayonining genezisi bo‘lmish maktabgacha ta’lim uzluksizlik, uzviylik prinsiplari harakatining mexanizmi tarzida jamiyat qurilishining asosiy zvenolaridan biri sifatida alohida ahamiyat kasb etadi.

Tarbiyachi jamiyatning ijtimoiy topshirig‘ini bajaradi. Shunday ekan, har tomonlama yetuk mutaxassislarni tayyorlashda tarbiyachi muayyan ijtimoiy-siyosiy, pedagogik talablarga javob berishi lozim.

Bugungi tarbiyachi- pedagogdan yangicha fikrlash, yangicha munosabatlar talab etilar ekan, uning bilimdonligi darajasi masalasi ham o‘ta muhim.

Bular quyidagilar: ijtimoiy bilimdonlik: Mashg‘ulot mobaynida guruh bilan samarali o‘zaro muomala shaklini tashkil eta olish, bolalar bilan til topishish va sog‘lom ma’naviy muhitni hosil qila olish qobiliyati.

Uslubiy bilimdonlik: Barcha bilimlarini, ko‘rgan-kechirganlarini bolalarga tushunarli, ravon tilda yetkaza olishi, ta’lim texnologiyasi va metodlaridan boxabarlik

qobiliyati.

Kasbiy bilimdonlik: O'z fanini va predmeti sohasi bo'yicha chuqur va har tomonlama mukammal bilimlarga ega bo'la olishi, o'z ustida ishlash qobiliyati.

Amaliyotda eng obro'li, bilimdon tarbiyachi-pedagoglar birinchi navbatda insoniy bilimdonlik sohiblari bo'lishadi va ularni o'quvchilar yaxshi qabul qilishadi. Chunki globallashuv davridagi zamonaviy bolajonlar ko'plab ma'lumotlarga ega, ularning psixologiyasi, talab-takliflarini aniq bilib, til topisha olgan shaxsgina pedagogik jarayonda katta yutuqlarga erishadi.

Qobiliyat malaka va uddaburonlikdan farq qiladi. Malaka va uddaburonlik mashq, o'qish natijasi hisoblansa, qobiliyatning rivojlanishi uchun esa yana iste'dod, layoqat va zehn, ya'ni inson nerv tizimida anatomo-fiziologik xususiyat bo'lishi ham zarur.

Pedagogik faoliyatning samarali bo'lishi uchun tarbiyachida qobiliyatning quyidagi turlari mavjud bo'lmog'i lozim:

Bilish qobiliyati - bunday qobiliyatga ega bo'lgan Tarbiyachi fanni o'quv kursi hajmidagina ernas, balki ancha keng va chuqurroq biladi, o'z fani sohasidagi kashfiyotlarni hamisha kuzatib boradi, materialni ipidan ignasigacha biladi, unga nihoyatda qiziqadi, ilmiy tadqiqot ishlarini ham bajaradi.

Tushuntira olish qobiliyati - o'quv materialini o'quvchilarga tushunarli qilib bayon eta olish, o'quvchilarda mustaqil ravishda to'g'ri fikrlashga qiziqish uyg'otish qobiliyati. Tarbiyachi zarur hollarda o'quv materialini o'zgartira olishi, qiyin narsani oson, murakkab narsani oddiy, noaniq narsani tushunarli qilib o'quvchilarga yetkaza olishi lozim. Qobiliyatli pedagog o'quvchilarning bilim va kamolot darajasini hisobga oladi. Qobiliyatli, tajribali tarbiyachi o'zini o'quvchining o'rniga qo'ya oladi, u kattalarga aniq va tushunarli bo'lgan tushunchalarni o'quvchilarga tushunilishi qiyin va mavhum bo'lishini hisobga olgan holda ish tutadi. Shuning uchun u bayon etishning shaklini alohida rejalashtiradi.

Kuzatuvchanlik qobiliyati - o'quvchi shaxsini va uning vaqtinchalik ruhiy holatlarini juda yaxshi tushuna bilish bilan bog'liq bo'lgan psixologik kuzatuvchanlik.

Nutq qobiliyati-nutq yordamida, shuningdek, imo-ishora vositasida o'z fikr va tuyg'ularini aniq va ravshan ifodalash qobiliyati. Tarbiyachining nutqi mashg'ulotda hamisha o'quvchilarga qaratilgan bo'ladi. Tarbiyachi yangi materialni tushuntirayotgan, o'quvchining javobini tahlil qilayotganda uning nutqi hamisha o'zining ichki kuchi, ishonchi, o'zi gapirayotgan narsaga qiziqayotganligi bilan ajralib turadi.

Tarbiyachining bayoni o'quvchilar fikri va diqqatini maksimal darajada faollashtirishga qaratiladi, savollar qo'yib, ularni asta-sekin to'g'ri javob berishga undaydi, o'quvchining diqqatini kuchaytiradi hamda fikrini faollashtiradi («Mana bu yerga alohida e'tibor bering!», «o'ylab ko'ring!» kabi). Tarbiyachining nutqi aniq, jonli, obrazli, talaffuz jihatdan erkin, ifodali, emotsional bo'lib, unda stilistik,

grammatik, fonetik nuqsonlar uchramasligi lozim. Ayrim tarbiyachilar tez gapirishga, boshqalari sekin gapirishga moyil bo'ladilar. Biroq o'quvchilarning o'zlashtirishlari uchun o'rtacha, jonli nutq yaxshi natija berishini esdan chiqarmaslik lozim. Shoshqaloqlik materialni o'zlashtirishga halaqit beradi va bolalarni tez charchatib qo'yadi. Haddan tashqari sekin nutq lanjlik va zerikishga sabab bo'ladi. Haddan tashqari keskin va baqiroq nutq o'quvchilarning asabini buzadi, tez toliqtirib qo'yadi. Tarbiyachining zaif ovozi yomon eshitiladi. Nihoyatda ko'p takrorlanadigan bir xildagi imo-ishoralar va harakatlar o'quvchiga salbiy ta'sir.

Tashkilotchilik qobiliyati-birinchidan, o'quvchilar jamoasini uyushtirish, jipslashtirish, muhim vazifalarni hal etishga ruhlantirishni, ikkinchidan, o'z ishini uyushtirishni nazarda tutadi. Tajribali tarbiyachilarda vaqtni o'ziga xos his etish-ishni vaqtga qarab to'g'ri taqsimlay olish, belgilangan muddatga ulgurish xususiyati hosil bo'ladi. Mashg'ulot davomida ba'zan kutilmaganda ortiqcha vaqt sarflash hollari uchrab turadi. Ammo tajribali tarbiyachi zarur hollarda mashg'ulotning rejasini o'zgartira oladi.

Obro' orttira olish qobiliyati-o'quvchilarga bevosita emotsional-irodaviy ta'sir ko'rsatish va shu asnodda obro' qozona olishdir. Obro' faqat shu asnodagina emas, balki tarbiyachilarning fanni yaxshi bilishi, mehribonligi, nazokatligi va hokazolar asosida ham qozoniladi. Bu qobiliyat tarbiyachi shaxsiy sifatlarining butun bir yig'indisiga, chunonchi, uning irodaviy sifatlariga (dadilligi, qat'iyligi, talabchanligi va hokazolarga), shuningdek, o'quvchilarga ta'lim hamda tarbiya berish mas'uliyatini his etishga, o'zining haq ekanligiga ishonishga, bu ishonchni o'quvchilarga yetkaza olish kabilarga ham bog'liq.

Pedagog odobi umuminsoniy va milliy axloqning qonuniyatlari, vazifalari, tamoyillari, tushunchalari, talablari, mezonlarini ta'lim-tarbiya jarayonida oydinlashtirib, pedagogning ta'lim oluvchilar, kasbdoshlari, ota-onalar, ta'lim muassasasi rahbarlari bilan munosabatlarida namoyon bo'ladigan kasbiy-axloqiy xususiyatlari yig'indisidir.

Pedagog odobi eng avvalo, tarbiyachi va tarbiyalanuvchilarning o'zaro munosabatlarida namoyon bo'ladi. Biroq bunday yondashuv bir qadar cheklangan nuqtai nazar ekanligini ta'kidlash joiz. Zero, tarbiyachining kasbiy axloqi faqat tarbiyalanuvchilar bilan muloqoti jarayonidagina namoyon bo'lmaydi, balki uning butun faoliyati davomida birinchi darajali ehtiyoj sifatida ifodalanadi. Boshqacha aytganda, pedagog odobi tushunchasi tarbiyachi dunyoqarashining hayotiy tizimini anglatadi. Pedagog odobi tushunchasining mazmuni axloqiylik bilan birga iqtisodiy, siyosiy, huquqiy jihatlarni ham o'z ichiga qamrab oladi.

Axloqiy ta'lim-tarbiyaning tarkibiy qismi sifatida pedagog odobi fazilatlarini shakllantirishda ikki yo'nalishdagi aloqador tushunchalarni tahlil qilish maqsadga muvofiqdir: birinchisi–jamiyatning pedagog-tarbiyachi shaxsiga munosabati; ikkinchisi–pedagog-tarbiyachi shaxsining jamiyatga munosabati.

Pedagog-tarbiyachi odobining mohiyati, asosiy mazmuni pedagogik faoliyat uchun muhim bo'lgan axloqiy sifatlarda ifodalanadi. Umuminsoniy va milliy- axloqiy fazilatlar barcha kishilar, hamma kasb egalari, jumladan, pedagog-tarbiyachilar uchun ham juda zarurdir.

Axloqiy fazilatlar mehnat jarayonida kishining xulqi, fe'l-atvorini tartibga solib turuvchi axloqiy qoidalar, normalar, talablar, mezonlar shaklida ifodalanadi. Axloq normalari davlatning turli qonunlari bilan amalga oshiriladigan huquq normalaridan farq qilib, ommaviy odat va namuna kuchi, jamoatchilikning fikri ta'sirida yuzaga keladi. Boshqacha qilib aytganda, ijtimoiy voqelik shaxs oldiga ma'lum axloqiy talablar qo'yadi, bu talablar axloq normasi, axloqiy fazilatlar shaklida ifodalanadi. Jamiyat o'z faoliyati va istiqboli uchun xizmat qiladigan axloq normalari, talablari, mezonlarini belgilaydi.

Muallim xulqining natijalari uning yoshlarga axloqiy ta'sirining samaradorligida, axloqiy tarbiya sohasida erishgan yutuqlarida namoyon bo'ladi.

Pedagog-tarbiyachi odobining asosiy sifatlari umuminsoniy va milliy- axloqiy fazilatlar, tushunchalariga mos keladi va ularni pedagogik faoliyat bilan bog'liq tarzda bir qadar oydinlashtiradi, aniqlaydi. Insonparvarlik, vatanparvarlik, milliy g'urur, baynalmilalchilik, adolat, yaxshilik qilish, burch, qadr-qimmat, mas'uliyat, vijdon, halollik, rostgo'ylik, poklik, talabchanlik kabi axloqiy fazilatlar pedagog-tarbiyachi odobida pedagoglik faoliyati bilan bog'liq ravishda tahlil qilinadi. Ta'lim oluvchilarga yaxshilik qilish, pedagog-tarbiyachilik burchi, pedagog-tarbiyachilik sha'ni, qadr-qimmat, pedagog-tarbiyachilik mas'uliyati, pedagog-tarbiyachilik vijdoni, talabchanlik va adolatli bo'lish, pedagog-tarbiyachining ma'naviy qiyofasi halolligi, pokligi, rostgo'yligi kabilar pedagog-tarbiyachi axloqining muhim fazilatlarini hisoblanadi. Ularni chuqur va puxta o'zlashtirish bo'lajak pedagog-tarbiyachi uchun katta amaliy ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda davlatimiz tomonidan ta'limga qaratilayotgan e'tibor barcha pedagog xodimlarning o'z ustida ishlashi, tinmay izlanish olib borishi ta'lim sohasiga yosh mutaxassislarining kelib qo'shilishiga imkoniyat yaratmoqda, bu esa o'z navbatida ta'lim muassasasi pedagog xodimlar oldiga yanada yangi vazifalar qo'yadi.

Pedagog-tarbiyachining mahoratini to'la amalga oshirish uchun, avvalo, pedagogik mahorat tushunchasining mohiyat-mazmunini bilish, uning barcha komponentlari to'g'risida ma'lumotga ega bo'lib, ularning birligi, izchilligini ta'minlash lozim. Chunki ularning birini o'zgarishi, tabiiy holda ikkinchisining o'zgarishiga olib keladi. Natijada pedagogik mahorat to'laqonli mazmunga ega bo'lmay, uni egallash qiyin bo'lib qolishi mumkin. Pedagogik mahorat-bu-tarbiyachining shunday shaxsiy (bolajonligi, xayrixohligi, insonparvarligi, mehribonligi, samimiyliligi, nazokati va h.k.) va kasbiy (bilimdonligi, zukkoligi, fidoyiligi, ijodkorligi, eruditsiyasi va h.k.) fazilatlarini belgilaydigan xususiyatki, u o'z o'quv fanini chuqur va atroflicha bilishida, pedagogik – psixologik va metodik

tayyorgarligida, yoshlarni o'qitish, tarbiyalash va rivojlantirishning optimal yo'llarini izlab topib, amaliy faoliyatga qo'llashida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, pedagog-tarbiyachi rahbar va xodimi insoniylik, mehnatsevarlik va fidoyilik kabi ma'naviy – axloqiy fazilatlarni o'zida tarkib toptirishi lozim.

KO'P AVLODLI OILADA TARBIYA JARAYONLARINING BOLADAGI SHAXSIY VA EMOTSIONAL SHAKLLANISHIGA TA'SIRI

*Ilminur Shukurova,
Andijon davlat pedagogika institute "Pedagogika va psixologiya"
kafedrasi o'qituvchisi.*

Oilaviy muhit inson shaxsiyati va emotsional rivojlanishining eng muhim manbai hisoblanadi. Ayniqsa, ko'p avlodli oilalarda bola bir vaqtning o'zida bir necha yoshdagi shaxslar – ota-ona, buvi, bobo, hamda boshqa qarindoshlar bilan doimiy muloqotda bo'ladi. Bunday o'ziga xos oilaviy struktura bola uchun tarbiyaviy ta'sirlarning murakkab tizimini yaratadi. Har bir avlod vakilining shaxsiy qarashlari, tarbiya uslublari va hissiy yondashuvlari bolaning ichki dunyosiga o'ziga xos iz qoldiradi.

Statistik ma'lumotlarga ko'ra, Pew Research Center aholini ro'yxatga olish ma'lumotlarida, AQSh aholisi 2021-yil mart oyida bir uyda bir necha avlodlar birga yashash holatlari soni 59,7 millionni tashkil etgan, bu ko'rsatkich 2019-yilda 58,4 million bo'lgan [9]. Kanadada esa ko'p avlodli oilalar 2011-yildan 2021-yil orasida 21,2% ga o'sgan [10]. Shuningdek, O'zbekiston davlat statistik qo'mitasining habar berishicha mamlakatimiz aholisining 39,5 foizi olti va undan ortiq a'zoga ega hisoblanadi [11]. Bundan tushunish mumkinki, bu ko'rsatkichlar dunyo bo'yicha ko'p avlodli oilalarning soni ortib borayotganini ko'rsatadi.

Bundan tashqari yana ko'plab mamlakatlarda Janubiy Afrika, Xitoy va Hindistonda ko'p avlodli shaklda istiqomat qilish an'ana shaklida ko'p yillardan buyon saqlanib kelgan. Demak, dunyo miqyosida ko'p avlodli oilalar yildan yilga ko'payib borayotgan ekan, bunday oilalarda tarbiyalanayotgan bolalarning hissiy shakllanishining ahamiyati tobora muhimdir. Zero, bunday oilada ko'p avlodli oilalar bolani axloqiy, madaniy, ijtimoiy va psixologik jihatdan shakllantirishda muhim tarbiyaviy muhit hisoblanadi.

Ko'p avlodli oilalarda tarbiya jarayonlarining boladagi psixik jarayonlarga ta'sirini o'rganishda dastlab Bowlbyning bog'lanish nazariyasiga to'xtalsak, unda ota-ona va bola o'rtasidagi bog'lanish jarayoni o'zaro ta'sirga asoslangan bo'lib, bolaning kelajakdagi emotsional barqarorligi va ijtimoiy hayotiga bevosita ta'sir ko'rsatishi alohida ta'kidlangan. Bunga ko'ra Bowlby: *"Ota-ona va bola munosabatlari o'zaro bog'liq bo'lib, bolaning rivojlanish jarayoniga bevosita ta'sir etadi"* [1; 299-b.], deb yozadi. Bu, albatta, ko'p avlodli oilalar sharoitida bola tarbiyasi jarayonida yanada murakkablashadi, chunki bola faqat ota-onasi bilan emas, balki bobo-buvilari va boshqa

katta avlod vakillari bilan ham o'zaro hissiy-emotsional munosabat o'rnatadi. Oilaviy tarbiya yondashuvlarining turli xil bo'lishi bolaning turli jarayonlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Shuningdek, Vigotskiy "yaqin rivojlanish zonasi" (ZPD) tushunchasini ilgari surib, bolaning mustaqil bajara olmaydigan vazifalarni kattalar yoki tajribali oila a'zolari yordamida muvaffaqiyatli o'zlashtirishini asoslab bergan [2]. Ya'ni, ko'p avlodli oilalar muhitida bobo va buvilar, ota-onalar hamda katta yoshli aka-opalar, bolalar uchun muhim o'rnak bo'lib xizmat qilishi mumkin. Demak, bundan kelib chiqadiki, bolalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida faqat biologik omillar emas, balki ular o'sayotgan oilaviy muhit va undagi ijtimoiy ta'sirlar ham hal qiluvchi rol o'ynaydi. Dekovic M., va Janssens, J.M. tomonidan olib borilgan tadqiqotda ham ota-onalarning tarbiya uslubining bolalarning ijtimoiy xulq-atvori va jamiyatdagi mavqei bilan bog'liqligi ilmiy jihatdan o'rganilgan [3]. S.E.Knappning fikriga ko'ra, oilada ochiq muloqot va tushunish muhitini shakllantirish bolaning ijtimoiy moslashuvi va emotsional barqarorligi uchun muhim ahamiyatga ega [6]. Dattilio va Jongsmaning fikricha, agar oilaviy munosabatlar uyg'un bo'lsa, bola ijtimoiy va emotsional rivojlanishda barqarorlikka erishadi; aks holda, oilaviy muhit bolaning kelajakdagi ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin [4]. Laura Markham ota-onaning tinch va mehrga asoslangan tarbiya usullari bolaning ruhiy holati va xulq-atvoriga qanday ta'sir qilishini tadqiqotlari mobaynida tahlil qilgan [5]. M.X.Muxamadaliyeva ham ota-ona va bola munosabatlari haqida alohida to'xtalib, ota-onaning bolaga turli munosabati turlicha xulqlarni keltirib chiqarishi haqida ma'lumot keltirgan [7]. Shuningdek, I.B.Shukurovaning keltirishicha, oiladagi barqaror va hissiy bog'langan munosabatlar bolalarning ruhiy holatiga ijobiy ta'sir qiladi va ularning jamiyatga moslashish jarayonini yengillashtiradi [8]. Yuqoridagilardan hulosi qilib aytish mumkinki, bola tarbiyasi ko'p qirrali, murakkab, lekin katta tarbiyaviy salohiyatga ega jarayondir. Bunda ko'p avlodli oila sharoitida o'sgan bolalarning shaxsiy va emotsional jihatdan rivojlanishi muhim va boy makonga ega muhitda o'sadi. Ya'ni bunday oilalarning ijobiy jihatlari sirasida madaniy merosning uzviyligi, emotsional himoya va ijtimoiy ko'nikmalarning boyligi — bolaning shaxsiy va emotsional shakllanishi uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, oila a'zolari o'rtasidagi rollar va chegaralarning aniqligi, tarbiyaviy yondashuvlarning muvofiqlashtirilganligi bolaning barqaror rivoji uchun zaruriy shart hisoblanadi. Psixologik yondashuvlar va zamonaviy oilaviy tahlillar ko'p avlodli oilalarning tarbiyaviy kuchini ilmiy asosda baholash va takomillashtirish uchun asos yaratadi.

Biroq ba'zan buni salbiy jihatlari ham ko'zga tashlanadi, ya'ni tarbiya jarayonida ko'plab avlod vakillarining haddan tashqari aralashuvi har doim ham ijobiy natija bermasligi mumkin. Ayniqsa, qarama-qarshi tarbiyaviy yondashuvlar masalan, buvilarning "erk beruvchi", ota-onaning esa "nazorat qiluvchi" pozitsiyasi – bolada ichki ziddiyat, xavotir va ishonchsizlikni keltirib chiqarishi mumkin.

Ya'ni, ko'p avlodli oilalarda bola bir nechta yetuk shaxslarning hayotiy tajribasi, urf-odatlar, qadriyatlar, til va madaniyat orqali boyitiladi. Ayniqsa, buvilar va bobolar tomonidan beriladigan mehr-muhabbat, sabr-toqat va o'ziga xos tarbiyaviy uslublar bola uchun psixologik barqarorlikni ta'minlaydi. Bu sharoitda bola ijtimoiy rollarni erta o'rganadi, ierarxiya, hurmat, kattaga itoat va mas'uliyat kabi qadriyatlarni singdiradi.

Bundan tashqari, ota-onaning ish bilan bandligi sharoitida, bola ko'pincha buva yoki buvi bilan ko'proq vaqt o'tkazadi, bu esa ularning hissiy bog'lanishini kuchaytiradi. Ba'zi tadqiqotlar, ayniqsa O'zbekiston va boshqa Markaziy Osiyo mamlakatlarida, buvilar tomonidan olib borilayotgan tarbiya bolaning axloqiy orientatsiyasini belgilashda kuchli omil bo'lishini ko'rsatadi.

Biroq, ko'p avlodli oilada tarbiya har doim ham ijobiy kechmasligi mumkin. Qarama-qarshi tarbiyaviy yondashuvlar – masalan, buvilarning “erk beruvchi”, ota-onaning esa “nazorat qiluvchi” roli bolada ichki ziddiyatlar, noaniqlik va xavotir uyg'otishi mumkin. Bundan tashqari, oiladagi shaxslararo munosabatlarda yuzaga keluvchi nizolar bolaning ota-onaga nisbatan ishonchini yo'qotishiga olib keladi.

Bunday muhitda bola haddan tashqari ko'p emotsional talablar va munosabatlar to'rida o'z o'rnini aniqlay olmay, introversiya, ishonchsizlik, ijtimoiy moslashuv muammolariga duch kelishi mumkin. Shuningdek, patriarxal modelda ulg'aygan bola jinsiy rollar va avtoritetga bo'ysunish bilan bog'liq ichki psixologik bosimni his qilishi ehtimoli bor. Bunda nafaqat ota-ona, balki bobo-buvi, amakilar, xolalar kabi boshqa qarindoshlar ham bola tarbiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu ko'p ovozli, ko'p qirrali tarbiya jarayoni bolaning shaxsiy identiteti, ijtimoiy ko'nikmalari va emotsional barqarorligining shakllanishida muhim omil bo'ladi. Shu bilan birga, qarama-qarshi tarbiyaviy yondashuvlar ba'zan ichki ziddiyat va xavotirni keltirib chiqarishi mumkin. Oilaviy birdamlik va aniq chegaralar bolaning barqaror psixologik rivoji uchun zarurdir. Ijobiy muloqot va uyg'un munosabatlar esa ijtimoiy moslashuvni osonlashtiradi. Ko'p avlodli oilalarning tarbiyaviy salohiyatini ilmiy asosda baholash ularni yanada samarali qilishga yordam beradi. Shu bois, tarbiya uslublarini muvofiqlashtirish dolzarb masala hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bowlby, J. *Attachment and loss*: 1969. Vol. 1. *Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books. P.180-299.
2. Vygotsky, L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Mental Processes*. 1978. Harvard University Press. P.86-87.
3. Dekovic, M., va Janssens, J. M “Parents' Child-Rearing Style and Child's Sociometric Status” 1992 year.
4. Dattilio, F. M., Jongsma, A. E., Davis, S. D. *The family therapy treatment planner* (2nd ed.). 2010. John Wiley, Sons.

5. Markham, L. *Peaceful parent, happy kids: How to stop yelling and start connecting*. 2012. Perigee Books.
6. Knapp, S. E. *Parenting skills homework planner*. 2005. John Wiley & Sons. P.102-104.
7. M.X.Muxamadaliyeva., Z.M.Zarifova. A.A.Artikbayeva “Oila va ijtimoiy pedagogika” (o‘quv qo‘llanma) Toshkent-2022.
8. I.B.Shukurova (2025) “Ko‘p avlodli oilalarning ijtimoiy-psixologik jihatlari: zamonaviy xorijiy tadqiqotlar tahlili” O‘ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI XABARLARI, 2025, [1/3/1] ISSN 2181-7324. B.234-236.
9. <https://www.pewresearch.org/social-trends/2022/03/24/the-demographics-of-multigenerational-households/>
10. <https://vanierinstitute.ca/families-count-2024/multigenerational-households-are-one-of-the-fastest-growing-household-types/>
11. <https://stat.uz/uz/matbuot-markazi/qo-mita-yangiliklar/59106-oila-a-zolari-soni-6-va-undan-ko-p-kishilardan-iborat-uy-xo-jaliklari-ulushi>

BOSHQARUVDA FAOLIYAT MOTIVLARINING NAMOYON BO‘LISHI

*Sirojiddinov Alisher Xosilbekovich
Andijon viloyati hokimligi investitsiyalar,
sanoat va savdo boshqarmasi bosh mutaxassis*

Boshqaruv tushunchasi tor m a’noda biror-bir tashkilot maqsadini aniqlash va unga erishish uchun zarur bolgan rejalashtirish, tashkil etish va nazorat jarayonlarining foyda keltirishi, samara berishi, faoliyat yo‘nalishini to‘g‘ri tan lay bilish, qarorlar qabul qila olishga ham da uning boshqarilishini nazorat qilishga va bu jarayonning borishiga bog‘liq b o ‘ladi. Boshqaruv nafaqat korxona doirasida, qolaversa, butun bir jam iyat, davlatni o ‘z tanlagan yo‘li maqsad va intilishlariga yetaklovchi, iqtisodiyotni kuchli, barqaror ishlovchi mexanizmga aylantirishda muhim ta ‘sir etuvchi kuch hisoblanadi. Boshqaruvni jam iyatning iqtisodiy negizi bilan bog‘lab, shu bilan birga boshqaruvning ikki tashkiliy-texnikaviy va ijtim oiy-iqtisodiy tom onlarini hisobga olgan holda o ‘rganish lozim. Tashkiliy-texnikaviy boshqaruv aniq iste’mol qiymatini olish uchun m ahsulot tayyorlashda m ehnat taqsim oti va kooperatsiyasi bilan ajralib turadi. Ijtimoiy-iqtisodiy boshqaruv mavjud ishlab chiqarish m unosab atlari bilan bog 'liq bo‘lib, boshqaruv maqsad larin i belgilaydi. Tashkiliy-texnikaviy boshqaruv m ehnat unumdorligi va ishlab chiqarish sam aradorligining oshishi uchun sharoit yaratishga imkon beruvchi faoliyat turidan iboratdir. Ijtimoiy-iqtisodiy boshqaruvning maqsadi ishlovchilar sam arali m ehnat qilishi uchun sharoit yaratish, ulam i ijtimoiy himoya qilishning ishonchli umumdavlat tizimini shakllantirish, bandlikni ta ‘m inlash va aholining kam ta ‘m inlangan qatlam larini qo'llab-quw atlashdan iboratdir.

Boshqaruvning mohiyati ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlar darajasi, ishlab chiqarish kuchlarining rivojlanishi va iqtisodiy aloqalarning murakkablashuvi bilan kengayib boradi. Boshqaruv ishlab chiqarish jarayonida ishlab chiqarish vositalariga mulkchilikning turli shakllari mavjud bo'lgan sharoitda ishlab chiqaruvchilar o'rtasida raqobatni shakllantirish, foydani maksimal lashtirishga qaratilgan bo'lsa, u bu tunda bir iqtisodiy tizim da ishlab chiqarish evaziga jam iyyat ehtiyojini qondira oladigan bozor infratuzilmaelementlari va ularning o'zaro aloqasini ta'minlovchi mexanizmining barqaror ishlashiga, har bir fuqaro, guruh, uyushma, tashkilot va muassasalar manfaatlarini e'tiborga olgan holda ularning jahon sahnasida o'z o'rniga ega bo'lishiga qaratilgan bo'ladi.

Boshqaruv – bu insonlar bilan ishlash demakdir. Samarali boshqaruvchi bo'lish uchun xodimlarni nima harakatlantirayotganini, ya'ni ularning faoliyat motivlarini tushunish juda muhim. Motivlar insonning o'z oldiga qo'yilgan maqsadga erishish yo'lidagi ichki turtkilaridir. Bu mavzuni kengaytirib, boshqaruvda motivlarning qanday namoyon bo'lishi va ulardan qanday foydalanish mumkinligini ko'rib chiqamiz.

Motivlarning asosiy turlari. Insonlar turli xil sabablarga ko'ra ishlaydilar. ularni ikki asosiy guruhga ajratish mumkin:

➤ Ichki motivlar: Bular insonning o'z ishidan, uning mazmunidan oladigan qoniqishi bilan bog'liq. Masalan, yangi narsalar o'rganish istagi, ijodiy jarayondan zavqlanish, mas'uliyat hissi, mustaqil qaror qabul qilish imkoniyati. Ichki motivlar xodimning o'z-o'zini rivojlantirishi va ishiga bo'lgan qiziqishini oshiradi.

➤ Tashqi motivlar: Bular ishni bajarish uchun beriladigan mukofotlar bilan bog'liq. Masalan, yuqori maosh, mukofotlar, martaba pog'onasidan ko'tarilish, yaxshi ish sharoitlari, ijtimoiy e'tirof va maqtov. Tashqi motivlar xodimning samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Boshqaruvda motivlarning namoyon bo'lishi. Boshqaruvchi xodimlarning turli motivlari borligini hisobga olishi va ularni aniqlay olishi kerak. Bu quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi: Har bir xodimning individual ehtiyojlari: Bir xodim uchun yuqori maosh asosiy motiv bo'lsa, boshqasi uchun ish-hayot muvozanati yoki jamoadagi yaxshi muhit muhimroq bo'lishi mumkin. Samarali boshqaruvchi har bir xodim bilan yakka tartibda ishlab, uning haqiqiy ehtiyojlarini aniqlay oladi. Agar xodimni o'z ehtiyojlari haqida boshqaruvchi tanish bo'lsa, demakki u korxona yuqori samaradorlikka erishadi.

Xodimning xatti-harakatlaridagi o'zgarishlar. Motivatsiya darajasi pasayganda, xodimning ishga munosabatida o'zgarishlar kuzatiladi. Masalan, ishga kechikishlar, topshiriqlarni bajarishda sustkashlik, g'oyalar taklif qilmaslik yoki jamoaviy ishlardan chetda qolish kabi belgilar ko'zga tashlanadi. Bu esa o'z navbatida ish samaradorligini tushib ketishiga sabab bo'ladi. Jamoadagi muhit: Agar jamoada motivatsiya darajasi yuqori bo'lsa, bu ijobiy va konstruktiv muhitda namoyon bo'ladi. Xodimlar bir-birini qo'llab-quvvatlaydi, ochiq muloqotda bo'ladi, birgalikda muammolarni hal qilishga

intiladi. Aksincha, motivatsiya past bo'lsa, bu salbiy muhit, g'oyib bo'lishlar, o'zaro nizolar va past samaradorlik bilan namoyon bo'ladi. Boshqaruvchining motivlar bilan ishlashdagi roli. Boshqaruvchining asosiy vazifasi – xodimlarning motivlarini aniqlash va ularni qo'llab-quvvatlaydigan muhit yaratish. Bu quyidagi usullar bilan amalga oshiriladi:

➤ Maqsadlarni aniq belgilash: Bu jarayonda xodimlarga o'z ishlarining umumiy tashkilot maqsadlariga qanday hissa qo'shishini tushuntirish. Bu ularga o'z ishining ahamiyatini his qilishga yordam beradi.

➤ Mustaqillik berish: Ijodiy va mustaqil qarorlar qabul qilish uchun imkoniyat yaratish. Bu ichki motivlarni oshiradi.

➤ Mukofotlash tizimini optimallashtirish: Maosh va bonuslardan tashqari, xodimlarni nomoddiy rag'batlantirish, masalan, minnatdorchilik bildirish, omma oldida maqtash, qo'shimcha dam olish kunlari berish.

Fikr almashish madaniyatini shakllantirish: Xodimlarga doimiy ravishda ularning ishi haqida konstruktiv fikr-mulohazalar berish. Bu ularga o'z kuchli va zaif tomonlarini anglashga yordam beradi va rivojlanishga undaydi. O'qitish va rivojlanish imkoniyatlarini yaratish: Xodimlarga yangi ko'nikmalar o'rganish va o'z malakasini oshirish uchun treninglar va kurslar taklif qilish. Bu ularning kasbiy o'sishga bo'lgan istagini qondiradi.

Xulosa qilib aytganda, boshqaruvda faoliyat motivlarining namoyon bo'lishi, xodimlarning xatti-harakatlari, jamoadagi muhit va ish samaradorligi orqali yaqqol ko'rinadi. Zamonaviy boshqaruvchi uchun bu belgilarni to'g'ri talqin qilish va xodimlarning ichki va tashqi motivlarini samarali rag'batlantirish strategiyalarini ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega. Bu, o'z navbatida, xodimlarning sodiqligini, ishdan qoniqishini va tashkilotning umumiy muvaffaqiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.Mirziyovning 2021 yil 22 fevraldagi BMT Inson huquqlari bo'yicha sammitining 46-sessiyasida so'zlagan nutqi //https://president.uz

2. Bern SH. Gendernaya psixologiya. M.: Praym-Evroznak, 2004. — 320

3. Turaev, SH. A. Mehnat shartlarini o'zgartirish tushunchasi va mehnat shartnomasini o'zgartirishning asosiy qoidalari / 2020. b. 316-319.

4. Maxatova, N. I. Boshqaruv uslublarida gender tafovutlar. 2021. B 33

XOTIN-QIZLAR MEHNAT SAMARADORLIGINI TAKOMILLSHTIRISH MUAMMOSI

*X.F.Sirojiddinova,
Andijon davlat pedagogika instituti
“Pedagogika psixologiya” kafedrasi dotsenti*

Mamlakatimiz mustaqil rivojlanish yillari davomida ayollarning huquqlari va ularning qonuniy manfaatlarini himoya qilish bo'yicha katta muvaffaqiyatlarni qo'lga kiritdi. O'z-o'zidan ayonki, respublikamizning ijtimoiy-siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy hayotida xotin-qizlarning faol ishtirok etishini ta'minlash sohasidagi salmoqli muvaffaqiyatlarining ahamiyati ham salmoqlidir. Umuman, O'zbekistonda xotin-qizlarning jamiyatdagi o'rni va mavqeini mustahkamlash borasida davlat ahamiyatiga molik salmoqli ishlar amalga oshirib kelinmoqda. Zero, jamiyat rivojini xotin-qizlarsiz, ularning ishtirokisiz tasavvur etib bo'lmaydi. Shu bois ayollarning oilada ham, davlat va jamoat ishlarida ham emin-erkin faoliyat yuritishlari, ularning huquq va manfaatlarini ro'yobga chiqarish yo'lida mamlakatimiz miqyosida qator choratadbirlar ishlab chiqilib, hayotga joriy etilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti va Vazirlar Mahkamasining qator farmon va qarorlari, jumladan, Davlat va jamiyat qurilishida ayollarning rolini oshirish to'g'risida, Ona va bola salomatligini muhofaza qilish, sog'lom avlodni shakllantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida va boshqa ko'plab hujjatlar bor. Har yili muayyan yo'nalishda qabul qilinayotgan maxsus davlat dasturlarining hayotga tatbiq etilishi doirasidagi rejali ishlar ma'lum darajada ayollarimizning hayot sharoiti va sifatini yaxshilashga ham aloqadordir. Bundan tashqari, O'zbekiston BMT va Xalqaro Mehnat tashkilotining qator konventsiyalarini Markaziy Osiyoda birinchilardan bo'lib ratifikatsiya qilgan. Ular orasida Xotin-qizlar huquqlari kamsitilishining barcha shakllariga barham berish to'g'risida, Onalikni himoya qilish to'g'risida, Mehnat va ish turlari sohasida kamsitishlar to'g'risidagi va boshqa hujjatlar mavjud.

O'zbekistonning mustaqillik yillarida xotin qizlarga e'tibor davlat siyosati darajasiga ko'tarildi. Oila kodeksida turmushda, oilaviy munosabatlarda ayollarning erkaklar bilan teng huquqli ekani, oila davlat tomonidan muhofaza etilishi o'z aksini topgan. Shu vaqtga qadar ayollar huquqi himoyalangan ko'plab qonun xujjatlari qabul qilindi. Ayniqsa, xotinqizlarimizni ish bilan ta'minlash, tabdirkorlik qilishlariga erkinlik berish, rag'batlantirish borasida sezilarli ishlarni kuzatish mumkin.

Bugungi kunda jamiyatning barqaror ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishida xotin-qizlarning faol ishtirokini ta'minlash, ularning mehnat samaradorligini oshirish va kasbiy salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Xotin-qizlar mehnat bozorida o'z o'rniga ega bo'lib, turli sohalarda faoliyat yuritmoqdalar. Ammo ularning mehnat samaradorligini oshirishga qaratilgan tadqiqotlar hali ham yetarli darajada emas. SHu bois, ushbu masalani ilmiy asosda o'rganish va amaliyotga tatbiq etish zarurati ortib bormoqda.

Mehnat samaradorligini oshirish nafaqat iqtisodiy samaraga, balki xotin-qizlarning ijtimoiy mavqeini mustahkamlash, ularning shaxsiy rivojlanishi va turmush darajasini yaxshilashga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Jahon tajribasi shuni ko'rsatadiki, xotin-qizlarning mehnat faolligiga ta'sir etuvchi omillarni chuqur o'rganish va ularni rag'batlantirish mexanizmlarini joriy etish orqali umumiy mehnat unumdorligini

sezilarli darajada oshirish mumkin. SHu nuqtai nazardan, xotin-qizlar mehnati samaradorligini takomillashtirish muammosi zamonaviy iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy jarayonlar bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, uni ilmiy asosda tahlil qilish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Hozirgi globallashuv va raqobatbardosh iqtisodiyot sharoitida mamlakatlar taraqqiyotining asosiy ko‘rsatkichlaridan biri — bu inson kapitali va mehnat resurslaridan samarali foydalanish hisoblanadi. Bu borada, ayniqsa, ayollarning iqtisodiy faolligini oshirish, ularning mehnat bozorida to‘laqonli ishtirokini ta‘minlash dolzarb vazifalardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. O‘zbekistonda ham so‘nggi yillarda xotin-qizlarni qo‘llab-quvvatlash, ular uchun munosib mehnat sharoitlarini yaratish, kasbiy malakasini oshirish, ish bilan bandligini ta‘minlash bo‘yicha keng ko‘lamli islohotlar amalga oshirilmoqda.

SHu bilan birga, amaliyot shundan dalolat bermoqdaki, xotin-qizlarning mehnat samaradorligini oshirishga to‘sqinlik qilayotgan bir qator muammolar ham mavjud. Jumladan, mehnatga oid teng imkoniyatlarning to‘liq ta‘minlanmagani, ish joylarida gender stereotiplarining saqlanib qolgani, xotin-qizlarning ta‘lim va kasbga yo‘naltirishdagi muammolar, ular uchun moddiy va ma‘naviy rag‘batlantirish mexanizmlarining samarasizligi — bunday muammolarni ilmiy asosda tahlil qilish va yechimlar ishlab chiqish zaruratini yuzaga keltiradi.

Xotin-qizlarning mehnat faoliyatini takomillashtirish masalasi faqat iqtisodiy samaradorlik nuqtai nazaridan emas, balki keng ma‘noda ijtimoiy barqarorlik, gender tenglik, inson huquqlari, oilalar farovonligi va jamiyat taraqqiyotiga ta‘sir qiluvchi muhim omillardan biri sifatida ko‘rilishi lozim. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatmoqdaki, ayollarning mehnatga jalb etilishi, ularning bilim va malakasiga munosib shart-sharoit yaratilishi, mehnatdagi faolligi to‘g‘ridan-to‘g‘ri yalpi ichki mahsulot o‘shishiga, innovatsion rivojlanishga va kambag‘allik darajasini pasaytirishga xizmat qiladi.

Shu nuqtai nazardan, xotin-qizlar mehnat samaradorligini takomillashtirish masalasini ilmiy tadqiq etish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyat kasb etadi. Buning uchun aniq metodologik yondashuvlar, mehnat samaradorligiga ta‘sir etuvchi ichki va tashqi omillarni chuqur o‘rganish, zamonaviy boshqaruv va rag‘batlantirish vositalaridan foydalanish talab etiladi. Ilmiy asoslangan tahlillar asosida bu sohadagi mavjud muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etish bo‘yicha aniq tavsiyalar ishlab chiqish mumkin bo‘ladi.

Shu tariqa, xotin-qizlar mehnat samaradorligini oshirish masalasi nafaqat iqtisodiy sohalarni, balki ta‘lim, sog‘liqni saqlash, ijtimoiy muhofaza va boshqa muhim sohalarni qamrab oladigan keng qamrovli tadqiqot ob‘ektlaridan biri hisoblanadi. Ushbu masalani chuqur o‘rganish, ilmiy-nazariy va amaliy tahlillar asosida tavsiyalar ishlab chiqish — mamlakatimizda xotin-qizlarning ijtimoiy-iqtisodiy faolligini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Mamlakat iqtisodiyotini yangi bosqichga olib chiqishda, aholi bandligini ta'minlashda va ijtimoiy adolat mezonlarini hayotga tatbiq etishda xotin-qizlarning faol ishtirokini ta'minlash strategik ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, iqtisodiy o'sishni ta'minlashda mehnat resurslaridan oqilona foydalanish hamda mehnat samaradorligini oshirish masalalari dolzarb bo'lib bormoqda. Xotin-qizlarning iqtisodiy hayotdagi ishtiroki nafaqat ularning shaxsiy salohiyatini ro'yobga chiqaradi, balki jamiyatning umumiy barqaror rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Mehnat samaradorligi tushunchasi ko'p omilli kategoriya bo'lib, u xodimning ishlab chiqarishdagi unumdorligi, vaqtini maqsadli tashkil etishi, kasbiy malakasi, rag'batlantirish usullari, ish muhiti, shuningdek, mehnat sharoitlari bilan uzviy bog'liq. Xotin-qizlar mehnatiga xos bo'lgan jihat shundaki, ular ko'pincha ikkilamchi mehnat yuki — ya'ni ish joyidagi vazifalar bilan bir qatorda uy-ro'zg'or ishlari, bola parvarishi, qarindoshlarga qarash kabi faoliyat bilan ham shug'ullanadi. Bu esa ularning mehnat samaradorligiga bevosita va bilvosita ta'sir qiladigan omillarni aniqlash, baholash va ularni bartaraf etish mexanizmlarini yaratish zarurligini ko'rsatadi.

Hozirgi kunda dunyo miqyosida iqtisodiy barqarorlik va raqobatbardoshlikka erishish uchun mehnat resurslaridan foydalanishda gender tengligi muhim mezon sifatida qarala boshlandi. Xalqaro tashkilotlar, jumladan, Jahon banki, Xalqaro mehnat tashkiloti, BMT va boshqalar ayollar mehnatini qo'llab-quvvatlashga doir ko'plab dasturlarni amalga oshirmoqda. Ular tadqiqotlarida qayd etilganidek, xotin-qizlar mehnati samaradorligini oshirish uchun, eng avvalo, ularga teng huquq va imkoniyatlar yaratish, kasbiy rivojlanishda qo'llab-quvvatlash, oila va mehnat vazifalari o'rtasidagi muvozanatni saqlashga ko'maklashish lozim.

O'zbekistonda ham xotin-qizlarning ijtimoiy-iqtisodiy faolligini oshirishga qaratilgan normativ-huquqiy baza shakllantirilgan. Jumladan, "Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq va imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida"gi Qonun, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan qarori va farmonlari bu boradagi siyosatning mustahkam asoslarini belgilab berdi. Biroq bu normativ hujjatlarning amaldagi ijrosi, hududiy va sohaviy xususiyatlarini inobatga olgan holda tahlil qilish, hamda xotin-qizlar mehnat samaradorligiga ta'sir qiluvchi omillarni aniqlash hamda ularga mos bo'lgan aniq ilmiy asoslangan yechimlarni taklif etish zarurati mavjud.

Shuningdek, mehnat samaradorligiga ta'sir etuvchi omillar qatorida ta'lim darajasi, kasbiy tayyorgarlik, ish muhiti, rahbariyatning munosabati, ijtimoiy himoya tizimi, oilaviy yuklamalar va jamoaviy qo'llab-quvvatlash kabi ko'plab psixologik, ijtimoiy va iqtisodiy faktorlar mavjud. Bu omillarni to'liq o'rganmasdan turib, xotin-qizlar mehnat samaradorligini tubdan oshirish choralari belgilab bo'lmaydi. Ayniqsa, iqtisodiy tahlillar va sotsiologik tadqiqotlar ushbu muammoning miqyosi, ko'lami va mohiyatini aniqlashda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi.

Shunday qilib, xotin-qizlar mehnat samaradorligini takomillashtirish masalasini ilmiy tadqiq etish:

- mavjud muammolarni tizimlashtirish va ularning sabab-oqibat aloqalarini aniqlash;
 - samaradorlikni oshirishga qaratilgan milliy va xalqaro tajribalarni tahlil qilish;
 - tizimli yechimlarni ilmiy asosda ishlab chiqish;
 - siyosiy, ijtimoiy va iqtisodiy dasturlar uchun ilmiy tavsiyalar berish;
- kabi vazifalarni amalga oshirishda katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Xotin-qizlarning mehnat faolligi va undagi samaradorligi turli xil ichki va tashqi omillar ta'sirida shakllanadi. Bu omillar iqtisodiy, ijtimoiy, huquqiy, tashkilotchilik, ma'naviy-psixologik va madaniy xususiyatga ega bo'lib, ular bir-biri bilan chambarchas bog'liq holda faoliyat yuritadi. Xotin-qizlar mehnati samaradorligiga ta'sir etuvchi asosiy omillarni aniqlash va tahlil qilish, ularni tizimli ravishda tasniflash mehnat unumdorligini oshirish bo'yicha samarali chora-tadbirlarni ishlab chiqishda muhim ahamiyatga egadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Абдурахмонов К. Mehnat iqtisodiyoti: Nazariya va amaliyot / Darslik. T.: O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi "Fan" nashriyoti davlat korxonasi, T.: 2019. –420-b.
2. Давлетшин М.Г., Захарина М.С. Профессиональная ориентация учащихся: реформа в действии / учебное пособие. – Ташкент, 1986- С.108-109.
3. G'oziyev E.G. Umumiy psixologiya. Darslik. –Toshkent: "Universitet", 2008. –235-b.
4. Karimova V.M. Psixologiya. –Toshkent: "Akademiya", 2002. –207-b.
5. Umarov.B.M., Shoyimova Sh.S. Kasbiy psixologiya. Darslik. O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi-T.: LESSON PRESS.2018. –120-b.

DEVIANT XULQ-ATVOR SHAKLLANISHIDA OILAVIY MUNOSABATLARNING TA'SIRI

Sobirova Iroda Obidjon qizi
Toshkent Kimyo Xalqaro Unversteti Namangan filali "Ijtimoiy Psixalogiya
"yo'nalishi 2- kurs magistranti

Ma'lumki, har bir jamiyat o'zining qat'iy belgilangan ijtimoiy xulq-atvor dasturlari tizimiga va jamoatchilik fikri, odatlar, axloqiy tamoyillar, an'analar kuchiga tayanuvchi xulq-atvor qoidalariga ega. Qabul qilingan me'yorlar xulq-atvorning tarixan shakllangan qoidalari sifatida talqin qilinadi, shu bilan birga u baholovchi vazifaga ham ega. Unga muvofiq ravishda har qanday harakat «to'g'ri» yoki «noto'g'ri» «yaxshi»

yoki «yomon» deb tavsiflanadi. Bunday tushunishda me`yorning tabiiy bo`g`lanishi, ya`ni unga aloqador tushuncha «buzilish» atamasi bo`lib hisoblanadi. Odatda «buzilish» atamasi har qanday «kasal» va «kasallik» xususida mulohaza yuritilganda ham ishlatiladi. Chunki buzilish aniq termin bo`lmasdan, balki bu tushuncha orqali xulq-atvor yoki uning ko`rinishlari bilan bog`liq belgilar tushuniladi. Insonning xulq-atvori o`zgaruvchan va rang-barang bo`lib, uning individual xususiyatlari, o`ziga xos «uslublari» ning mavjudligi hammaga ayon. Biroq bu xulq-atvorning xilma-xilligi uning cheksiz degani emas, zero insonlarning o`zaro muloqoti, o`zaro munosabati, ularni turli ijtimoiy guruhlarga birikuvi, yashashi uchun iliq psixologik muhitning saqlanishi zaruratdir. “Har bir shaxs o`z yosh davriga xos muayyan ijtimoiy munosabatlar egasi hamda unga jamiyat tomonidan ko`rsatiladigan ko`plab iqtisodiy, siyosiy, huquqiy, axloqiy ta`sirlarning obyekti hisoblanadi”. Shaxsning xarakteri, temperamenti, qobiliyati ruhiy jarayonlarni boshdan kechirganda, mehnat faoliyatida, turmushda o`zini namoyon etadi. Demak, psixik jarayonlar, psixik holatlar va psixik xususiyatlarning o`rtasidagi o`zaro bog`liqlik hamda aloqadorlik shaxsning psixologik tuzilishini tashkil etadi.

Deviant xulqli farzandi bor oila a`zolarinig o`zaro munosabatlarida rad etilganlik va befarqlik kabilar ko`proq ko`zga tashlanadi. Tadqiqotlarining ko`rsatishicha, ota-ona orasidagi doimiy nizolar, urush-janjallar, o`zaro xusumat, shuningdek, mustahkam bo`lmagan nikoh deviant xulqida yoshligidanoq o`z asoratlarini ko`rsatadi. Bunday ota-onalar o`z farzandlarining ijtimoiy tarbiyasiga, ularga nisbatan kam e`tibor beradilar. Ayni vaqtda farzandlar tomonidan ham shunday munosabat kuzatiladi. Ushbu holatlar sof psixologik nuqtai nazaridan etibor berilsa xar qanday xuquqbuzarlik, xar qanday jinoiy faoliyatning alohida turi sifatida talqin qilinadi. Bunda inson ijtimoiy faolligini belgilovchi va o`ziga hos qonunbuzarlik shaklida ifodalonuvchi uning psixik holati, shaxsning motivatsion jabxasi, individual psixologik sifatleri, psixologik hususiyatlari, sub`yektning ijtimoiy qadriyatlarga munosabatlarida o`z ifodasini topadi. voyaga yetmaganlar xos deviant xulq-atvor va ularni ijtimoiy moslasha olmaslik (dezadaptatsiya) muammosi kuchayib borish xususiyatiga ega ekanligi bois ham juda dolzarbdir. Bunday o`smirlarning umum qabul qilingan ijtimoiy va ma`naviy-axloqiy me`yorlarni tan olmasligi, ta`lim-tarbiya bilan shug`ullanuvchi oila, maktab, mahalla va boshqa ijtimoiy institutlar oldiga muhim vazifalarni yuklaydi. Xulq-atvorida buzilishlari bo`lgan o`smirlarning psixik rivojlanishida ham o`zgarishlar ro`y berishi sir emas. Shu bois ularning xulq-atvorida buzilishni keltirib chiqaruvchi sabablarni tadqiq qilish, oilaning farzand tarbiyasidagi o`rnini o`rganish alohida yondashuvni talab etadi.

N.Komilovani “Xulqi og`ishgan bolalar psixologiyasi” nomli o`quv qo`llanmasida bolalarning og`ishgan xulqi psixologiyasining dolzarb masalalari: ushbu ko`rinishning fenomenologiyasi, turlarning tasnifi, determinasiya va ishlash mexanizimlari, ijtimoiy-psixologik prevensiya va intervensiyaning usullari ko`rib chiqilgan.

Jamiyatimiz taraqqiyoti munosabati bilan oila, uning barcha hayotiy bosqichlari jiddiy o'zgarishlarga uchramoqda. Millatning tarixiy, milliy va regional xususiyatlarini hisobga olgan holda o'zbek oilalari taraqqiyotini umumiy va xususiy taraqqiyotlar asosida oilaviy tarbiyani maqsadga muvofiq yaxshilash lozim.

Oila jamiyatning asosiy instituti hisoblanib, u tarbiyaning boshlang'ich o'chog'i sifatida shaxsning shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Oilaning tarbiyaviy ahamiyatiga molik vazifasini ta'minlanishida undagi ijtimoiy psixologik muhit, shaxslararo munosabatlar belgilaydi. Agar rollar, o'rinlar va o'zaro hamjihatlik inqirozga yuz tutgan holatlarda oiladagi psixologik muhitni tasavvur qilishni o'zi murakkabdir. Oilada shaxslararo munosabatlarning o'ziga xos tomonlari uning barqarorligini ta'minlashga va unda unib o'sayotgan bolalarning xar tamonlama yetuk inson bo'lishiga xizmat qiladi.

Oilaviy nizolarning bolaga salbiy ta'siridan qanday qochish kerak? Ushbu masala ota-onalarning xatti-harakatlarini ko'rib chiqish, janjallarning sababini aniqlash va undan xalos bo'lishni o'z ichiga oladi. Buni o'zlari va ularning munosabatlari ustida ishlashni xohlaydigan, shuningdek, farzandining oilada noqulay sharoitda yashashini istamaydigan ota-onalar tomonidan ko'proq qo'llaniladi. Bunday maqsadni qo'ygan holda, ota-onalar bolani yuqorida tavsiflangan barcha muammolar va tashvishlardan xalos qilishlari va shu bilan birga oilani va ularning o'zaro munosabatlarini mustahkamlashlari mumkin. Agar nizo muqarrar bo'lsa, unda ota-onalar vaziyat bolaning ishtirokisiz tartibga solishga harakat qilishlari kerak. Har qanday sharoitda bir-biringizga tanqid va ayblovlar bilan hujum qilmaslik darkor.

Bunday holda, ziddiyat faqat o'sadi. Bir-birlariga tahdid qilish - bu umuman nizolar uchun tabu. Shuni unutmangki, bolalar ishonuvchandir va ular sizning barcha so'zlaringizni chinakam haqiqat deb qabul qilishadi va ularning hayollari sizning tahdidlaringizni dahshatli nisbatlarga bo'yashga qodir, bu esa kichkina odam uchun stressni keltirib chiqaradi. Bola bilan bir-biringizga tahdid qilish, yoki bolaga tahdid qilish uning mo'rt psixikasini buzishdir. Agar oilada ota-onalik mahorati yuksak, vazifasi to'liq bajarilsa, unda oilada nizolar bo'lmaydi va albatta, ularning bolaga ham salbiy oqibatlarini oldi olinadi.

OAVda, ta'lim muassasalarida yoshlarni ibratli xulqqa chorlaydigan ma'naviy-ma'rifiy tadbirlarni ko'paytirish, ularda axborot iste'moli madaniyatini shakllantirish orqali yot g'oyalarning ta'siriga berilib ketmaslik choralari ko'rish lozim. Bunda ijtimoiy nazorat mexanizmini, shuningdek, shaxsning emotsional-irodaviy sohalarini rivojlantiruvchi, ularni mantiqiy fikrlashga undaydigan darsda qo'llaniluvchi samarali o'quv-metodlaridan foydalanish lozim.

Yoshlar orasida, shuningdek, xulqi og'ishgan shaxslar, tarbiyasi qiyin o'smirlar bilan ishlashda ijtimoiy-psixologik treninglarni ko'proq o'tkazish, ularda xarakter xislatlari va jamoa bilan ishlash ko'nikmalarini shakllantirish orqali xulq og'ishini oldini olish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

4. Abduvakilovna, K. U., & Xusanovna, R. X. (2022). O'smirlarda deviant xulq-atvor shakllanishiga oilaviy nizolarning ta'siri. *Journal of new century innovations*, 19(2), 91-94.
5. Abduvakilovna, K. U., & Baxriddin o'g'li, X. J. (2022). O'smirlarda salbiy xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari. *Journal of new century innovations*, 19(2), 87-90.
6. Abduvakilovna, K. U. (2022). Oliy o'quv yurti talabalarida kasbiy va axloqiy sifatleri shakllanishining pedagogikpsixologik tajriba ishlari natijalari. *journal of new century innovations*, 19(2), 95-98.
7. Karakulova, U., Rashidova, G., & Raxmatullayeva, M. (2023). Deviant xulq-atvor rivojlanishida oilaviy munosabatlarning ta'siri. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 3(1).

**KADRLAR TANLASH TEXNOLOGIYASIDA VIZUAL
PSIXODIAGNOSTIKANING AHAMIYATI**

*Soliyev Farxodjon Sodiqovich
Farg'ona davlat universiteti, psixologiya fanlari
bo'yicha falsafa doktori (Phd)*

Kirish. Xodimlarni jamiyatdagi o'rmini aniqlash, ularni psixologik baholash bugungi kunning eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Xodimlarni tanlab olish boshqaruvning muhim funksiyalaridan biridir, chunki faqat insonlarga har qanday resurslardan oqilona va samarali foydalanish usullarini ta'minlay oladi, bundan tashqari tashkilotning iqtisodiy ko'rsatkichlari va raqobatdoshligi tanlangan xodimlarga bog'liq bo'ladi. Zamonaviy jamiyatda kadrlarni professional psixologik tanlashning o'ziga xos tomonlari, professional psixologik tanlovning nazariy va texnologik asoslari, kadrlarni samarali baholash orqali ishga yollashning innovatsion usullari, ishchi-xodimlarning jamiyatda tutgan o'rnini aniqlash, ularni ishga qabul qilishdagi tanlovlarda obyektiv baholash mezonlarini ishlab chiqish, hamda kadrlar tanlashda to'g'ri metod va vositalardan foydalanish malakalarini shakllantirish kabi psixologik muammolarni xal etishni talab etadi.

Bugungi kunda shaxsni to'g'ri va aniq baholash, uning psixologik xususiyatlarini aniqlash ko'plab sohalarda – psixologiya, pedagogika, tibbiyot va inson resurslarini boshqarishda katta ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, vizual diagnostika usullari shaxsning tashqi ko'rinishi, nutq uslubi, imo-ishoralari va boshqa ekspressiv xususiyatlariga asoslanib, tez va samarali baholash imkonini beradi. Biroq, baholovchi shaxsning o'ziga xos psixotipi, ya'ni uning xarakter va xulq-atvor tipining vizualizatsiya jarayoniga ta'siri hali to'liq o'rganilmagan.

Biroq, ma'lum kasb egalarida insonlarni tashqi ko'rinishiga qarab baholash

amaliy tarzda shakllangan bo'lsada, ilmiy asoslar va uning mexanizmlari ishlab chiqilmagan. Odamlarning turli xil xulq-atvor reaksiyalarini kuzatish va talqin qilish orqali ularning tipologik xususiyatlarini, psixopatik xarakter xususiyatlarining ba'zi belgilarini, insonning intellektual sohasining xususiyatlarini, hissiy qo'zg'aluvchanlik darajasini va boshqalarni baholash mumkinligi to'g'risidagi nazariyalar profayling sohasida keng o'rganilishiga qaramay inson-inson tamoyili asosida faoliyat yuritayotgan kasblarda qo'llash yuqori darajada tashkillanmagan. Shuning uchun ushbu muammo o'rganilishi lozim muammo sifatida dolzarb bo'lib qolmoqda.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Dunyo bo'ylab nufuzli tadqiqotchilar tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlarning natijalari shaxsning noverbal ko'rinishlarini kodlash jarayonlariga turli yondashuvlarning shakllanishiga ta'sir ko'rsatdi. Birinchi nuqtai nazar (Xarrison R.) noverbal xulq elementlari adekvat qayd etish tizimiga ega emasligiga asoslanadi, shuning uchun noverbal xulqni amaliy jihatdan qayd etish (fiksatsiya) ehtimoliy xususiyatga ega.

Rus psixologlari Ye.I.Feygenberg va A.G.Asmolovalarning ekspressiv xulqni qayd etish va kodlashtirish masalasiga oid nuqtai nazarlariga ko'ra "Noverbal kommunikatsiya asosan shaxsning ma'noviy (semantik) sohasini ifodalash hisoblanadi. Ular bevosita shaxsiy ma'noviy axborotlarni uzatish kanalini ifodalaydi" [4,74-79; 5, 58-65]. Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib, ular "noverbal muloqot lug'at kodini, uning diskret (lot. discretus – bo'lingan, oraliq) alifbosini yaratish bo'yicha ko'plab urinishlarning muvaffaqiyatsizligi ... Shaxsning bir vaqtning o'zida (simultan) dinamik ma'noviy tizimlarini diskret ma'nolarda mujassamlash mumkin emas", va "imo-ishoralr va tana harakatlarini alohida lug'atini shakllantirish" muvaffaqiyatsizlikka mahkum etilgan deb ta'kidlaydilar [4,76]. V.I.Yekintseva va M.A.Sobolevalar ham noverbal kommunikatsiyaning ma'noviy sohasini o'rganishga harakat qilganlar. Ularning fikricha, noverbal ifodalarni ma'nosini o'rganish uchun imo-ishora va noverbal ifodalarni shaxsning ma'noviy sohasini namoyon bo'lishi sifatida o'rganish mumkin deb fikr bildiradilar [2,167].

Noverbal xulq va noverbal kommunikatsiya psixologiyasi tarixida ularni kodlashtirish masalasida aniq bir to'xtamga kelinmagan, chunki muvaffaqiyatsiz urinishlar shaxsning ekspressiv xulqining ma'lum bir jihatlariga taalluqlidir.

L.I.Antsiferova ushbu bog'liqliklar haqida to'xtalib, faollik inson tanasi ustanovkasiga bog'liq ravishda namoyon bo'ladi, muloqot mobaynida inson holatining o'zgarishi dinamikasida uning psixodinamik xarakteristikasi va shaxsiy xususiyatlari namoyon bo'ladi. Insonning postural-tonik ustanovkalari – bir vaqtning o'zida, chegaralangan siqilgan shaklda, bo'lajak harakatlarining kinematika (kinematics – harakatni amalga oshirish uchun zarur bo'lgan harakat va kuchni o'rganuvchi fan)sini o'z ichiga oladi. Psixotonik faollik shaxsning voqea-hodisalarga emotsional-affektiv munosabatida ko'rinadi [1,155]. Muallif shaxs munosabatining emotsional-affektiv kodini ikkita patern (inglizcha pattern "naqsh, namuna, shablon; shakl, model; sxema,

rasm” – takrorlanadigan shablon yoki namuna) misolida tushuntirib beradi. Birinchi patern ijtimoiy vaziyatlarda zo‘riqishni xis qiladigan insonga xos bo‘lsa, ikkinchi paternda ijtimoiy muhitga ishonch bilan munosabatdagi inson xatti-harakatlari yotadi. Birinchi paternga kiruvchi asosiy harakatlar majmuasiga yuzni qo‘l bilan berkitish, qo‘llarni orqaga berkitish, oyoqlarni stol tagiga berkitish va h.z.lar kiradi. Ikkinchi paternga xos maxsus harakatlar suhbatdoshga yo‘naltirilgan harakatlar, erkin xolat, ochiq kaftlar va h.z. hisoblanadi.

Muallifning ilmiy izlanishlaridan kelib chiqib, paternlar shaxsning ba’zi emotsional-affektiv munosabatlariga mos tushuvchi ekspressiv kod deyish mumkin.

Shaxsning ekspressiv xulqini qayd etish va kodlashtirish muammosini o‘rganish davomida kodlashtirishga oid turli yondashuvlar mavjudligi, shaxsning noverbal ifodalari ko‘p qirrali ekaniga qaramay, shaxsning psixologik xususiyatlari va uning ekspressiv xulqi o‘rtasida mavjud bog‘liqliklar borligi ijtimoiy psixologiya va vizual psixodiagnostika fanlarida yangi amaliy ilmiy izlanishlarni olib borishni taqazo etadi. Ko‘plab mualliflar jumladan, A.Megrabyan, A.Yu.Panasyuk, P.Ekman, K.V.Yagnyuk kabi olimlarning ishlarida biz o‘rganayotgan muammo ma’lum darajada hal etilgan.

Noverbal xulqni qayd etish bo‘yicha bir qancha metodik usullar ishlab chiqilgan. Ularning asosida kuzatish, qayd etishning qo‘shimcha usullari (harakatlarni verbal izohlash, piktogrammalar, rasmlar, foto yoki video lavhalar) yotadi.

V.I.Ekintseva va M.A.Sobolevalar imo-ishorani o‘rganish maqsadida ”o‘yin imitatsiyasi holatidan foydalanish” metodikasidan foydalanishgan. Ushbu metodika muloqotning turli xolatlarida imo-ishoralarni qayd etish imkoniyatini beradi [3, 80]. Ushbu metodikaning kamchilik tomoni mikromimik ishoralarni qayd etish imkonining yo‘qligida. P.Ekmanning izlanishlarida ham oddiy yo‘l bilan shaxsning mikromimik belgilarni qayd etish qiyinligi haqida mulohazalar mavjud [6, 272] .

Amaliyotchi psixologlar ma’lum bir shaxsning yuzidagi anglanishi qiyin bo‘lgan mikromimikani qayd etishi va anglangan to‘g‘ri xulosa chiqarishni bilishi zarur. Shaxs xulq ekspressiyasini kodlashtirishga asoslangan metodikalar ushbu muammoni hal etishga yordam beradi. Mikromimika – inson yuzidagi emotsional kechinmalarning tez, ongli nazorat qilinmaydigan holat hisoblanib, mikromimikaning davomiyligi 40-200 millisoniyani tashkil etadi. Mikromimikada ongli nazoratning bo‘lmasligi insonning haqqoniy emotsional dunyosini ochib beradi. Suhbatdoshning ehtiyojlari va yo‘nalganligini hamda uning yolg‘onini fosh etishda mikromikaning ahamiyati katta.

Psixologik axborotni o‘qish qobiliyati (mahorati) nafaqat kuzatuvchanlik va diqqatni mashq qildirish hamda psixologik kuzatish bo‘yicha barqaror ko‘nikmalar hosil qilishni, balki kinestetika (tana tili haqidagi fan)ning asosiy qonunlarini tushunish bilan bog‘liqdir.

Натижа ва муҳокама

Turli kasb egalari o‘rtasida shaxs psixotipini vizual aniqlashga hamda kasb faoliyatining tashqi semantik belgilar asosida tahlil qila olish qobiliyatiga ta’sirini

o'rganish maqsadida odamlar va odamlar guruhlarida o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonida yuzaga keladigan va asosan vizual analizatorlar yordamida idrok etiladigan "tashqi ko'rinish ifodalari"ning vizual belgilarini aniqlashga mo'jallangan ijtimoiy psixologik so'rovnomaga o'tkazildi.

So'rovnomada xalq ta'limi tizimida faoliyat yurituvchi psixologlar, milliy gvardiya xodimlari, mahalla xotin qizlar faollarining 90 nafari ishtirok etdilar.

IPS ikki qismdan iborat bo‘lib, birinchi qismda demografik, shaxsiy va ijtimoiy mavqeiga oid savollar va ikkinchi asosiy qismda shaxsning tashqi ko‘rinish va analog signallari bo‘lgan tana harakatlari va emotsiyalarning namoyon bo‘lishiga oid belgilar asosida shaxs psixotipini aniqlashga oid savollar taqdim etildi.

Dastlab respondentlarning yashash hududiga ko‘ra anketa savollari tahlil etildi.

Anketaning birinchi savoli bo'lgan “Siz muloqotda bo‘ladigan insonlarni bir qarashda aniqlay olasizmi?” degan savoliga berilgan javoblar 1-jadvalda berilgan.

1-jadval.

**“Siz muloqotda bo‘ladigan insonlarni bir qarashda aniqlay olasizmi?”
degan savolga berilgan javoblar foiz hisobida**

Ya shash hududi	Umumiy respondentlar			Erkak respondentlar			Ayol respondentlar		
	H	Y	B	H	Y	B	H	Y	B
	a	o'q	a'zan	a	o'q	a'zan	a	o'q	a'zan
ahar Sh	5,7	1,4	2,9	4,4	2,2	3,3	6,2	,7	6,1
shloq Qi	3,6	0,9	5,4	2,1	0,7	7,1	5,5	1,1	3,3
mumiy U	4,4	1,1	4,4	5,1	3,5	1,4	0,9	,4	9,6

Ushbu savolga umumiy tarzda respondentlarning 44,4% muloqotda bo‘ladigan insonlarni bir qarashda aniqlash mumkin desa, 44,4% respondent ba’zan suhbatdoshni bir qarashda aniqlash mumkin deb javob berganlar. Bu savolga respondentlar fikrlari teng ikki qutbga ajraldi.

Erkak respondentlar ayol respondentlarga nisbatan muloqotda bo'ladigan insonlarni bir qarashda aniqlashga qiynalishlarini ma'lum qilganlar, ya'ni ayol respondentlardan 11,8 % dan ko'proq ikkilanganligi ma'lum bo'ldi. Ammo shaharda istiqomat qiluvchi erkaklar qishloqda istiqomat qiluvchi erkaklarga nisbatan suhbatdoshni bir qarashda aniqlash mumkinligiga ishonch bildirib, qishloq erkaklariga nisbatan bunday ishonch shahar erkaklarida 12,3%ga ko'p ekanligi ma'lum bo'ldi.

Ayol respondentlarda esa, shaharda istiqomat qiluvchi ayollarga nisbatan 9,3 % ko‘proq qishloq ayollari muloqot mobaynida suhbatdoshni bir qarashda aniqlash mumkinligini belgilab, ular shaharlik ayollarga nisbatan insonlarni bir qarashda aniqlash mumkinligiga ishonch bildirdilar.

Demak, jinsiy differentsiyaga oid shahar erkaklari suhbatdoshni qishloq erkaklariga nisbatan ko‘proq bir qarashda aniqlay olishi va aksincha shahar ayollari

qishloq ayollariga nisbatan kamroq bir ko‘rishda suhbatdoshni aniqlay oladilar.

Anketaning ikkinchi savoli “Sizningcha bir qarashda insonning asl maqsad muddaolarini bilish, fahmlash mumkinmi?” degan savolga respondentlarning bergan javoblari 2-jadvalda berilgan.

2-jadval.

“Sizningcha bir qarashda insonning asl maqsad muddaolarini bilish, fahmlash mumkinmi?” degan savolga berilgan javoblar foiz hisobida

Kasblar	Yashash hududi										Umumiy							
	Shahar					Qishloq												
	a	H	o'q	Y	a'zan	B	a	H	o'q	Y	a'zan	B	a	H	o'q	Y	a'zan	B
Psixologlar	0	6	3,3	1	6,7	2	2,2	2	2,2	2	5,6	5	5,8	4	6,7	1	7,5	3
Milliy gvardiya	0	6	0	4	0	5	2	7,5	3	7,5	3	3	1	3	7,9	3	1	3
Xotin-qizlar faollari	6,7	4		0	3,3	5	5,5	4	1,8	3	2,7	2	5,9	4	8,9	1	5,1	3
Jami	4,2	5	1,4	1	4,3	3	2,7	3	2,7	3	4,5	3	1,1	4	4,4	2	4,4	3

Ushbu savolga respondentlarning 41,1%i bir qarashda insonning asl maqsadini bilish mumkin degan javobni belgilaganlar, lekin bir qarashda insonni aniqlash mumkin degan javoblarga nisbatan 3,3% kam javoblar qayd etilgan. Insonni bilish bilan uning maqsadlarini anglash o‘rtasida tafovut mavjudligi respondentlar bergan javoblarda ko‘rish mumkin. Suhbatdosh maqsadini bilish mumkin emas degan respondentlar 24,4%ni tashkil etdi. Demak, insonni asl maqsadini anglash, tashqi ko‘rinishiga ko‘ra aniqlashga nisbatan bir muncha mushkul ekan degan xulosa berish mumkin. Chunki, vizual baholashda fiziognomik etalonlar stereotiplarni faollashtirib, shu bilan birgalikda tashqi shablonlar (moda, kiyinish uslubi, kosmetika, aksessuarlar va h.z.) ushbu jarayonda xatoliklarni keltirib chiqaradi. Suhbatdoshning asl maqsadi esa anglanmagan tarzda yashirin bo‘lib qoladi.

Psixolog va xotin-qizlar faollari bergan javoblar milliy gvardiya xodimlari bergan javoblardan farq qilgan xolda anketada qatnashgan psixolog va xotin – qizlar faollarining 45,8%i suhbatdosh maqsadini anglash mumkin deb biladilar, bu ularning amaliy bilim va tajribalari milliy gvardiya xodimlarning tajribalaridan yuqori ekanligini bildiradi.

Shuningdek, shaharliklar qishloqda yashovchilarga nisbatan insonning asl maqsadini bir ko‘rishda anglash mumkin deb hisoblaydilar.

“Odatda suhbatdosh to‘g‘risida aniqroq dastlabki taassurot olish, uning shaxsini baholash uchun qancha vaqt sarflanadi?” degan savolga respondentlarning bergan javoblari 3-jadvalda berilgan.

3-jadval.

“Odatda suhbatdosh to‘g‘risida aniqroq dastlabki taassurot olish, uning shaxsini baholash uchun qancha vaqt sarflanadi?” degan savolga berilgan

javoblar

lar	Kasb	Yashash hududi						Umumiy								
		Shahar			Qishloq											
		1-5 daqiq	10-30 daqiq	Ko'p vaqt kerak	1-5 daqiq	10-30 daqiq	Ko'p vaqt kerak	1-5 daqiq	10-30 daqiq	Ko'p vaqt kerak						
loglar	Psixo	3,3	6	6	1,1	4,4	4,4	4	5	2	5	0,8	2			
y gvardiya	Milli	4	4	2	5	8,3	6,7	1	7,5	2	5	7,2	1			
-qizlar faollari	Xotin	3	6	6	3	4	2	2	3	5	1	6,2	1			
		3,3	0	,7	1,8	5,4	2,7		2,4	1,4		6,2				
Jami		4,3	7,1	,6	8	5,5	0,9	5	3,6	2	8,9	2	3,3	5	7,8	1

Psixologlar birinchi taassurot yaratish uchun juda oz vaqt kerakligini isbotlaganlar: 4 soniyadan 4 daqiqagacha. Biror kishi haqida fikr yuritish uchun u bilan ko‘p vaqt o‘tkazish shart emas. Birinchi taassurot inson miyasi tomonidan yangi tanishuv haqidagi ma’lumotlarni idrok etish va ongsiz ravishda qayta ishlash orqali paydo bo‘ladi. Suhbatdosh haqidagi ma’lumotlar eng qisqa vaqt ichida o‘qiladi: suhbatdoshning noverbal signallari (tana tili, tashqi ko‘rinish, yuz ifodalari, artikulyatsiya)ga e’tibor beriladi.

So‘zlar, jumlar va ma’nolar tanishishning dastlabki daqiqalarida ikkinchi darajali rol o‘ynaydi, chunki inson miyasi so‘zni (ismni) emas, balki tasvirni (yuzni) osonroq va tezroq taniydi. Aytilganlarning 20% dan ko‘pi esda qolmaydi va ko‘rganlarning kamida 70% esda qoladi. Shuning uchun, verbal signallar noverbal signallarga nisbatan kam esda olib qolinadi.

Garvard professorlari Nalili Ambadi va Robert Rozentalning empirik tadqiqotlari tanishishda nutqning semantik bo‘lmagan mazmuni katta rol o‘ynashini tasdiqlagan.

Respondentlarning fikriga ko‘ra, dastlabki taassurot olish va suhbatdoshni baholash uchun 10 daqiqadan 30 daqiqagacha vaqt sarflanadi degan javob eng ko‘p qayd etilgan javob bo‘lib, u respondentlarning 53,3%ida qayd etilgan. Jahon psixologlari tomonidan rasman qayd etilgan shaxsni baholashga sarf etiladigan standart vaqtga faqat respondentlarning 28,9 % i to‘g‘ri javob bergan. Jumladan, psixolog respondentlar ham to‘g‘ri javob variantini boshqa kasb egalariga nisbatan kam belgilab bergan. Xotin-qizlar faollari doimiy amaliy faoliyat bilan shug‘ullanganli sabab, ularning javoblarida psixologlarga nisbatan 7,4% ko‘p to‘g‘ri javob qayd etildi.

Yashash hududiga ko‘ra javoblar taqqoslanganda shaharliklar qishloq vakillariga nisbatan suhbatdosh haqida dastlabki taassurot olish, shaxsni baholash uchun kamroq vaqt sarf etishlarini qayd etganlar. Ular o‘rtasidagi tafovut 15%ni tashkil etdi, ya’ni ko‘p vaqt kerak bo‘ladi degan respondentlar orasida qishloq vakillari ko‘pchilikni tashkil

qildi.

“Insonni bilish uchun uning qaysi qirralari yoki jihatlariga e’tibor berish zarur?” degan savolga respondentlar bergan javoblariga ko‘ra ekspressiv xulqini qayd etish va kodlashtirishda e’tibor berilishi lozim bo‘lgan komponentlarni ranjirovka qilindi. Unga ko‘ra 4-jadval tuzildi.

4-jadval

Ekspressiv xulqini qayd etish va kodlashtirishda e’tibor berilishi lozim bo‘lgan komponentlar ranjirovkasi

Ranglar	Komponentlar	Shahar respondentlarining komponentlar tanlash ranglari	Qishloq respondentlarining komponentlar tanlash ranglari	Respondentlar bergan javoblari % hisobida
1	Nutq	1	1	90
2	Ko‘z	2	2	73,3
3	Yuz	3,5	3	63,3
4	Imo-ishora	3,5	5	53,3
5	Kiyinish	7	4	48,8
6	Mimika	5,5	7	46,6
7	Suhbatdoshga nisbatan egallangan xolat	8	6	45,5
8	Tana tuzilishi	5,5	8	41,1
9	Soch turmagi	9	8	20
10	Aksessuar	10	10	16,7

Jadvalga muvofiq respondentlar suhbatdoshni bilish va anglash uchun avvalom bor uning nutqiga, ya’ni muloqotning mazmun darajasiga e’tibor qaratar ekan. Biroq nutqni idrok qilish va to‘liq o‘zlashtirish nutqni idrok qilishning 3 chi bosqichida amalga oshiriladi. Ungacha bo‘lgan bosqichlar analog signallarni idrok qilishga oid bo‘ladi. Demak, respondentlarning 90 %i anketa savoliga kuzatuvchanlikdan farqli ravishda nazariy bilimlariga tayangan xolda javob bergan.

“Muloqotning milliy vizual matni”ga birinchi navbatda shaxsning o‘zgaruvchan komponentlari bo‘lgan shaxsning ekspressiv xulq-atvori (ko‘z, yuz, mimika, imo-ishora, suhbatdoshga nisbatan egallangan xolat), ikkinchi navbatda shaxsning vizual diagnostika asoslari bo‘lgan jismoniy (konstitutsion, individual xarakter) tomonlari, uchinchi navbatda tashqi ko‘rinishni ijtimoiy bezash (kiyinish, soch turmagi, aksessuarlar) kirishi ma’lum bo‘ldi..

Ammo shahar va qishloqda yashovchi respondentlar o‘rtasida muloqotning vizual matnini talqin qilishda bir oz tafovut mavjud. Shahar aholisi tana tuzilishi va shaxsning ekspressiv xulq-atvori komponentlarini bir xil darajada muhim deb biladilar. Qishloq aholisi esa, muloqotning vizual matnining asoslari shaxsning ekspressiv xulq-atvorida deb biladilar.

Anketa ishtirokchilarining barchasi odamlar bilan bevosita muloqot qilishga to‘g‘ri keladigan kasblar bilan faoliyat ko‘rsatishini hisobga olgan holda anketaning oltinchi savolida “Tanlagan kasbingiz, ijtimoiy mavqeingizdan mamnunmisiz?” degan savol bilan murojat qilindi.

Respondentlarning 96,7%i o‘z kasbidan mamnunligini va 2,2%i kasbidan qoniqmasligini, 1,1%i odamlar bilan ishlash va ularni bilish mushkulligini tan oldilar.

Demak, o‘zbek mentalitetida suhbatdoshga demokratik qarash stereotiplari shakllangan ya‘ni shaxsiy tajribaga asoslanmagan, ammo tashqaridan qabul qilingan ijtimoiy guruh yoki hodisalarning barqaror soddalashtirilgan obraziga ega ekanliklari ma‘lum bo‘ldi.

Xulosa.

Xulosa qilib shuni ta‘kidlash joyizki, kadrlarni tanlashlarda nomzodning tashqi ko‘rinishini vizual baholashda obyektiv baholashga nisbatan subyektiv baholash yetakchilik qilar ekan, chunki baholovchining ijtimoiy muhiti, shakllangan ustanovka va stereotiplari obyektiv baholashga to‘sqinlik qiladi.

Zamonaviy xodimlarni tanlash texnologiyasi asosida olingan bilim va malakalar rekrutingning barcha turlarida kerakli nomzodni tanlash imkonini yaratib beradi. Biroq, psixologiya metodlari kadrlar tanlash muammosini operativ tarzda baholash, natijalarning katta validligi bilan ajralib tursada, ularni an‘anaviy usullar bilan uyg‘unlashtirish va modifikatsiyalash zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Анциферова Л.И. Проблемы психотонической активности и научное наследие Анри Валлона // Психологический журнал 1981. Т.2. № 1. – С.155.

2. Екинцев В.И., Соболева М.А. Психология понимания человека человеком: взаимодействие и организация знаний.- Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2004. – С.167.

3. Лабунская В.А. Визуальная психодиагностика личности (учебное пособие) Ростов-на-Дону 2011 – С.130.

4. Фейгенберг Е.И., Асмолов А.Г. Некоторые аспекты исследования невербальной коммуникации: за порогом рациональности// Вопросы психологии. 1989 №6. – С.58-65.

5. Фейгенберг Е.И., Журавлёва Г.Е. Вероятностное прогнозирование в деятельности человека. https://www.phantastike.com/common_psychology/

6. Щекин Г. В. Визуальная психодиагностика. Познание людей по их внешности и поведению – Киев: Межрегиональная Академия управления персоналом, 2020 – С.99-101.

O'SMIRLARNING KOMPYUTER O'YINLARIGA NISBATAN TOBELIGINING SHAKLLANISHI

Temirov Abror Orifjon o'g'li
Nizomiy nomidagi O'zMPU
Registrator ofisi menejeri

So'nggi yillarda raqamli texnologiyalarning tez sur'atlar bilan rivojlanishi natijasida kompyuter o'yinlari nafaqat ko'ngilochar vosita, balki kuchli ommaviy axborot vositasiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, o'smirlar orasida o'yinlar nafaqat bo'sh vaqtni o'tkazish usuli, balki ular uchun shaxsiy rivojlanish, muloqot qilish va dunyoqarashni shakllantirish vositasiga aylangan.

Texnologiyalarning jadal rivojlanishi bilan bir qatorda, kompyuter o'yinlari hayotimizning ajralmas bir qismiga aylandi. Xususan, o'smir yoshidagi bolalar bu o'yinlarning asosiy auditoriyasini tashkil qiladi. Deyarli har bir uyda planshet, telefon yoki kompyuter bor, va bu qurilmalar orqali bolalar turli xil o'yinlarga bog'lanishmoqda.

Zamonaviy o'yinlar o'zining grafik sifati, murakkab ssenariylari va ijtimoiy platformalari orqali millionlab yoshlar e'tiborini tortmoqda. Ayrim o'yinlar hatto kino va televidenie singari kuchli axborot beruvchi vosita vazifasini bajarmoqda — ular orqali tarixiy voqealar, jamiyatdagi muammolar yoki hatto ekologik muammolar ko'tariladi. Shu orqali o'yinlar ommaviy axborot vositasining yangi shakli sifatida namoyon bo'lmoqda.

Biroq, o'yinlarning o'smirlar hayotidagi o'rni har doim ham ijobiy emas. Ular orasida virtual dunyoga haddan tashqari bog'lanish, real hayotdagi ijtimoiy ko'nikmalarning sustlashuvi yoki psixologik muammolar yuzaga kelish xavfi ham mavjud. Shuningdek, ayrim o'yinlardagi zo'ravonlik sahnalari o'smirlarning ruhiyatiga salbiy ta'sir qilishi mumkin.

Bu holat jamiyatda jiddiy muhokama va xavotir uyg'otmoqda: kompyuter o'yinlari bolalarga zararli emasmi? Ularning psixologik holatiga qanday ta'sir qiladi? Bu savollar dunyo miqyosidagi ko'plab psixologlar, tadqiqotchilar va pedagoglar tomonidan o'rganilgan va hozirgacha ham o'rganilmoqda.

O'smirlarning psixologik holatiga kompyuter o'yinlarining ijobiy va salbiy ta'siri haqida to'liq ma'lumotlar keltiriladi, shuningdek, ota-onalar va pedagoglarga foydali tavsiyalar beriladi.

Kognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishda o'yinlarning roli

Ko'pgina tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kompyuter o'yinlari, ayniqsa strategik, mantiqiy va muammoli ssenariyga ega o'yinlar, o'smirlarning kognitiv ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Bu ko'nikmalar qatoriga diqqatni jamlash, ehtiyotkorlik, muammolarni hal qilish, fazoviy fikrlash, reaksiya tezligi va xotira bilan ishlash qobiliyati kiradi.

- Diqqat va ehtiyotkorlik: Aksariyat o'yinlar tez va aniqlik bilan qaror qabul qilishni talab qiladi. Bu holat o'yinchilarning diqqatini muayyan ob'ektga jamlash va tez reaksiya ko'rsatish qobiliyatini oshiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, doimiy ravishda bunday o'yinlarda qatnashgan o'smirlar diqqatni uzoqroq vaqt davomida ushlab tura olishadi.

- Muammolarni hal qilish: Murakkab vazifalar, kvestlar yoki strategik harakatlar asosida qurilgan o'yinlar o'yinchidan mantiqiy fikrlash, sabr-toqat va ketma-ket harakatlarni rejalashtirishni talab qiladi. Bu esa real hayotdagi muammolarni hal qilishda ham muhim bo'lgan aqliy strategiyalarni rivojlantiradi.

- Fazoviy fikrlash: 3D muhitli yoki harakatga asoslangan o'yinlar (masalan, Minecraft, Portal, va h.k.) orqali o'smirlar makonda yo'nalish, ob'ektlar orasidagi masofani tushunish va muhitni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradilar. Bu ko'nikma matematika, fizika va muhandislik kabi fanlarga qiziqishni kuchaytiradi.

Shuningdek, o'yinlar kognitiv moslashuvchanlik, ya'ni o'zgaruvchan muhitda tezda yangi strategiyalar ishlab chiqish qobiliyatini ham kuchaytiradi. Bu ayniqsa hayotdagi nostandart vaziyatlarda foydali bo'ladi.

Ilgari o'tkazilgan tadqiqotlar:

- Green & Bavelier (2003): Ularning tadqiqotlariga ko'ra, tezkor harakatli videoo'yinlar diqqatning bir nechta ob'ektlarga yo'naltirilishini yaxshilaydi.

- Granic et al. (2014): O'yinlar orqali fazoviy fikrlash, strategik rejalashtirish va ijodkorlikni rivojlantirish imkoniyati mavjudligi ta'kidlangan.

- Boot et al. (2008): Videoo'yinlar o'ynovchi yoshlarda muhim kognitiv funksiyalar, jumladan, qisqa muddatli xotira va qaror qabul qilish tezligini oshiradi.

Shuningdek quyidagi psixologlarni fikrlarini ko'rib chiqamiz.

1. Ijobiy psixologik ta'sirlar

1.1. Kognitiv (aql-zakovat) qobiliyatlarni rivojlantirish

Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kompyuter o'yinlari o'smirlarda e'tibor, tez fikrlash, muammo yechish, strategik rejalashtirish kabi qobiliyatlarni rivojlantiradi. Bu ayniqsa mantiqiy fikrlashni talab qiladigan o'yinlarda (masalan, "Minecraft", "Portal", "Age of Empires") yaqqol ko'rinadi.

Douglas Gentile (Iowa State University, AQSh) fikricha:

"Agar bola to'g'ri turdagi o'yinlarni o'ynasa, u bir vaqtning o'zida diqqat, xotira, muvozanat va qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi."

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, "sarguzashtli, strategiyaga asoslangan va muammo yechishga undovchi o'yinlar" bolalarning kognitiv salohiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, mantiqiy muammolar, ketma-ketlikni topish, vaziyatdan chiqish strategiyasini ishlab chiqish kabi faoliyatlar orqali bola miyasi faol ishlaydi.

1.2. Muammo yechish va kreativlik

Kompyuter o'yinlari bolalarning yangi muammolarni qanday hal qilishni o'rganishlariga yordam beradi. Ular o'z harakatlarining oqibatini ko'rishni, sabr-toqatli

bo'lishni va oldindan rejalashtirishni o'rganadilar. Shuningdek, fantaziya va tasavvur kabi kreativ qobiliyatlar ham rivojlanadi.

Cheryl K. Olson, Harvard universiteti tadqiqotchisi:

“Video o'yinlar – bu bolalar uchun yangi dunyo. U yerda ular qoidalarini o'zlari tuzadi, muammolarni hal qiladi va o'zgaruvchan sharoitlarga moslashadi.”

1.3. Ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash

Ko'p foydalanuvchili onlayn o'yinlar (multiplayer games) orqali o'smirlar boshqa yoshdoshlar bilan muloqot qilishni, jamoada ishlashni, liderlik qilishni o'rganadilar. Bu ijtimoiy ko'nikmalar real hayotda ham qo'l keladi.

Dmitriy Leontyev, rus psixologi:

“Jamoaviy o'yinlar o'smirlarning muloqotga bo'lgan ehtiyojini qondiradi va ularni ijtimoiy faol qiladi.”

Stressni kamaytirish va psixologik dam olish

Ba'zi o'yinlar, ayniqsa hamkorlik asosida o'ynaladiganlar, stressni kamaytirish, emosional xabardorlikni oshirish va hal qiluvchan fikrlashni rag'batlantiradi.

Pro-sotsial xulq va yordam berish

Pro-sotsial mavzoli o'yinlar bolalarda yordam berishga moyillikni kuchaytiradi — ya'ni atrofdagilarga yordam berish, ijtimoiy hamjihatlik — bu orqali umumiy ijtimoiy ong rivojlanadi.

Ijtimoiy aloqalar va do'stlik

O'yinlar orqali bolalar onlayn hamjamiyatlarda do'stliklar o'rnatadi. Ayniqsa birgalikda o'ynash ijtimoiy hamkorlik, jamoaviy muomala ko'nikmalarini mustahkamlashi mumkin.

Shu bilan birga, ekranoldi vaqt ortishi do'stlar soniga salbiy ta'sir ko'rsatmasligi va aksincha yaxshi ijtimoiy aloqalarga yordam berishi ham aniqlangan.

Oilaviy bog'lanish va psixologik salomatlik

Ota-ona bilan birgalikda o'ynash, ayniqsa yosh qizlarda yaxshiroq xulq-atvor va kuchli oilaviy aloqalarni shakllantiradi.

Terapevtik o'yinlar

SPARX kabi o'yinlar kognitiv xulq-o'zgarish terapiyasi asosida depressiya, stress va bezovtalik holatlarini yengish uchun interaktiv yordam beradi.

O'z-o'zini baholash va shaxsiy o'sish

O'yinlarda qahramonni boshqarish va murakkab vazifalarni bajarish bolalarda o'z-o'zini baholash va ijobiy hissiyotlarni oshiradi.

Ta'sir omillari: nima sababli farqlanishlar mavjud?

Mazmun va sabab: O'yin turi (zo'ravon/prosotsial), o'ynash sababi (stressdan qochish, ijodkorlik) muhim ahamiyatga ega.

Ota-onaning roli: Muvozanatli nazorat, demokratik uslub va ishonch tamoyili IGD (Internet Gaming Disorder) riskini kamaytiradi. O'ta qo'pol nazorat esa aksincha xavf tug'diradi.

Jinsiy o‘ziga xos holatlar: Masalan, o‘yinlar bolalarda (esp. yigitlarda) xavotirni kamaytiradi, ammo qizlarda ortiqcha o‘ynash buyrak xavotirni kuchaytirishi mumkin.

Ijtimoiy muhit: Bolalar yolg‘izlikdan qochish yoki do‘stlar bilan muloqot uchun o‘yinlarga suyanishadi — bu o‘ziga xos himoya yoki xavf omili bo‘lishi mumkin.

2. Salbiy psixologik ta’sirlar

2.1. Agressiya va tajovuzkorlik

Ba’zi o‘yinlar, ayniqsa zo‘ravonlikka asoslangan o‘yinlar (masalan, “GTA”, “Call of Duty”, “Mortal Kombat”) bolalarda tajovuzkorlikni kuchaytirishi mumkin. Ular zo‘ravon harakatlarni normal hol sifatida qabul qila boshlaydi.

Brad Bushman (Ohio State University):

“Zo‘ravon o‘yinlar bolalarni tajovuzga o‘rgatadi. Ular zo‘ravonlikni muammo yechish vositasi deb qabul qilishadi.”

2.2. Qaramlik (addiktsiya)

Ba’zi o‘smirlar vaqt o‘tishi bilan o‘yinlarga haddan tashqari bog‘lanib qoladi. Bu holat “giyohvandlik” kabi simptomlarni keltirib chiqaradi: yakkalash, bezovtalik, sababsiz jahl, maktabdagi muammolar.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) rasmiy e’tirof etgan:

“Gaming Disorder” — bu rasmiy tashxis bo‘lib, odamning ijtimoiy, o‘quv va psixologik hayotiga zarar yetkazadi.

2.3. Diqqat va xotira muammolari

Kompyuter o‘yinlari o‘smirlarning diqqatini bo‘lishishga o‘rgatadi. Ammo bu holat uzoq davom etganida, bola bir narsaga diqqatni jamlay olmaydi, tez chalg‘iydi va maktabdagi muvaffaqiyati pasayadi.

Gentile shunday degan:

“Ko‘p vaqtinizni ekran qarshisida o‘tkazsangiz, real hayotdagi mashg‘ulotlarga e’tibor berish qiyinlashadi.”

2.4. Uyqu va sog‘liq muammolari

Kompyuter o‘yinlariga kechki paytlar vaqt ajratish uyquga salbiy ta’sir qiladi. Uyqusizlik esa charchoq, jizzakilik, e’tiborning yo‘qolishi, hatto depressiyaga olib kelishi mumkin.

3. Ota-onalar va o‘qituvchilarga tavsiyalar

1. O‘yin vaqti cheklangan bo‘lishi kerak

- Kunning ma’lum bir qismini (masalan, 1–2 soat) o‘yinlarga ajratish mumkin. Bunda boshqa faoliyatlar – dars, sport, kitob o‘qish – zarar ko‘rmasligi lozim.

2. Yoshga mos o‘yinlarni tanlang

- Har bir o‘yin “PEGI” yoki “ESRB” reytingiga ega. Zo‘ravon yoki kattalarga mo‘ljallangan o‘yinlardan saqlaning.

3. Farzandingiz bilan birga o‘ynang yoki uni kuzating

- O‘yin mavzusini muhokama qiling, qahramonlar, missiyalar, maqsadlar haqida so‘rashingiz bola bilan ochiq munosabat qurishga yordam beradi.

4. Jismoniy faoliyatni rag‘batlantiring

- Har kuni ochiq havoda harakat, sport, o‘yinlardan muhimroq bo‘lishi kerak. Bu balansni ta‘minlaydi.

5. Ruhiy holatini kuzating

- Bola o‘zgarib qolsa (ko‘p jahl qiladi, yakkalanadi, maktabdagi baholari pasayadi) – mutaxassisga murojaat qilish kerak.

Kompyuter o‘yinlari – bu zamonaviy bolalikning ajralmas bir bo‘lagi. Ular to‘g‘ri yondashuv bilan foydali bo‘lishi mumkin: aqlni charxlaydi, ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantiradi va kreativlikni oshiradi. Biroq haddan tashqari, nazoratsiz o‘yinlar bolaning ruhiy holatiga, sog‘lig‘iga va ta‘limiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, o‘yinlar zamonaviy jamiyatda nafaqat o‘yin-kulgi, balki axborot yetkazish, ta‘lim berish va ijtimoiy fikr shakllantirishda muhim rol o‘ynamoqda. O‘smirlarning bu vositadan qanday foydalanayotgani esa ularning kelajakdagi shaxsiyati va dunyoqarashiga bevosita ta‘sir qiladi.

Ota-onalar va pedagoglar uchun eng muhim narsa — muvozanatni topish, nazoratni yo‘qotmasdan, bolani tushunishga harakat qilishdir. Farzandingizning o‘yin olamiga befarq bo‘lmang, uni birga o‘rganing — shunda salbiy ta‘sirlar kamroq bo‘ladi, foydali jihatlar esa maksimal bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior. *Psychological Science*.
2. Gentile, D. A. (2009). Pathological video game use among youth: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*.
3. Uzbek Milliy Ensiklopediyasi – “Psixologiya” bo‘limi.
4. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta‘limi vazirligi nashrlari.
5. Agressiya va zo‘rovon o‘yinlar: Meta-tahlillar va uzun muddatli tadqiqotlar (link.springer.com, Википедия, thestemreview.org).
6. Stressni kamaytiruvchi va pro-sotsial o‘yinlar foydasi (Verywell Mind, Википедия, WIRED).
7. Psixologik funktsiyalarga ta‘sir va qaramlik omillari (PubMed, PMC).
8. O‘qishga, diqqatga va ijtimoiy yetishmovchilikka salbiy tasirlar (PMC, Википедия, verywellfamily.com).
9. Oila roli va nazorat uslublari (BioMed Central, link.springer.com, PubMed).
10. Olson, C. K., Kutner, L. A., & Warner, D. E. (2008). *The Role of Violent Video Game Content in Adolescent Development: Boys’ Perspectives*. *Pediatrics*, 122(5), 1-9.
11. <https://pediatrics.aappublications.org/content/122/5/e1063>

OILAVIY NIZOLARDA FARZAND TARBIYASIDA OTA – ONALARNING RO'LI

N.I.Tillayeva Toshkent Amaliy fanlar universiteti

Psixologiya kafedra o'qituvchisi

Shaxsning oilaviy nizolar to'g'risidagi bilimlari, uning shaxsiy tajribasi bilan bevosita bog'liq bo'lib, tasavvurlar tizimining shakllanishiga o'z ta'sirini o'tkazadi. U yoki bu obekt yoxud hodisa haqida bilimning yo'qligi tasavvurning ham yo'qligidan darak beradi. Shaxsgacha yetib kelayotgan ma'lumotlar va ular asosida shakllanayotgan bilimlar aniq yoki noaniq, to'g'ri yoki noto'g'ri bo'lib, biror narsa va hodisalar vositasida shakllanadi hamda bu bevosita ta'sir bo'lgani uchun ham tasavvurlar ana shunga muvofiq tegishli zaylda paydo bo'ladi. Oilada kamol topayotgan yosh avlod dunyoqarashining to'g'ri shakllanishi oila a'zolari o'rtasida barqaror bo'lgan sog'lom munosabatlarning xarakteriga bog'liq. Bu esa, bola ongida ijobiy va salbiy munosabatlar, nizolar hamda ularning oqibatlari to'g'risidagi tasavvurlar shakllanishiga zamin bo'ladi. Ijtimoiy tasavvurlar doirasidagi oilaviy nizolar muammosining o'rganilishi jarayonida, asosan, er-xotin (ota-ona) o'rtasidagi munosabatlarni nazarda tutish maqsadga muvofiq sanaladi. Chunki oila muhiti muvozanatini ota-ona saqlab turadi. Oila borasidagi ilmiy izlanishlardan yana shu narsa ma'lumki, oilaviy nizolarning asosiy qismi er-xotin o'rtasidagi nizolardan tashkil topadi. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiya sohasida er-xotin o'rtasidagi nizolar, ularning kelib chiqishi va ushbu oilada tarbiyalanayotgan farzandlar dunyoqarashi, fe'latvoriga ta'siri hamisha dolzarb muammolardan biri bo'lib kelgan. Shu boisdan bu muammoni o'rganish uchun qator ilmiy tadqiqotlar olib borilgan va ularning natijalari keng kitobxonlar ommasiga havola etilgan. Hozirgi paytda xorijda olib borilayotgan qator ilmiy tadqiqot ishlari "Ayol - oila" tizimidagi ijtimoiy-psixologik muammolariga yo'naltirilgan. Yuksak darajadagi taraqqiyot ta'sirida ayollar psixologiyasining ommaviy ravishda o'zgarayotganligi darajasi hamda oilaviy munosabatlar tizimida ro'y berayotgan yangilanishlar oqimini o'rganish, quyidagi ikki yo'nalishdagi tadqiqotlarni o'z ichiga qamrab olmoqda: 1) xotin-qizlar mavqeining professional sohada o'zgarishi va uning oilaviy munosabatlarga ta'siri; 2) ayollar xarakteridagi o'zgarishlar oqibatida, uning qarama-qarshi jinsga nisbatan munosabatini o'rganishga qaratilgan maxsus tadqiqotlar. O'tkazilgan ko'plab tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ayollar erlaridan ko'ra ko'proq oiladagi shaxslararo munosabatlar xarakteriga (erning xushmuomalaligi, qo'llab-quvvatlashi, qo'llamasligi, muloqot shakli va boshqalarga) e'tibor berishar ekan. Shaxslararo munosabatlar xususidagi qarashlarda, ayolning shaxs sifatida o'zini oilada namoyon etish jarayonida unga ta'sir etuvchi omillarning ahamiyati katta ekanligi e'tirof etiladi. Zamonaviy ayollardan, ayniqsa, ularning ichida biror kasb yoki ma'lumotga ega bo'lganlarining o'zini-o'zi baholashi va "Men" obrazlari alohida tadqiqotlar predmeti sifatida o'rganilgan. Natijalarning ko'rsatishicha, bu ayollarda boshqa toifadagilarga nisbatan aqlli, bilimdon, jozibali, muloqotga kirishuvchanlik

xususiyatlari kuchliligi aniqlangan (89. 312). Bu holat esa, o'z navbatida, farzandlar ongida turli xil (sog'lom - nosog'lom) munosabatlar to'g'risidagi tasavvurlarning shakllanishiga turtki bo'ladi. Shunday qilib, er-xotin munosabatlarining shakllanishi, o'zaro munosabatlar tizimida qanday namoyon bo'lishi, avvalo, oilada ayolning professional mavqei va ma'lumotlilik darajasiga bog'liqdir. Bu holat mavjud muammo yechimining bir tomoni hisoblanadi. Ma'lumki, oila doimo bolalar tushunchasi bilan bog'liq bo'lgan jamiyat bo'g'inidir. Shu bois ham, oilaning katta va kichik a'zolari o'rtasidagi o'zaro munosabatlar yoritilgan ayrim tadqiqotlar natijalarini nazariy jihatdan tahlil qilish ham bu o'rinda maqsadga muvofiqdir. An'anaviy oilalarning bosh vazifasi, bu - bola tarbiyasidir. Mohiyatan, mazkur jarayon oilani tashkil etuvchi shaxslarning o'zaro munosabatlari xarakteri bilan bog'liqdir. Xorijlik qator mutaxassislar, mazkur muammoni yoritish maqsadida, ijtimoiy mehnatdagi ayol bandligining bola tarbiyasiga ta'siri hamda oiladagi zamonaviy erkak mavqeini o'rganishga bag'ishlangan muhim ilmiy izlanishlarni olib borishgan. Tahlillar shundan dalolat beradiki, onasi ijtimoiy mehnatda ishtirok etadigan qizlar faolroq, mustaqilroq, maqsadga intiluvchanroq bo'lib, uy bekalarining qizlariga nisbatan raqobatga intiluvchanroq va dadilroqdirlar. Ulardagi shaxs sifatleri feminin xislatlar shkalasi bo'yicha tekshirilganda, ayollik fenomenlari indeksi pastroq ekanligi hamda ijtimoiy hayotning turli vaziyatlariga ko'nikish darajasi osonroq ro'y berishi ma'lum bo'ldi. Shu ayol mavqeining o'g'liga ko'rsatadigan bevosita ta'siri o'rganilganda esa, uning o'ziga xos ekanligi, ya'ni xotin-qizlarga nisbatan yangicha qarash ruhi mavjudligi kuzatilgan. Oilaviy munosabatlar jarayonida esa, an'anaviy ustanovkalardan chekinish aniqlangan. Otaning bolalarga ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlar natijalarining ko'rsatishicha, zamonaviy erkakning bolalarida shaxs sifatlarini tarbiyalashdagi roli onalarnikidan past bo'lib chiqdi. Hozir paytda muammolarni amaliy jihatdan bartaraf etish borasida ham qator chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Masalan, chexiyalik olim Stanislav Kratoxvil o'z qarashlarida, oiladagi kelishmovchilik-larning bosh sababi sifatida, intim munosabatlardagi buzilish va funksional patologiya hodisalarini ko'rsatib o'tgan. O'z tajribasi asosida bunday buzilishlarning oldini olish yo'lida, zamonaviy psixologiyaning ilg'or metodlaridan biri hisoblangan trening – o'rgatish yordamida oilaviy munosabatlarni me'yorida shakllantirishga harakat qilgan. G'.B. Shoumarov ilmiy izlanishlari, er-xotin o'rtasidagi nizolar, ularning sabablari, shakllari, tashqi ifodalanishi, nizo tashabbuskorini aniqlash va bartaraf etish borasidagi zamonaviy tahlil berganligi bilan ajralib turadi. Ammo olimning tadqiqotlari doirasiga oilaviy nizolarning bolalar ongidagi ijtimoiy tasavvurlar ko'lamini o'rganish maqsadi kirmagan. G'.B. Shoumarovning ota-ona va farzandlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarining mohiyati avvalo er va xotinning o'zaro munosabatidan kelib chiqishi to'g'risidagi fikri diqqatga sazovordir: "Oilaviy nizolar-ning muhim xarakterlaridan biri – bu er va xotin o'rtasidagi nizodir", – deb ta'kidlaydi muallif. Baxtli, mustahkam oilada o'sgan bolalar tasavvurlarida, deb ta'kidlanadi kitobda, bo'lajak oilaviy hayot idealdek

ko'rinishda idrok qilinadi. Yaxshi ota va yaxshi ona qo'lida tarbiya ko'rgan, ular munosabatlaridagi muammolarni ko'rmagan farzandlar oila qurishgandan so'ng, o'g'il bolalar xuddi o'z otasidek va qizlari onalaridek "ota", "ona", "er", "xotin" bo'lishni orzu qiladilar. Chunki ular o'z otaonalari misolida, bir-birlariga nisbatan salbiy munosabatda bo'luvchi, nizolashib turuvchi er-xotin obrazlarini ko'rmagan. Bu holat ayniqsa o'zbek mentalitetiga xos bo'lib, yaxshi, mustahkam, baxtli oilalar aksariyat hollarda bo'lib o'tadigan o'zaro nizolarni bolalardan, kattalardan, qaynona-qaynotadan pinhon tutadilar. G'.B. Shoumarov va uning shogirdlari fikricha, ideal oilada tarbiya topgan yoshlar mustaqil oila qurishgach, ziddiyatlar sharoitiga psixologik tayyor bo'lmaganligi bois, nizoli vaziyatdan chiqish yo'llarini topa olmasdan salbiy xatti-harakatlarni namoyon etishga moyil bo'lib qoladilar. Oila qanday bo'lishidan qat'iy nazar, nizolardan mutlaqo holi bo'la olmaydi. Chunki oilalardagi shaxslararo munosabatlar jarayoni odatda nizosiz kechmaydi. Bu nizolar ma'lum darajada er-xotin munosabatlarini rivojlantiruvchi katalizator vazifasini o'taydi. Nizolarning xilma xilligi hamda alohida vaziyatlarda namoyon bo'lish xususiyatlarini, olimlar, sub'ektning o'ziga, uning shaxsiy, psixologik xislatlari, yoshi, jinsi, idrok qilishi darajasi kabi omillarga bog'liq bo'ladi, – deb e'tibor etishadi. Notinch oiladagi salbiy, ziddiyatlarga boy va takrorlanuvchan janjallar orqali sodir bo'ladigan nizo esa, aksincha, bolada oila va undagi munosabatlar xususida destruktiv tasavvurlarni uyg'otadi. Shuningdek, oilaviy hayotda ro'y berishi mumkin bo'lgan nizolarga birdek salbiy jihatdan qarayverish ham, yoki ularni birdek oqlash ham maqsadga muvofiq emas. Yoshlar oilaviy hayotda ro'y beradigan nizolarga tayyor bo'lishlari, er-xotinning bir-birlariga moslashuvlari uchun o'zaro munosabatlarining rivojlanishini ta'minlovchi, har ikkalovining, ya'ni "biz"ning manfaatiga qaratilgan biriktiruvchanlik imkoniyatlaridan samarali foydalanish orqali salbiy oqibatlarga olib keluvchi nizolarga aylantirib yubormaslikka o'rganishlari lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Akramova F. A., Abdullayeva R. M. Sharq mutafakkirlarining oila xususidagi qarashlari. T.: «Shams ASA», 2002
2. Davletshin M.G., Shoumarov G'.B. Zamonaviy o'zbek oilasi 4a uning psixologik xususiyatlari / O'zbek oilasining etnopsixologik muammolari: Respublika ilmiy-amaliy anjumani m a'ruzalari qisqacha bayoni. — Toshkent, 1993
3. Oila: ijtimoiy himoya omillari. Ilmiy-ommabop maqolalar to'plami., /Prof. V. M. Karimova tahriri ostida. T.: 2007
4. Karimova V. M. Oilaviy hayot psixologiyasi. T.— 2006.

TALABALARDA SANOGEN TAFAKKURNI RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK TOMONLARI

*B. Shamsiddinov Andijon davlat universiteti
psixologiya va pedagogika kafedrasida katta o'qituvchisi, (PhD);*

*U. Toshpulatova
Andijon davlat pedagogika instituti 2-bosqich magistranti*

Kirish: Bugungi tez o'zgaruvchan axborotlar asrida talaba yoshlarning psixologik barqarorligini ta'minlash va ularda sog'lom tafakkurni shakllantirish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, oliy ta'lim muassasalarida o'qiyotgan talabalar turli ijtimoiy, psixologik va akademik bosimlarga duch keladilar. Bu esa ularning tafakkur jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan, sanogen tafakkurni rivojlantirish orqali talabalarni ruhiy jihatdan mustahkamlash, ularda hayotiy muammolarni sog'lom yo'l bilan hal etish ko'nikmalarini shakllantirish psixologik muammolarni oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Maqola rejasi

1. Sanogen tafakkur tushunchasi va uning psixologik asoslari
2. Talabalik davrining psixologik xususiyatlari va tafakkur jarayonlariga ta'siri
3. Sanogen tafakkurni rivojlantirish strategiyalari va psixologik texnologiyalar

1. Sanogen tafakkur tushunchasi va uning psixologik asoslari

Sanogen tafakkur termini ilk bor psixologiyada stress va salbiy emotsiyalarning inson sog'lig'iga salbiy ta'sirini kamaytirishga qaratilgan kontseptsiyalar doirasida paydo bo'lgan. Ushbu tafakkur shakli – bu inson tomonidan muammoli vaziyatlarni konstruktiv tarzda qabul qilish, ularni real baholash va sog'lom fikr yuritish orqali yengib o'tish qobiliyatidir.

Psixologik adabiyotlarda sanogen tafakkur ko'proq *emotsional intellekt*, *metakognitiv monitoring*, *avtoregulyatsiya* kabi tushunchalar bilan bevosita bog'liqdir. Bu tafakkur turi psixik salomatlikni saqlash, depressiv holatlarning oldini olish va ijtimoiy moslashuvchanlikni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

2. Talabalik davrining psixologik xususiyatlari va tafakkur jarayonlariga ta'siri

Talabalik davri — inson hayotidagi o'tish davri bo'lib, bu davrda shaxsiy o'zini anglash, mustaqil fikrlash va hayotiy qarorlar qabul qilish ehtiyoji kuchayadi. Aynan mana shu davrda salbiy fikrlar, o'ziga nisbatan ishonchsizlik, xavotir va stress holatlari ko'p kuzatiladi. Bu omillar sog'lom fikrlashni izdan chiqaradi.

Talabalarning tafakkur jarayonlariga quyidagi omillar kuchli ta'sir ko'rsatadi:

- Akademik bosim (imtihonlar, baholar, topshiriqlar)
- Shaxslararo munosabatlar (oilalar, do'stlar, guruhdoshlar)
- Kelajakka bo'lgan noaniqlik (kasbiy reja, ishga joylashish)

Agar bu omillar nazorat qilinmasa, sog'lom tafakkur o'rnini noan'anaviy,

nevrotik yoki destruktiv tafakkur egallashi mumkin.

3. Sanogen tafakkurni rivojlantirish strategiyalari va psixologik texnologiyalar**

Sanogen tafakkurni rivojlantirish uchun quyidagi psixologik yondashuvlar va texnologiyalar qo'llaniladi:

- ****Kognitiv-bihevioral terapiya elementlari****: Talabalarni salbiy fikrlardan xalos bo'lishga o'rgatish.

- ****Emotsional intellektni rivojlantirish mashg'ulotlari****: O'z hissiyotlarini anglash, boshqarish va boshqalarni tushunish qobiliyatini shakllantirish.

- ****Mindfulness va meditatsiya****: Ayni zamondagi ongli xabardorlikni oshirish orqali stressni kamaytirish.

- ****Psixologik treninglar****: Konfliktlarni hal qilish, kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish, ijobiy fikrlashni mustahkamlash.

Ushbu uslublar sanogen tafakkurga ega bo'lgan shaxsni shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Ayniqsa, guruhli mashg'ulotlar orqali o'zaro tajriba almashish samaradorlikni oshiradi.

Demak, talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirish — ularning psixik salomatligini ta'minlash, ijtimoiy moslashuvchanligini kuchaytirish va hayotiy muammolarga konstruktiv yondasha olish ko'nikmasini shakllantirishga xizmat qiladi. Bu boradagi psixologik ishlar faqat individuallashtirilgan yondashuv emas, balki tizimli va kompleks yondashuvni talab qiladi. Oliy ta'lim muassasalarida sanogen tafakkurga oid psixologik treninglar, seminar va mashg'ulotlar sonini ko'paytirish muhim vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Карвасарский Б.Д. «Клиническая психология» — Санкт-Петербург: Питер, 2007.
2. Bekhterev V.M. «Psixologiya individual o'zgaruvchanligi», Toshkent, 2015.
3. G'ofurov A.A. «Psixologiyadan ma'ruzalar matni» – Toshkent, TDPU, 2020.
4. Salimov S.S. «Shaxs psixologiyasi», Toshkent: O'zbekiston, 2018.
5. Ellis A. “Rational Emotive Behavior Therapy” – New York, 2001.
6. Kabat-Zinn J. “Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life”, 1994.

TA'LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK XIZMAT MUAMMOLARI

Turamov Muhammadzohid Rustamjon o'g'li
UBS Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Zamonaviy ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida o'quvchi va talabalar psixologik salomatligini ta'minlash muhim o'rin tutadi. Psixologik xizmatning asosiy vazifasi — o'quvchilar, talabalar va pedagoglarning ruhiy holatini o'rganish,

muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etishga ko'maklashishdan iborat. Ammo amaliyotda psixologik xizmat ko'rsatishda bir qator muammolar kuzatilmoqda.

Bugungi kunda ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida har bir o'quvchining individual psixologik holatini, ijtimoiy moslashuvini va ruhiy salomatligini ta'minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Shu munosabat bilan ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyati tobora dolzarb bo'lib bormoqda.

Psixologik xizmatning ta'lim tizimidagi ahamiyati inson shaxsining individual, ijtimoiy va emotsional jihatdan rivojlanishini ta'minlash zarurati bilan bevosita bog'liqdir. Bugungi kunda psixologik xizmat ta'lim jarayonining ajralmas qismi bo'lib, o'quvchi yoki talabaning ruhiy salomatligi, o'zini anglash, ijtimoiy moslashuv kabi muhim jihatlarini qo'llab-quvvatlovchi tizimli faoliyatga aylangan. Bu xizmatning shakllanishi va rivojlanishi muayyan tarixiy bosqichlardan o'tgan.

Dunyoda psixologik xizmatning ta'lim muassasalarida shakllanishi XX asr boshlariga to'g'ri keladi. 1905-yilda fransuz olimi Alfred Bine tomonidan ilk intellekt testlarining ishlab chiqilishi bilan maktab psixologiyasi fani shakllana boshladi. AQSh, Germaniya, Rossiya va boshqa ilg'or davlatlarda maktab psixologlari faoliyati joriy etilib, asosan maxsus ehtiyojli bolalarni aniqlash, baholash va ularga mos o'quv dasturlarini ishlab chiqish bilan shug'ullandi. XX asr o'rtalaridan boshlab, maktab psixologiyasining vazifalari kengayib, ijtimoiy-psixologik maslahat, rivojlantiruvchi treninglar, stress va zo'ravonlikka qarshi profilaktika ishlari ham ushbu xizmat doirasiga kiritildi.

O'zbekiston ta'lim tizimida psixologik xizmatga bo'lgan ehtiyoj mustaqillik yillaridan so'ng keskin ortdi. 1990-yillarda ta'limning insonparvarlashuvi va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar asosida psixologik xizmatlar bosqichma-bosqich yo'lga qo'yila boshlandi. Dastlab maktablarda "ijtimoiy pedagog" lavozimi orqali ba'zi psixologik faoliyatlar olib borilgan bo'lsa-da, keyinchalik "maktab psixologi" lavozimi alohida shakllantirildi. 2000-yillarda Respublika miqyosida psixologik xizmatni rivojlantirishga qaratilgan normativ-huquqiy asoslar ishlab chiqildi, psixologlar malakasini oshirish kurslari tashkil etildi, metodik qo'llanmalar yaratilishi boshlangan. Bu davrda Respublika Psixologlar assotsiatsiyasi va boshqa mutasaddi tashkilotlar orqali maktab, litsey va kollej psixologlari faoliyatini muvofiqlashtirishga qaratilgan ishlar olib borildi. 2017-yildan so'ng, ta'lim tizimidagi islohotlar jarayonida psixologik xizmatga alohida e'tibor qaratildi. Jumladan, Prezident qarorlari va Vazirlar Mahkamasining farmonlari asosida har bir ta'lim muassasasida psixolog lavozimi majburiy etib belgilandi, psixologlar soni ko'paytirildi va ularning ish faoliyatiga doir me'yoriy hujjatlar qayta ko'rib chiqildi.

Bugungi kunda maktab, Kasb-hunar maktablari, litsey va oliy ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan psixologlar:

- ✓ o'quvchilarning ruhiy holatini o'rganish,
- ✓ profilaktika va maslahat ishlarini olib borish,

✓ ijtimoiy-emosional muammolarni bartaraf etishda ko‘maklashish kabi vazifalarni bajarmoqda

Psixologik xizmatning ahamiyati va mazmuni O‘zbekiston Respublikasi qonunlari va qarorlarida ham o‘z aksini topgan. Jumladan, **“Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun** (2020-yil, yangi tahriri)da ta’lim oluvchilarning sog‘lom ruhiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash davlat kafolatlari qatorida belgilangan. Shuningdek, **O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 6-noyabrdagi PQ–4512-sonli qarori — “Xalq ta’limi tizimida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”** qarorida maktab psixologlarining roli, vazifalari va ularni qo‘llab-quvvatlash mexanizmlari aniq ko‘rsatilgan.

Ta’lim muassasalarida psixologik xizmat o‘quvchilarning o‘quv muvaffaqiyati va har tomonlama rivojlanishi uchun zarur bo‘lgan ruhiy-emotsional barkamolligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu xizmat turli xil qiyinchiliklarga, jumladan, akademik qiyinchiliklar, ijtimoiy tashvish, depressiya va oilaviy muammolarga duch kelgan o‘quvchilarga yordam va yo‘l-yo‘riq ko‘rsatadi. Ushbu muammolarni erta hal qilish orqali psixologik xizmat o‘quvchilarga to‘siqlarni yengib o‘tishga, chidamlilikni oshirishga va o‘z salohiyatini to‘liq ro‘yobga chiqarishga yordam beradi. Ushbu tezis ta’lim muassasalarida psixologik xizmatning turli tarkibiy qismlari, jumladan, maslahat, baholash va profilaktika dasturlari o‘rganiladi. Shuningdek, u ta’lim muassasalarida ta’lim-tarbiya oluvchilar uchun ushbu xizmatlarning o‘quv samaradorligini oshirish, ijtimoiy va hissiy farovonlikni oshirish kabi afzalliklarini o‘rganadi.[1]

Ushbu tadqiqot ta’lim muassasalarida psixologik xizmat samaradorligini tekshirish uchun aralash usullardan foydalangan. Maqolani yozish davomida bir qancha ilmiy tadqiqot ishlaridan keng foydalanildi.

Umuman olganda, psixologik xizmat keng qamrovli ta’lim tizimining muhim tarkibiy qismidir. Ta’lim muassasalarida ta’lim-tarbiya oluvchilarga muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo‘lgan yo‘l-yo‘riq ko‘rsatilib psixologik xizmat orqali qo‘llab-quvvatlab ularga qiyinchiliklarni yengib o‘tishga, o‘z salohiyatini to‘liq ro‘yobga chiqarishga hamda sog‘lom turmush tarzini yaratish orqali samarali hayot kechirishga yordam beradi.[2]

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki;

❖ **Mutaxassislar yetishmasligi va tayyorgarlik sifati:**

Ko‘plab ta’lim muassasalarida malakali psixolog mutaxassislarning yetishmasligi asosiy muammolardan biridir. Ba’zida mavjud mutaxassislar yetarli darajada amaliy bilim va ko‘nikmaga ega emas.

❖ **Psixologik xizmatga nisbatan noto‘g‘ri qarashlar:**

Ota-onalar, o‘qituvchilar va o‘quvchilarning psixologik xizmatga bo‘lgan ishonchsizligi yoki noto‘g‘ri tasavvurlari (masalan, psixolog faqat "muammoli bolalar" bilan ishlaydi degan tushuncha) xizmat samaradorligini pasaytiradi.

❖ **Psixologik xizmatga ajratilgan resurslarning cheklanganligi:**

Ko'plab maktab va oliy o'quv yurtlarida psixologlar uchun maxsus xonalar, zaruriy diagnostik vositalar, texnik jihozlar yetishmaydi. Bu esa sifatli xizmat ko'rsatishga to'sqinlik qiladi.

❖ **Psixologik ish yuritish tizimining yo'lga qo'yilmagani:**

Ko'plab ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyati uchun yagona standartlar, monitoring tizimi va metodik qo'llanmalar yetarli emas. Bu esa muammolarni tizimli hal etish imkoniyatini kamaytiradi.

"Psixolog lavozimlariga malaka talablari va ularning asosiy funksiyalarini belgilovchi **577-sonli qaror** (Vazirlar Mahkamasi, 2019) psixologik xizmatni me'yoriy tartibga soluvchi muhim hujjat hisoblanadi. Shu bilan birga, qarorda belgilangan talablarning amalda to'liq bajarilmasligi xizmat samaradorligini pasaytiradi."

❖ **Profilaktik ishlar yetarli emasligi:**

Ko'pincha psixologik xizmat faqat muammo yuzaga kelganidan keyin ish olib boradi. Holbuki, asosiy e'tibor profilaktik ishlar – stress, zo'ravonlik, ijtimoiy moslashishdagi muammolarning oldini olishga qaratilishi kerak.

Ta'lim tizimida psixologik xizmatni rivojlantirish uchun quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish zarur:

- ❖ Psixologlar malakasini oshirish va doimiy ravishda qayta tayyorlash kurslarini yo'lga qo'yish;
- ❖ Jamiyatda psixologik xizmatga nisbatan ijobiy qarashni shakllantirish;
- ❖ Zaruriy moddiy-texnik bazani mustahkamlash;
- ❖ Yagona uslubiy va tashkiliy tizimni yaratish;
- ❖ Profilaktik psixologik ishlarni kengaytirish.

Psixologik xizmatning samarali faoliyati ta'lim jarayonining sifatli tashkil etilishi, shaxsiy taraqqiyot va jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik uchun muhim omildir.

Psixologik maslahat, psixologik xizmatlarini olgan ta'lim-tarbiya beruvch hamda ta'lim-tarbiya oluvchilar psixologik maslahat, psixologik xizmatlarni olmagan ta'lim-tarbiya beruvch hamda ta'lim-tarbiya oluvchilarga qaraganda hayotda muvaffaqiyatga erishish ehtimoli ko'proq. Ta'lim muassasasida ruhiy salomatlik dasturlarida ishtirok etgan o'quvchilar dasturda ishtirok etmagan o'quvchilarga qaraganda depressiya va tashvish alomatlarini kamroq his qilishadi. Psixologik xizmat olgan ta'lim-tarbiya oluvchilar psixologik xizmat olmagan ta'lim-tarbiya oluvchilarga qaraganda o'z tengdoshlari va o'qituvchilari bilan ijobiy munosabatlar va hayotiy muvoffaqiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1.Белогуров А.Ю. Модернизация процесса подготовки педагога в контексте инновационного развития общества: Монография. — М.: МАКС Пресс, 2016. — 116 с. ISBN 978-5-317-05412-0. 12. G'oziyev E. Ontogenez psixologiyasi-Toshkent,

Noshir., T 2010.

2 Badritdinova, M. (2015). TA' LIM JARAYONIDA IDROKGA XOS KOGNITIV USLUB SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI. *Ilmiy axborotnoma*.

3 Turamov, M. (2025). Ta'lim tizimida gender barqarorlikni oshirishning o'ziga xos psixologik xususiyatlari. *Research and Implementation*, 3(4), 20–24. Retrieved from <https://rai-journal.uz/index.php/rai/article/view/1363>

4. Badritdinova, M., & Xusaynov, M. (2020). DESCRIPTION OF THE METHODS OF DIAGNOSING THE COGNITIVE STYLE OF PUPILS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Theoretical & Applied Science*, (2), 643-646.

ZAMONAVIY TA'LIMDA O'QITUVCHILARNING USLUBIY XULQ-ATVORINI UYG'UNLASHTIRISH YO'NALISHLARI.

Turayeva Dilafruz Rustamboevna
Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti
“Pedagogika va psixologiya” kafedrasida dosenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimida sifat masalasi o'qituvchi shaxsiyati va uning kasbiy faoliyati bilan chambarchas bog'liq. O'qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki o'quvchi shaxsiyatining rivojlanishi, ijtimoiy munosabatlari va ta'lim muhitini shakllantiruvchi markaziy figura sifatida namoyon bo'ladi. Shu bois ta'lim sifatiga ta'sir etuvchi omillarni o'rganish muhim ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi hamkorlik ta'lim tizimining muhim tarkibiy qismi bo'lib, ta'limiy va tarbiyaviy munosabatlar masalalari asosan psixologik, pedagogik, ijtimoiy tadqiqotlar doirasida o'rganiladi. O'zbekiston ijtimoiy psixologiyasi fanida o'qituvchi, uning motivatsiyasi va shaxsiy xususiyatlari, uning ta'limdagi roli, shuningdek, o'quvchilarning o'qituvchi bilan o'zaro munosabatlari psixologiya yo'nalishida yirik ilmiy maktablar (M.G. Davletshin[9], E. G'oziyev, G'.B.Shoumarov, V.M.Karimova va B.M.Umarov)ning shakllanganligida ham ko'rinadi. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlarning ijtimoiy-psixologik jihatlarini o'rganish orqali ta'lim sifatini oshirishning samarali usullarini ishlab chiqish alohida tadqiqot obyekti sifatida to'liq qayta tadqiq etish muhim. Biroq, A.M. Jabborov [10], A.I. Rasulov [14], I.B. Shuvanov [19], Sh.A. Eshmetov [20] Sirliiev B.N. [17], D.A. Sobirova[16], O.E. Xayitov[18], M.F.Hakimova[11] kabi olimlar tomonidan pedagog kadrlar tayyorlash masalalari, o'qituvchining shaxsiy xususiyatlari va qobiliyatlari, o'qituvchi va o'quvchining hamkorlikdagi faoliyatining o'ziga xos jihatlar va dinamikasi, ta'lim jarayonida o'qituvchining o'quvchilarni tashxis qilish qobiliyati, o'qituvchi kompetensiyasi hamda ijtimoiy intellektiga oid masalalar o'rganilgan.

Bugungi kunda ko‘plab tadqiqotchilar, K. Levin klassifikasiyasiga amal qiladilar: A.A. Bodalev[3], K. Bird va X. Prilbes[12], G.N. Malkovskaya[13], L.I. Krivalap [4], va boshqalar. A.A. Andreev[1], N.F. Maslova [15] tomonidan mazkur triada avtokratik va demokratik uslub kabi diadaga ajratilgan. A.I. Iqerbakov va A.V. Mudrik [5] kabi olimlar triada yana kengaytirib, o‘qituvchi pedagogik faoliyati vazifalariga e’tiborlilik darajasini mayda detallarigacha ko‘rib chiqishgan.

Metodologiya

Tadqiqotda ijtimoiy-psixologik so‘rovnoma qo‘llanilib, umumiy o‘rta maktablardagi 472 nafar o‘qituvchining fikrlari tahlil qilindi. Javoblar ish sharoiti, oilaviy ta’sirlar, moddiy baza, muloqot va jamoaviy hamkorlik kabi asosiy yo‘nalishlarni qamrab oldi.

Natijalar

Tahlil natijalari o‘qituvchilarning 67,7% ish sharoiti bilan qoniqarli deb hisoblasa-da, faqat 9,5% to‘liq qoniqish holatida ekanini ko‘rsatdi. 53,6% oilaviy omillarning kasbiy faoliyatga ta’sirini qayd etgan. 22% muassasa moddiy bazasi etarli deb baholangan bo‘lsa, 16,5% uni etarsiz deb hisoblagan. Muloqot va munosabatlarda 77,3% samarali dars kafolati to‘g‘ri muloqotga bog‘liqligini aytgan. Shuningdek, 71,8% jamoaviy hamkorlikni juda muhim deb baholagan. Ta’lim sifatiga ta’sir etuvchi ustuvor omillar quyidagicha aniqlandi: hamkorlik muhiti (21,9%), ijtimoiy-psixologik muhit (20,3%) va rahbarlik uslubi (15,2%). Shaxsiy va oilaviy omillar (12,9%), kasbiy motivatsiya (11,5%) hamda stress va etishmovchiliklar (10,6%) nisbatan kamroq, ammo ahamiyatli omillar sifatida qayd etildi. Demak, ta’lim sifati nafaqat shaxsiy resurslarga, balki jamoaviy va tashkiliy muhitga bog‘liq holda shakllanadi.

Ushbu tadqiqotda O‘zbekistonda birinchi marta pedagogik vaziyatlardagi o‘qituvchilarning xulq-atvor uslublari janslar kesimida kompleks tahlil qilindi va erkak hamda ayol o‘qituvchilarning o‘ziga xos farqli yondashuvlari empirik jihatdan asoslab berildi. Ayniqsa, “nazoratga asoslangan” xulq-atvor uslubi hamda uning tarkibiy komponentlari — “talabchan” va “hukmron” uslublarning genderga xos namoyon bo‘lishi ochib berildi.

Ayol o‘qituvchilarda emotsional qo‘llab-quvvatlash va demokratik muloqot ustuvor bo‘lsa, erkaklarda nazorat, intizom va hokimiyat tendensiyalari yuqori darajada kuzatildi. Shu bilan birga, “betartib” (xaotik), “kutuvchi” va “mas’uliyatdan uzoqlashuvchi” uslublarning juda past darajada namoyon bo‘lishi orqali o‘zbek pedagoglarida ta’lim jarayonida boshqaruvsizlik, mas’uliyatsizlik va betartiblikka yo‘l qo‘yilmasligi amalda tasdiqlandi.

Genderga xos farqlar pedagogik ong, ijtimoiylashuv tajribalari, shaxsiy ta’sir uslubi va gender roliga oid intilishlar bilan uzviy bog‘liqligi ilmiy jihatdan asoslandi. Zamonaviy pedagogik tendensiyalar bilan uyg‘un holda, avtoritar va repressiv uslublardan demokratik va hamkorlikka asoslangan uslublarga o‘tish jarayoni kuzatildi.

Metodologik jihatdan, tadqiqotda “Maktabdagi vaziyatlar” psixodiagnostik

so'rovnomasi qo'llanildi (N. Elterman va hamkorlari tomonidan ishlab chiqilgan, rus tilidan Ye.N. Osina va Ye.I. Zabiyo tomonidan adaptatsiya qilingan hamda tadqiqot doirasida o'zbek tiliga tarjima qilingan). Ushbu metodika o'qituvchilarning avtonomiyani qo'llab-quvvatlovchi, tuzilmashtiruvchi, nazoratchi, xaotik, shuningdek, talabchan, hukmron, mas'uliyatdan uzoqlashuvchi, kutuvchi, yo'naltiruvchi va moslashuvchan uslublari bo'yicha ma'lumot olish imkonini berdi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, o'qituvchining xulq-atvor uslubi va uning genderga xos namoyoni ta'lim jarayonida o'quvchi motivatsiyasi, faolligi va psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, tadqiqot samarali kommunikatsiya, ijobiy psixologiya muhiti va shaxsga yo'naltirilgan pedagogik yondashuvni rivojlantirish uchun muhim ilmiy asos yaratib berdi.

Tadqiqot doirasida "Maktabdagi vaziyat" metodikasi orqali o'qituvchilarning turli pedagogik vaziyatlarga nisbatan xulq-atvor uslublari o'rganildi. Natijalar jinslar kesimida aniq farqlarni ko'rsatdi. Xususan, "avtonomiyani qo'llab-quvvatlash", "jalb qiluvchi" va "moslashuvchan" uslublar ayol o'qituvchilarda yuqori darajada namoyon bo'lib ($M=5.70$; 5.40 ; 5.95), ularning empatik munosabat va shaxsiylashtirilgan yondashuvga moyilligini tasdiqladi. Erkaklarda esa bu ko'rsatkichlar o'rta darajada qayd etildi.

Shu bilan birga, "tizimli" ($M=5.60$ – ayollar, $M=5.80$ – erkaklar) va "yo'naltiruvchi" ($M=5.90$ – ayollar, $M=6.00$ – erkaklar) uslublar har ikki jinsda ham yuqori ko'rsatkichlarga ega bo'lib, o'qituvchilarning ta'lim jarayonini maqsadli va rejali tashkil etishga intilishini namoyon qildi. "Nazoratga asoslangan" uslub esa erkaklarda sezilarli darajada ustuvor ($M=3.70$, $p=0.018$) bo'lib, talabchanlik va intizomni ta'minlash tendensiyalarini ifoda etdi. "Tushuntiruvchi" uslubda ayollar yuqoriroq ko'rsatkich ($M=5.70$) namoyon etdilar, bu esa ularning didaktik aniqlik va muloqotga ko'proq e'tibor qaratishini anglatadi.

Umumiy xulosa sifatida, tadqiqot natijalari ayol o'qituvchilarning shaxsga yo'naltirilgan va empatik yondashuvga, erkak o'qituvchilarning esa tizimlilik va nazoratga asoslangan uslublarga moyilligini ko'rsatdi. Bu genderga xos farqlar ta'lim jarayonidagi pedagogik xulq-atvorni shakllantiruvchi muhim psixologik omillar sifatida e'tirof etildi.

Olib borilgan tadqiqot natijalari o'qituvchilarning xulq-atvor uslublari jinsga xos farqlar mavjudligini ko'rsatdi. Ayol o'qituvchilar ko'proq «avtonomiyani qo'llab-quvvatlash», «jalb qiluvchi», «tushuntiruvchi» va «moslashuvchan» uslublarga moyil bo'lib, ularning empatik munosabat va o'quvchilar individual xususiyatlarini inobatga olish qobiliyati yuqori ekanligi aniqlandi. Erkak o'qituvchilar esa asosan «nazoratga asoslangan», «talabchan» va «hukmron» uslublarni ustuvor deb bilib, intizom va ierarxiyaga katta ahamiyat qaratdilar. «Kutuvchi», «xaotik» va «mas'uliyatdan uzoqlashuvchi» kabi passiv uslublar har ikki jinsda ham past darajada namoyon bo'lib, bu o'qituvchilarning ta'lim jarayonida mas'uliyatli va faol ishtirokini ko'rsatdi.

Shu asosda, o'qituvchilarda jinsga xos xulq-atvor uslublari mavjudligi empirik jihatdan tasdiqlandi va pedagogik tayyorgarlik jarayonida individual va genderga yo'naltirilgan yondashuvlarni joriy etish zarurligi belgilandi. Ayniqsa, ayol o'qituvchilar uchun qat'iyat, strategik fikrlash va rahbarlik sifatlarini rivojlantirish, erkak o'qituvchilar uchun esa empatiya, muloqot madaniyati va emotsional sezgirlikni kuchaytirish muhim deb topildi.

Tadqiqotga tayanib quyidagi tavsiyalar berildi: O'qituvchilarni tayyorlash va malaka oshirish dasturlarida jinsga xos uslubi farqlarni inobatga olish.

Erkak o'qituvchilar uchun empatiya va muloqot ko'nikmalarini rivojlantiruvchi maxsus treninglar o'tkazish.

Ayol o'qituvchilar uchun qat'iyat va rahbarlik qobiliyatlarini mustahkamlashga qaratilgan mashg'ulotlar joriy etish.

Muntazam trening va superviziyalar orqali xulq-atvor uslublarni refleksiya qilish, emotsional intellektni rivojlantirish va kasbiy charchoqning oldini olish.

Pedagogik muassasalarda xulq-atvor uslublarni maxsus psixodiagnostik vositalar bilan tahlil qilish va individual korreksiya dasturlari ishlab chiqish.

Maktab ma'muriyatida vazifa va rollarni jinsga xos xususiyatlarni hisobga olgan holda taqsimlash, hamkorlik muhitini muvozanatli shakllantirish.

Turli pedagogik vaziyatlarga mos ravishda xulq-atvor uslublarni qo'llash bo'yicha metodik tavsiyalar to'plamini ishlab chiqish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. -- М.: Аспект Пресс, 2002. - 287 с.

2. Асадов Ю.М. Исследование влияния личностных свойств учителя на качество и компоненты педагогического труда // Психологические аспекты совершенства подготовки учителей кадров в педвузах и университетах в условиях непрерывного образования: Тез. докл. респ.науч. – практ. конф.11-12 апреля 1991 (Част II). – Ташкент, 1991.- С. 44-46.

3. Бодалев А. А. Специфика социально-психологического подхода к пониманию личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Питер, 2000. - С.336-344.

4. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов. — М.: Педагогическое общество России, 2003. — 512 с.

5. Гарбузов В. И., Фесенко Ю. А. Неврозы у детей. — СПб.: КАРО, 2013. — 336 с. — (Серия «Специальная педагогика»).

6. Ғозиев Э.Г. Психологические основы развитие самоуправления учебной деятельностью у школьников и студентов. Автореф. дис. док. псих. наук. – Т., 1991. - 38 с.

7. Гордеева Т. О., Сычев О. А. Диагностика мотивирующего и демотивирующего стилей учителей: методика «Ситуатсии в школе» //Психологическая наука и образование. – 2021. – Т. 26. – №. 1. – С. 51-65.

8. Д.Р.Тураева. Педагог кадрлар фаолияти услубининг психологик хусусиятлари. (Матн) Монография/ Д.Р. Тураева. -Т.: “Маишхур-пресс”, 2019-188 б.

9. Давлетшин М.Г. Замонавий мактаб ўқитувчисининг психологияси. - Тошкент: Ўзбекистон, 1999. - 30 б.

10. Жабборов А.М. «Педагогик психологиянинг этник асослари» Т.: Зарқалам 2006 й - 48 б.

11. М.Ф.Ҳакимова М.Ф. Замонавий таълим технологиялари: назария ва амалиёт. Монография. -ТДИУ, 2018.

12. Маскалянова С.А. Формирование профессионального имиджа будущего социального педагога: Дис. ... канд. психол.наук. – Елес: ЕГУ им.И.А.Бунина. 2005. – 168 с.

13. Олховский В.Н. Личностные трудности общения обучаемых и их преодоление в условиях диалогического взаимодействия в протсессе обучения.дис. ... канд. Психол. наук.- Нижний Новгород: НГЛУ, 1998.- 195с.

14. Расулов А.И. Ўқитувчи шахсининг тарбиячи сифатида ўқувчилар билан ўзаро муносабат даражалари. Психол. фанл. номзод.дис. – Тошкент, - 2001.- 177 б.

15. Раҳмонов А. Касб-ҳунар таълими устаси профессиограммаси. // Халқ таълими. Тошкент, -2001-№1-Б 52-55.

16. Сабирова Д. А. Методы исследования социального интеллекта учителя //Психология ХХI столетия. – 2017. – С. 345-349.

17. Сирлиев Б.Н. Ўрта махсус касб-ҳунар ўқув юртлари усталари касбий камолотининг психологик жиҳатлари.: психол.фан.номз. дис...: -Тошкент: ЎзМУ, 2000.- 129 б.

18. Хайитов О. Э. Моделирование психологической компетентности руководителя: концептуальный эмпирический анализ //Академис ресеарч ин эдусатионал ссиенсес. – 2020. – №. 3. – С. 526-540.

19. Шуванов И.Б. Психологические особенности индивидуального стиля деятельности учителя.: Дис. ...канд. психол. наук. Ташкент, ТГПИ, 1993.- 137 б.

20. Эшметов Ш.А. Устоз-шогирд муносабатларининг ижтимоий-психологик феноменлари. Психол. фан номз... дис., Тошкент: М.Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий ун-ти. 2005. - 147 б.

SHAXSNING IJTIMOIIY IMIJI VA UNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

*Turdimatov Jaxongirbek Muxiddin o‘g‘li
FarDU, Psixologiya kafedrası o‘qituvchisi.*

Bugungi globallashuv jarayonlari va axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi shaxsning ijtimoiy maydondagi qiyofasini tubdan o‘zgartirmoqda. Insonning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatini belgilovchi omillar qatorida uning **ijtimoiy imiji** alohida o‘rin tutadi. Zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida imij fenomeni ko‘p qirrali ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida tadqiq etilib, uning shaxs faoliyati va jamiyatdagi mavqeiga ta’siri ilmiy asosda izohlanmoqda.

Shaxs imiji faqat tashqi ko‘rinish bilan cheklanmay, balki kengroq ma’noda uning **muloqot madaniyati, nutq uslubi, hatti-harakati, ma’naviy qadriyatları va ijtimoiy rollarni bajarish uslubini** ham o‘z ichiga oladi. Zamonaviy ilmiy qarashlarga ko‘ra, shaxs imiji ikki qatlamdan iborat: birinchisi – shaxsning ichki dunyosidan kelib chiqadigan “ichki imij” (self-image), ikkinchisi esa ijtimoiy muhitda aks etadigan “tashqi imij” (public image) hisoblanadi. Ushbu ikki qatlamning uyg‘unlashuvi shaxsning jamiyat tomonidan qabul qilinish darajasini va uning ijtimoiy muvaffaqiyatini belgilaydi.

Psixologiya fanida imij shaxsning o‘z-o‘zini anglash jarayonlari va o‘zini namoyon qilish strategiyalari bilan chambarchas bog‘lanadi. Masalan, **E. Goffmann**ning “O‘zini taqdim etish nazariyasi”da inson ijtimoiy munosabatlarda o‘z imijini sahnalashtirilgan rollar orqali taqdim etishi qayd etiladi. Bu jarayonda shaxsning nutqi, xatti-harakati va tashqi qiyofasi ijtimoiy auditoriyada muayyan taassurot uyg‘otadi va uning ijtimoiy mavqeini belgilaydi. Shu bois, muvaffaqiyatli imijni shakllantirish shaxsning kommunikativ kompetensiyalari, emotsional intellekti va ijtimoiy moslashuvchanligi bilan uzviy bog‘liqdir.

Sotsiologiya fanida esa imij ijtimoiy kapitalning muhim komponenti sifatida izohlanadi. **P. Bourdieu** nazariyasiga ko‘ra, shaxsning ijtimoiy maydondagi obro‘si va kapitali uning tashqi taassuroti, jamiyatda qanday qabul qilinishi va ijtimoiy tarmoqlarda qanday o‘rnashganiga bog‘liq. Shu ma’noda, imij shaxsga ijtimoiy resurslarni safarbar etish imkonini beradi va uning kasbiy muvaffaqiyatiga xizmat qiladi.

Imij tushunchasi dastlab G‘arb psixologiyasi va sotsiologiyasida shakllangan bo‘lib, u shaxs yoki tashkilotning atrofdegilar ongida hosil qiladigan ijtimoiy-psixologik tasavvur sifatida talqin etiladi. Bu tasavvur insonning real fazilatlari bilan cheklanmay, balki boshqalarda qoldirgan taassurotlar, ijtimoiy kutilmalar va madaniy qadriyatlar bilan uyg‘unlashgan holda shakllanadi. Shunday qilib, imij sub’ektiv qabul qilinish va ob’ektiv xatti-harakatlarning sintezidan iborat murakkab fenomen hisoblanadi.

E.Goffman o'zining mashhur **“O'zini taqdim etish” (The Presentation of Self in Everyday Life)** asarida insonni “sahnadagi aktyor”ga qiyoslaydi. Unga ko'ra, har bir shaxs ijtimoiy muhitda muayyan rolni bajaradi va shu jarayonda o'z imijini ongli yoki ongsiz ravishda boshqaradi. Inson “front-stage” (ya'ni boshqalar oldida) va “back-stage” (yolg'iz qolganida) xatti-harakatlar orqali turlicha obraz yaratadi. Bu nazariy yondashuv shaxs imijini sotsial konstruktsiya sifatida tushunishga imkon beradi, ya'ni inson o'zini boshqalarga qanday ko'rsatishi uning ijtimoiy qabul qilinish darajasini belgilaydi.

Shuningdek, **A.Adlerning** individual psixologiya doirasidagi qarashlari ham imij fenomenini tushuntirishda muhim o'rin tutadi. Adler fikricha, shaxsning muvaffaqiyati faqat individual qobiliyat va ambitsiyalarga emas, balki uning ijtimoiy manfaatlari, boshqalar bilan hamkorlikka tayyorligi va ijtimoiy qabul qilinishiga bevosita bog'liqdir. Demak, inson o'z imijini shakllantirar ekan, nafaqat shaxsiy maqsadlarini, balki jamiyat tomonidan belgilangan qadriyat va talablarni ham hisobga olishi zarur.

Imij tushunchasining G'arb psixologiyasida shakllanishi uni ijtimoiy munosabatlarni boshqaruvchi psixologik vosita sifatida anglash imkonini berdi. Bu nazariy asoslar keyinchalik pedagogika, siyosatshunoslik va kommunikatsiya fanlarida ham keng qo'llanilib, shaxs va tashkilotlarning jamiyatdagi o'rnini belgilashda hal qiluvchi ahamiyat kasb etdi.

Sharq mutafakkirlarining qarashlarida imij tushunchasi g'arbona ma'nodagi tashqi taassurotdan ko'ra kengroq va chuqurroq ma'naviy-axloqiy mazmunga ega. Bu ta'limotlarda insonning qiyofasi, uning odob-axloqi, kamtarligi va halolligi kabi fazilatlar bilan uzviy bog'liq holda talqin qilinadi. Sharqona yondashuvda insonning jamiyat oldidagi qadr-qimmati tashqi atributlar emas, balki ichki poklik va axloqiy barkamollik orqali belgilanadi.

Forobiy o'zining mashhur **“Fozil odamlar shahri”** asarida inson komilligi haqida so'z yuritir ekan, haqiqiy barkamollik faqat bilim va mahorat bilan emas, balki yuksak axloqiy sifatlar bilan ham ta'minlanishini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, komil shaxs nafaqat o'z bilimlarini boshqalar bilan baham ko'rishi, balki odilona, halol va mas'uliyatli hayot kechirishi orqali jamiyatda obro'-e'tibor qozonadi. Demak, Sharqona imij tushunchasida shaxsning tashqi qiyofasi uning ichki ma'naviy olamining ko'zgusi sifatida ko'riladi.

Alisher Navoiy ijodida ham insonning qadr-qimmati tashqi ko'rinishdan ko'ra uning **ichki pokligi, odobi va ma'rifati** orqali belgilanadi. Navoiy insonning jamiyatdagi nufuzini halollik, adolat, kamtarlik va muloqot madaniyati bilan bog'laydi. Uning asarlarida insonning tashqi ko'rinishi faqat ikkinchi darajali omil bo'lib, asl qadriyat inson qalbining tozaligi va ijtimoiy munosabatlarda halolligidir.

Shuningdek, **Ibn Sino** ta'limotida ham insonning komilligi va ijtimoiy qabul qilinishi uning odob-axloqi, sog'lom fikrlashi va jamiyat manfaatiga xizmat qilish qobiliyati bilan o'lchanadi. Shu nuqtayi nazardan, Sharq mutafakkirlari nazarida

muvaffaqiyatli imij tashqi atributlarga emas, balki shaxsning ichki barkamolligi va ma'naviy yuksakligiga asoslanadi.

Sharqona ta'limotlarda imij tushunchasi **ma'naviy-axloqiy jihatlar bilan izohlanib**, insonning jamiyatda muvaffaqiyat qozonishi uning ichki komilligi, odo-axloqi va halolligiga tayanadi. Bu yondashuv g'arbona imij konsepsiyalarini boyitib, uni yanada kengroq va chuqurroq falsafiy asos bilan ta'minlaydi.

Muvaffaqiyatli imijni shakllantirish murakkab va ko'p qirrali psixologik jarayon bo'lib, shaxsning individual xususiyatlari, ijtimoiy muhit talablari hamda madaniy qadriyatlar bilan bevosita bog'liqdir. Bu jarayonning samaradorligi bir nechta muhim psixologik omillar uyg'unligiga asoslanadi.

Birinchidan, **motivatsiya** shaxsning o'zini qanday taqdim etishi va ijtimoiy maydonda qanday obraz yaratishini belgilovchi yetakchi omillardan biridir. Kuchli ichki motivatsiyaga ega inson o'z imijini ongli ravishda boshqaradi, jamiyat oldida o'zini ijobiy ko'rsatishga intiladi. Motivatsiya shaxsning maqsadga intilishi, kasbiy yutuqlarga erishish istagi va ijtimoiy obro' orttirish ehtiyojlari bilan chambarchas bog'liqdir. Shaxsning ichki motivatsiyasi kuchli bo'lsa, u tashqi sharoitlardan qat'i nazar, o'z imijini mustaqil va izchil shakllantira oladi.

Ikkinchidan, **emotsional intellekt** muvaffaqiyatli imijni shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Mayer va Salovey tomonidan ishlab chiqilgan konsepsiyaga ko'ra, emotsional intellekt o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish hamda boshqalarning emotsiyalarini to'g'ri talqin qilish qobiliyatidir. Yuqori emotsional intellektga ega shaxs boshqalar bilan muloqot jarayonida samimiylik va ishonch uyg'ota oladi, ijtimoiy vaziyatlarga moslashuvchanlik ko'rsatadi. Bu esa uning ijtimoiy obro'sini oshiradi va ijobiy imij shakllanishiga xizmat qiladi.

Uchinchidan, **kommunikativ kompetensiya** imijni shakllantirishning eng muhim amaliy mexanizmlaridan biridir. Nutq madaniyati, tana tili, mimika va jestlardan samarali foydalanish shaxsning jamiyat oldida qanday qabul qilinishini bevosita belgilaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, shaxs haqidagi dastlabki taassurotlarning 60–70 foizi verbal bo'lmagan belgilar — intonatsiya, ko'z qarashi, tana holati va mimikaga asoslanadi. Demak, kommunikativ kompetensiyaning yuqori darajada rivojlanganligi shaxs imijini yanada mukammal va ta'sirchan qiladi.

Shuningdek, liderlik sifati ham muvaffaqiyatli imijning tarkibiy qismidir. Lider shaxs boshqalarni o'ziga ergashtira olish, ularda ishonch uyg'ota olish qobiliyatiga ega bo'lishi zarur. Bu jarayonda ijtimoiy rollarni to'g'ri taqsimlash, jamoaga nisbatan mas'uliyatli munosabat bildirish va shaxsiy namuna ko'rsatish katta ahamiyat kasb etadi.

Rahbarlar uchun muvaffaqiyatli imij jamoani boshqarishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Rahbar o'z qiyofasida qat'iyat, adolat, bilimdonlik va mas'uliyatni uyg'unlashtirishi lozim. O'qituvchilar uchun esa imij nafaqat bilim beruvchi sifatida, balki tarbiyachi, maslahatchi va motivator sifatida qabul qilinishni ta'minlaydi.

Zamonaviy tadbirkorlikda ham imij alohida ahamiyatga ega. Mijozlar va hamkorlar bilan ishonchli munosabat o'rnatishda shaxsiy qiyofa, o'zini tutish, vaqtga rioya qilish va muloqot madaniyati hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ijtimoiy tarmoqlar davrida esa imijni shakllantirishning yangi bosqichi yuzaga kelgan bo'lib, shaxsning virtual maydondagi qiyofasi ko'pincha real hayotdagi obro'sidan ham kuchliroq bo'lib chiqmoqda.

Xulosa qilib aytganda, muvaffaqiyatli imijni shakllantirish shaxsning ichki dunyosi va tashqi qiyofasi uyg'unligiga asoslanadi. G'arb olimlari imijni ko'proq ijtimoiy rollar va kommunikatsiya jarayoni bilan izohlashgan bo'lsa, Sharq mutafakkirlari uni axloqiy komillik va ma'naviy qadriyatlar bilan bog'lashgan. Amaliyotda esa rahbar, pedagog, tadbirkor va jamoat arboblarning muvaffaqiyatida imij hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shu bois, imijni ongli ravishda boshqarish va psixologik mexanizmlarini chuqur anglash zamon talabi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Fromm, E. (1997). To Have or To Be London: Continuum.
2. Forobiy, A.N. (1993). Fozil odamlar shahri. Toshkent: Fan.
3. Pocheptsov, G. (2001). Imidjologiya: Kak stroyatsya imidji. Moskva: Replibook.
4. Rahimov, R. (2019). Ijtimoiy psixologiya. Toshkent: Innovatsion Ziy.
5. Xolbekov, N. (2020). Shaxs psixologiyasi va rivojlanishi. Samarqand: Zarafshon.
6. Yuldasheva, M. (2021). Liderlik psixologiyasi. Toshkent: Universitet nashriyoti.
7. Жамолов, А. (2010). Психология шахс ва жамият. Тошкент: Ўзбекистон миллий энциклопедияси.

O'QITUVCHINING KASBIY MUVAFFAQIYATIDA OILAVIY MUHIT VA PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASHNING ROLI.

Turdimatova Elnozaxon Erkinjon qizi,

FarDU psixologiya kafedrasi tayanch doktoranti

O'qituvchi kasbiy faoliyatining samaradorligi va barqarorligi ko'plab omillarga bog'liq bo'lsa-da, ilmiy adabiyotlar va so'nggi yillarda o'tkazilgan tadqiqotlar oilaviy munosabatlar va psixologik iqlimning bu jarayonda hal qiluvchi ahamiyat kasb etishini tasdiqlaydi [2; 9]. Xususan, pedagogning ruhiy holati, ishga bo'lgan ishtiyoqi va kasbiy motivatsiyasi ko'pincha uning oilasidagi emotsional iqlim va yaqinlari tomonidan ko'rsatiladigan ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashga bog'liq bo'ladi [7; 10].

Bronfenbrennning ekologik tizimlar nazariyasida (1979) ta'kidlanishicha, oila shaxs hayotidagi eng yaqin va doimiy mikromuhit bo'lib, undagi emotsional iqlim va munosabatlar kasbiy hayotga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi [2]. Maslouning

nazariyasiga ko'ra, oilada xavfsizlik va qadr topish ehtiyojlari to'liq qondirilganda, inson (shu jumladan, o'qituvchi)da o'zini namoyon qilish, yangilikka intilish va professional o'sish uchun yuqori motivatsiya shakllanadi [1; 12]. Vygotskiy va Bandura ilmiy qarashlarida ham shaxs rivojida ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash muhim o'rin tutadi [5; 6].

So'nggi o'n yillikda ko'plab xorijiy mamlakatlarda olib borilgan tadqiqotlarda oilaviy-psixologik qo'llab-quvvatlash va kasbiy stress o'rtasidagi bog'liqlik empirik tarzda tasdiqlangan. Masalan, Avstraliyada o'tkazilgan yirik milliy tadqiqot natijalariga ko'ra, oila tomonidan emotsional yordam oladigan o'qituvchilarning professional stress darajasi boshqalarga qaraganda 36% past bo'lishi aniqlangan (Williams et al., 2019) [11]. Kanadadagi (Steiner Perry, 2017) so'rovda esa oilada sog'lom psixologik iqlim mavjud bo'lgan pedagoglarning 71%ida ishga bo'lgan ishtiyoq va kasbiy barqarorlik yuqori ekanligi aniqlangan [7]. Germaniyada 2022-yilda chop etilgan metaanalizda esa, oilaviy konfliktlar pedagogik faoliyatda depressiya va "professional burnout" xavfini 2 barobarga oshirishini ko'rsatadi [10].

Xalqaro tajriba shuni ko'rsatadiki, Skandinaviya davlatlari va Yaponiya ta'lim tizimida o'qituvchilarning ruhiy salomatligi va oilaviy-psixologik barqarorligini ta'minlash maqsadida maxsus dasturlar va maslahat xonalari tashkil etilgan. Masalan, Finlyandiyada har bir maktabda o'qituvchi va uning oilasi uchun muntazam psixologik konsultatsiyalar va stressni oldini olish bo'yicha treninglar yo'lga qo'yilgan [13]. Norvegiyada esa, oiladagi ijobiy muhit pedagog kasbiy samaradorligining asosiy omili sifatida davlat konsepsiyasiga kiritilgan.

Ilmiy adabiyotlarda oila va kasbiy muvaffaqiyat o'rtasidagi bog'liqlik quyidagicha asoslanadi:

- Oila a'zolarining pedagog faoliyatini qadrlashi va e'tirof etishi – o'qituvchining o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, kasbiy o'sish uchun ichki resurslarni faollashtiradi [7; 12].
- Ijobiy oilaviy iqlim – o'qituvchining stress darajasini kamaytiradi, professional "burnout" xavfini pasaytiradi, yuqori samaradorlikka yordam beradi [8; 10].
- Oilaviy konflikt va befarqlik – pedagogning motivatsiyasi, ishga bo'lgan ishtiyoqi va ruhiy salomatligiga bevosita salbiy ta'sir ko'rsatadi, natijada ta'lim sifatiga ham xavf tug'diradi [3; 10].

Gans Selyening stress nazariyasiga ko'ra, surunkali oilaviy muammolar organizmda umumiy stressni oshiradi, bu esa ish faoliyatida charchoq, apatiya va ishdan chiqish xavfini oshiradi [3]. Shu bois, zamonaviy ilmiy tadqiqotlar stressni kamaytirishda oilaning o'rni, konstruktiv muloqot, muammolarni birgalikda hal qilish va oilaviy qo'llab-quvvatlashning asosiy omil ekanini alohida ta'kidlaydi [9; 11; 12].

O'qituvchi kasbiy faoliyatida oilaviy-psixologik muhitni sog'lomlashtirish va stressni kamaytirish uchun quyidagilar tavsiya etiladi:

- Oila a'zolari bilan muntazam ochiq muloqot va o'zaro ishonch muhitini rivojlantirish;
- Kasbiy yutuqlarning doimiy e'tirofi va rag'batlantirilishi;
- Konfliktlarni erta bosqichda aniqlash va psixologik yordamdan foydalanish;
- Oilaviy maslahatlar va stressni boshqarish bo'yicha treninglarda faol ishtirok etish;
- Maktab jamoasida hamkasblar va oila a'zolari o'rtasida tajriba almashinuvi uchun "support group"lar tashkil etish.

Xulosa qilib aytganda, o'qituvchi kasbiy faoliyatining barqarorligi va samaradorligi ko'plab omillar, xususan, oilaviy-psixologik iqlim va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bog'liq. Ijobiy oilaviy munosabatlar va zamonaviy psixologik yordam mexanizmlari pedagoglar ruhiy salomatligini saqlash, stressni kamaytirish va kasbiy muvaffaqiyatni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Xalqaro tajriba va ilmiy tadqiqotlar asosida, oilaviy-psixologik muhitni sog'lomlashtirish nafaqat o'qituvchining professional farovonligi, balki umuman ta'lim sifatining ham muhim kafolati hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. Psychological Review, 50(4), 370-396.
2. Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Harvard University Press.
3. Selye, H. (1956). The Stress of Life. McGraw-Hill.
4. Fullan, M. (2001). The New Meaning of Educational Change. Teachers College Press.
5. Vigotsky, L.S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.
6. Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Prentice-Hall.
7. Steiner, L. & Perry, M. (2017). The impact of family support on teacher burnout: Empirical study in Canada. Canadian Journal of Education, 40(2), 150-170.

BOLA SHAXSIYATI SHAKLLANISHIDA OILAVIY MUHITNING O'ZIGA XOS IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI

*Turg'unboyeva Azizaxon Gulomovna,
Namangan davlat pedagogika instituti
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori PhD, dotsent.*

Shaxs rivojlanishida oilaning roli ijtimoiy psixologiya va pedagogik

psixologiyaning asosiy tadqiqot yo'nalishlaridan biri sifatida o'rganib kelinmoqda. Bola shaxsiyatining ilk bosqichda shakllanishi uning oilaviy muhiti bilan chambarchas bog'liq. Oila nafaqat bolaga biologik va moddiy ehtiyojlarni ta'minlaydi, balki ma'naviy qiymatlar, ijtimoiy me'yorlar, madaniy qadriyatlarni avloddan avlodga yetkazuvchi asosiy ijtimoiy institut hisoblanadi. Oilaning insoniyat taraqqiyotidagi bebaho o'rni butun dunyo hamjamiyati tomonidan hamisha e'tirof etilgan va bu hozirgi globallashuv davrida yanada dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Zero, oila shaxslarninggina emas, butun bir mamlakatlar taraqqiyoti, ravnaqi, qolaversa, farovonligi uchun ham ulkan ahamiyatga ega. Shu bois, oilaning vazifasi, o'rni, kelajak taraqqiyotidagi ko'lami tom ma'noda katta institut bilan tenglashtiriladi.

Oila – hayotning abadiyligini ta'minlovchi yetakchi va yagona kuch. U insonning bezavol kamol topishi uchun betakror dargoh bo'lishi bilan birga, millatning ma'naviyati, ulug' qadriyatlari, o'lmas urf-odatlarini asrab-avaylaydigan qudratli va ishonchli maskandir. Zamonaviy ilmiy adabiyotlarda turli olimlar oilaning shaxs rivojlanishidagi ahamiyatini turlicha asoslab berishgan. Z.Freyd o'zining psixanalitik kontseptsiyasida bola shaxsiyati shakllanishida ota-onaning rolini birinchi o'ringa qo'ygan. E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasida shaxsning har bir bosqichida ijtimoiy muhit, ayniqsa oiladagi munosabatlar hal qiluvchi ahamiyat kasb etishi ta'kidlangan. L.S.Vigotskiy madaniy-tarixiy kontseptsiyasida esa oila orqali shakllanadigan ijtimoiy tajriba shaxsning ma'naviy rivojlanishida asosiy omil sifatida qaraladi. [3,...45-60-b]

Mazkur muammo yuzasidan nazariy tahlillarga nazar solganimizda, quyidagi nazariy asoslarni ko'rish mumkin. Ijtimoiy psixologiyada shaxs shakllanishi masalasi ko'p qirrali tahlil etilgan. Masalan, A.V.Petrovskiy shaxs ijtimoiy munosabatlar jarayonida kamol topishini ta'kidlasa, K.Rodgers va A. Maslou gumanistik yo'nalishda shaxsning rivojlanishi uchun erkinlik va psixologik qo'llab-quvvatlash zarurligini asoslaydi. O'zbek olimlari orasida ham oila psixologiyasi masalalariga alohida e'tibor qaratilgan. Xususan, Q.Jo'rayev (2018) tadqiqotlarida milliy oilalardagi tarbiya uslublari bola shaxsiyatiga turli ta'sir ko'rsatishi qayd etilgan.

Tadqiqotlarda ota-onaning tarbiya uslublari bola rivojiga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatishi ko'rsatilgan. Demokratik uslubda tarbiyalangan bolalar ijtimoiy faol, mustaqil fikrlaydigan shaxslar sifatida shakllansa, avtoritar uslubdagi muhitda o'sgan bolalar ko'proq qo'rquvchan va ijtimoiy passiv bo'ladi. Liberal uslub esa bolada intizomsizlik va mas'uliyatsizlikni kuchaytiradi. Bu borada oilaviy muhitning bolaga ta'siri kattadir. Oiladagi emotsional muhit bolaning ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Agar oilada mehr-muhabbat, o'zaro hurmat va birdamlik ustuvor bo'lsa, bola ijobiy xislatlarni o'zlashtiradi, o'z-o'zini anglash va ishonch hissi rivojlanadi. Bunday muhit bolada ijtimoiylashuv jarayonini yengillashtiradi.

Aksincha, oiladagi nizolar, doimiy janjallar yoki e'tiborsizlik bolaning ijtimoiy moslashuvini qiyinlashtiradi. Jumladan, P.Munustyan (2020) tadqiqotlarida

ko'rsatilishicha, janjalli muhitda o'sgan bolalarning maktabga moslashuvi sekin kechadi, ular ko'proq agressiv xulq namoyon qiladi. Siblinglar o'rtasidagi munosabat ham ijtimoiy rivojda muhimdir. Aka-uka va opa-singil munosabatlari orqali bola raqobat, hamkorlik, ijtimoiy ro'larni o'zlashtiradi. Rus psixologlari ta'limotida bu jarayon "yaqin rivojlanish zonasi"da tengdoshlar va yaqin qarindoshlar orqali sodir bo'lishi ta'kidlangan.

O'zbek oilalari misolida tahlil. O'zbekiston oilalarida bola shaxsiyati shakllanishida milliy va sharqona qadriyat, e'tiqodlar muhim o'rin tutadi. Ota so'zi oilada asosiy qaror sifatida qabul qilinishi, bolalar tarbiyasida ona mehrining asosiy rol o'ynashi milliy oilalarning o'ziga xos jihatidir. Qiz bolalarning tarbiyasida milliy urf-odatlar ustuvor bo'lib, tarbiya jarayonida odob-axloq va poklik birinchi o'ringa qo'yiladi.

Amaldagi kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, o'zbek oilalarida bolaning ijtimoiy moslashuviga ko'p jihatdan ota-ona munosabatlari va mahalla muhiti ta'sir ko'rsatadi. Oilalarning ko'pida onalar uy bekasi sifatida bola tarbiyasi bilan to'liq shug'ullansa, otalar asosan moddiy ta'minotchi sifatida namoyon bo'ladi. Bu holat bazi xollarda bolaning shaxsiy rivojida ota mehrining yetishmasligiga sabab bo'lishi mumkinligi ayniqsa achinarlidir. SHuningdek, erta turmush, qizlar ta'limiga cheklov kabi ijtimoiy omillar ham shaxs shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar qatorida.

Shaxsning kamol topishida oilaning yetakchi ta'siri bor. Oila tarbiyasining o'ziga xos milliy xususiyatlari hamda tipik kamchiliklarini bartaraf etish yo'llarini, tarbiya samaradorligini oshirish omillarini tushuntirish, oila tarbiyasi, oiladagi tarbiya imkoniyati va pedagogik madaniyat haqida tushunchalar beriladi.

Sharqona tarbiya xususiyatlariga ko'ra ota-on va farzandlar munosabati o'ziga xos bo'lgan sharqona odob va milliy-axloqiy mezonlarni o'zida aks ettiradi. Shu boisdan xam yurtimizda oilalarda farzandlarga yaxshi tarbiya berish bola hayotining dastlabki vaqtlaridan boshlaboq, ota-on oldida turgan asosiy maqsad va vazifadir, ya'ni ota-onaning shaxsiy ishigina bo'lib qolmasdan balki, ularning ijtimoiy burchi ham xisoblanadi. Ma'lumki shaxsning qadriyati uning jamiyatdagi tutgan o'rni bilan belgilanib, ko'p jihatdan uning tarbiyasiga bog'liq bo'ladi. Shu sababli xam boshqa joylarda bo'lgani kabi tabiiyki, bizning xalqimiz uchun xam ota-on o'z bolalarining tarbiyachisi hisoblanadi.

Kelgusi avlodni har tomonlama mukammal shaxs qilib tarbiyalashdek ma'suliyatli vazifa ota-on yelkasida. Darhaqiqat, inson shaxsini shakllantirish oiladan boshlanadi. Hususan bolada iroda, odatlar, fe'l-atvor, xulq, atrofga munosabat, e'tiqod va qarashlar vujudga keladi. Ana shulardan kelib chiqib, turmushda insonni kamol toptirish sharoitlari, ta'sir ko'rsatish imkoniyatlarini izchil o'rganmay turib, shaxsning xususiyatlari va ularni keltirib chiqaruvchi omillar to'g'risida fikr yuritish mumkin emas. Oila murkkab ijtimoiy guruh bo'lib, biologik, ijtimoiy, ahloqiy, mafkuraviy va ruhiy munosabatlarning birlashuvi natijasida vujudga keladi. Shu sababli turmushdagi

va oila a'zolari munosabatlaridagi o'zgarishlar uning moddiy-maishiy, iqtisodiy negizi o'zgarishiga bevosita bog'liqdir.

O'zbek oilasining qat'iy intizomi va kun tartibining bo'lishi bolalar tarbiyasiga ijobiy ta'sir qiladi. Farzandlarning bilim olishdagi yutug'i, axloqi, salomatlik darajasi ko'p jihatdan oilada qaror toptirilgan rejimga bog'liq. Ota-onaning ibratini, bu rejimga oqilona amal qilib namuna bo'lishlari zarur. Xududda oila o'ziga xos turmush o'chog'idir. Bunda mehnat asosiy o'rin egallaydi. Farzandlar ota-onaning mehnat qilishiga, shaxslararo ibratli munosabatiga o'rganadi. Ota-onalar o'rtasida o'zaro munosabatda hamjihatlik, mehr-oqibat, o'zaro sharqona hurmat, shirinso'zlik, bir-biriga g'amxo'rlik mavjud bo'lsa, bunday munosabat farzand tarbiyasiga ijobiy ta'sir qiladi.

Sharq va G'arb allomalari tomonidan ilgari surilgan inson, jamiyat, farzandlar tarbiyasi va oila haqidagi g'oyalar, ayniqsa, etnopsixologiya va etnohududiy xususiyatlarni o'rganishda muhim manba bo'lib xizmat qiladi. Bu qarashlar nafaqat zamonaviy psixologiya uchun nazariy asos, balki ma'naviy qadriyatlarimizni qayta anglash va milliy o'zlikni mustahkamlashda beqiyos ahamiyat kasb etadi. O'zbek oilasi to'g'risida so'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tahlil ishlari shuni ko'rsatadiki, bu masala bugungi kunda psixologlar, tarixchilar, huquqshunoslar, faylasuflar, demograflar, pedagoglar tomonidan mukammal tarzda o'rganilmoqda. [5,...23-34 b]

O'zbek oilalari misolidagi tahlillar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhitning ijtimoiy-psixologik jihatdan sog'lom bo'lishi shaxsning rivojlanishini belgilaydi. Ota-onalarning bolaga doimiy e'tibori, mehr va qo'llab-quvvatlash hissi bolada ijtimoiy faollikni kuchaytiradi. Shu bilan birga, tarbiya jarayonida milliy qadriyatlarni saqlash va zamonaviy ta'lim imkoniyatlaridan foydalanish bola shaxsiyati shakllanishida muhim ahamiyatga ega.

Xulosa qilib aytganimizda, yuqoridagi nazariy va amaliy tahlillardan kelib chiqib aytish mumkinki, bola shaxsiyati shakllanishida oilaviy muhitning ijtimoiy-psixologik ahamiyati beqiyosdir. Oiladagi emotsional muhit, ota-onaning tarbiya uslublari, milliy va diniy qadriyatlar, hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash shaxsning barqaror va ijtimoiy faol rivojlanishiga asos bo'lib xizmat qiladi. Shu bois, har bir oilada sog'lom ma'naviy muhitni ta'minlash nafaqat bolaning shaxsiy rivoji, balki butun jamiyatning barqaror rivojlanishida hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. - T.: "O'kituvchi" 1994.
2. Shoumarov G.B., Yoshlarda oilaviy hayot haqidagi tasavvurlar //Oila barqarorligi: muammolar, tajribalar, istiqbollar. Respublika ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari to'plami– Toshkent,2012.–B.116- 118.
3. Akramova F.A. va boshqalar. Oila entsiklopediyasi. – T: «O'zbekiston milliy entsiklopediyasi» Davlat ilmiy nashriyoti, 2019. – 240 b.

4. Oila psixologiyasi: Akademik litseylar va kasb-hunar kollejlari uchun / G'.B. Shoumarov tahr. ost. – Toshkent, 2009. – 338 b.

5. Oila entsiklopediyasi. Tuzuvchilar: F.A.Akramova, Z.Bilolova, I.Jovliev. – T: «O'zbekiston milliy entsiklopediyasi» Davlat ilmiy nashriyoti, 2019. – 240 b.

SPORT MAKTABLARI TRENERLARNING PROFESSIONAL FAOLIYATI SAMARADORLIGIGA TA'SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR.

*Tursunbayev Sandjar Bahtiyorovich
Chirchiq dalvat pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrasida O'qituvchisi.*

Kirish. Hozirgi davrda sport nafaqat sog'lom turmush tarzining ajralmas qismi, balki jamiyat taraqqiyotining muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida qaralmoqda. Ayniqsa, sport maktablarida shug'ullanayotgan yosh sportchilarning jismoniy va ruhiy salohiyatini shakllantirishda trenerlarning professional faoliyati alohida ahamiyat kasb etadi. Trenerlar nafaqat texnik va taktik bilimlarni o'rgatuvchi mutaxassis, balki sportchilarning psixologik rivojlanishini boshqaruvchi hamdir. Shu bois, trenerlarning psixologik tayyorgarligi ularning professional faoliyat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi omil sifatida qaraladi.

So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, trenerlarning sportchilar bilan ishlashdagi psixologik ko'nikmalari ularning motivatsiyasi, stressni boshqarish qobiliyati hamda musobaqalardagi natijalariga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda (Kolvin, 1991; Shubert, 2003). Masalan, sportchining o'z maqsadiga erishishida ichki ishonch va tashqi qo'llab-quvvatlash uyg'unligi muhim o'rin tutadi, bu esa trener tomonidan yaratiladigan psixologik muhitga bog'liqdir. Trenerning ruhiy barqarorligi, kommunikativ mahorati va pedagogik-psixologik yondashuvi sportchining faoliyatida muvaffaqiyat omili sifatida namoyon bo'ladi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundan iboratki, sport maktablarida faoliyat yuritayotgan trenerlarning psixologik salohiyatini rivojlantirish orqali nafaqat sportchilarning sport natijalari, balki ularning shaxsiy kamoloti va ruhiy sog'lig'i ham mustahkamlanadi. Shu jihatdan, trenerlarning professional tayyorgarligida psixologik omillarning o'rni va ahamiyatini ilmiy asosda o'rganish sport pedagogikasi va psixologiyasi uchun muhim nazariy va amaliy ahamiyatga ega.

1. Trenerlarning psixologik salohiyati va uning ta'siri

Sport pedagogikasida trener shaxsi markaziy o'rinni egallaydi. Ularning psixologik salohiyati sportchilarni maqsad sari yo'naltirish, ruhiy barqarorlikni ta'minlash hamda musobaqa jarayonida stressni yengib o'tishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Kolvin (1991) ta'kidlaganidek, trenerning ichki motivatsiyasi va psixologik tayyorgarligi sportchilarga nafaqat texnik, balki ruhiy ko'mak berish imkoniyatini

yaratadi. Shuningdek, trenerning o'zini nazorat qilish, stressni yengib o'tish qobiliyati sportchilar uchun namuna bo'lib xizmat qiladi.

2. Motivatsiya va sportchilarning faoliyati

Motivatsiya sport psixologiyasining eng muhim kategoriyalaridan biri hisoblanadi. Trenerning motivatsion yondashuvi sportchilarning mashg'ulotlarga munosabati, o'ziga bo'lgan ishonchi va musobaqalarda qatnashishga tayyorgarligini belgilab beradi. Shubert (2003) o'z tadqiqotida motivatsion uslublarning samaradorligi yuqori bo'lgan jamoalarda sportchilar natijalari barqaror o'sishini qayd etgan. Ayniqsa, yosh sportchilar uchun trenerning ilhomlantiruvchi nutqlari, maqtov va rag'batlantirish vositalari psixologik tayyorgarlikda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

3. Stressni boshqarish va ruhiy barqarorlik

Sport faoliyati, ayniqsa musobaqa davri yuqori stress bilan bog'liq. Stressni boshqarish bo'yicha psixologik texnikalarni qo'llay oladigan trener o'z faoliyatini samarali olib borishi bilan birga, sportchilarining ruhiy barqarorligini ham mustahkamlashi mumkin. Lang (2012)ning fikricha, stressni boshqarish trenerning professional kompetensiyasining ajralmas qismi bo'lib, sportchining musobaqaga tayyorgarlik darajasini oshiradi. Meditatsiya, vizualizatsiya, nafas olish mashqlari kabi metodlar trener amaliyotida keng qo'llanilganda sportchilar natijalari sezilarli darajada yaxshilanishi kuzatiladi.

4. Psixologik xavfsizlik va o'zaro ishonch

Sportchilarning erkin fikr bildirishi, o'zini qo'llab-quvvatlangan holda his qilishi, psixologik xavfsizlik muhiti mavjud bo'lganda samarali bo'ladi. Zukov (2014) sportchi va trener o'rtasidagi ishonch muhitini psixologik xavfsizlikning asosiy sharti sifatida ta'riflaydi. Agar sportchi o'zining xatolari uchun tanqid ostida qolmasdan, balki qo'llab-quvvatlansa, unda ijodkorlik, tashabbuskorlik va natijaga bo'lgan intilish ortadi. Bu esa trenerning liderlik fazilatlarini bilan bevosita bog'liqdir.

5. Psixologik tayyorgarlikni rivojlantirish usullari

Trenerlarning psixologik tayyorgarligini oshirish uchun turli metodlar mavjud bo'lib, ular seminarlar, treninglar, individual psixologik mashg'ulotlar hamda amaliy qo'llanmalar orqali amalga oshiriladi. Apanasenko (2007) bu jarayon trenerning nafaqat sportchilarga, balki o'zining kasbiy faoliyatiga bo'lgan munosabatini ijobiy tomonga o'zgartirishini ta'kidlaydi. Shuningdek, Andreev (2009) trener tomonidan ko'rsatiladigan psixologik yordam sportchilarning ruhiy salomatligini qo'llab-quvvatlashda hal qiluvchi rol o'ynashini isbotlagan. Shu boisdan, psixologik tayyorgarlikni oshirish trenerlik faoliyatining majburiy tarkibiy qismi sifatida qaralishi zarur.

Xulosa

O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, sport maktablarida trenerlarning professional faoliyat samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri ularning psixologik tayyorgarligidir. Trenerning psixologik salohiyati sportchilarda motivatsiya

uyg'otish, stressni boshqarish, o'zaro ishonchni shakllantirish va psixologik xavfsizlikni ta'minlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shuningdek, trenerning ruhiy barqarorligi va kommunikativ ko'nikmalari sportchilarning nafaqat sport natijalariga, balki ularning shaxsiy rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi ilmiy-amaliy xulosalarga kelindi:

1. **Psixologik salohiyat** trener faoliyatida asosiy motivatsion va boshqaruv mexanizmlaridan biri bo'lib, sportchilarning ruhiy barqarorligini mustahkamlashda muhimdir.

2. **Motivatsion yondashuvlar** sportchilarning mashg'ulotlarga qiziqishini oshiradi, musobaqalarda yuqori natijalarga erishishiga turtki beradi.

3. **Stressni boshqarish texnikalari** trener va sportchi faoliyatida samaradorlikni ta'minlash uchun zaruriy vosita hisoblanadi.

4. **Psixologik xavfsizlik muhiti** sportchi-trener munosabatlarini mustahkamlab, o'zaro ishonchni rivojlantiradi va natijaviylikni oshiradi.

5. **Seminarlar, treninglar va psixologik yordam** trenerlarning kasbiy tayyorgarligini takomillashtirishning samarali yo'llari sifatida e'tirof etiladi.

Umuman olganda, sport maktablarida trenerlarning psixologik tayyorgarligini rivojlantirish ularning professional samaradorligini oshirish bilan bir qatorda sportchilarning jismoniy va ruhiy rivojlanishini ham ta'minlaydi. Shu sababli, trenerlar uchun psixologik tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish dolzarb vazifa sifatida qaralishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Kolvin, D. (1991). *The Psychology of Coaching: A Guide for Trainers and Athletes*. New York: Wiley.
2. Shubert, S. M. (2003). Motivational Techniques in Sport Coaching. *Sport Psychology Journal*, 12(3), 134–145.
3. Lang, D. G. (2012). Stress Management for Coaches. *Sports Psychology Today*, 15(2), 98–112.
4. Zukov, L. A. (2014). *Psychological Safety in Sports Teams*. Moscow: Physical Education and Sports Publishing.
5. Apanasenko, A. S. (2007). *Psychological Training for Coaches*. Saint Petersburg: Sport Press.
6. Andreev, T. A. (2009). *Psychological Assistance in Sports*. Moscow: Sports Academy Press.

MIGRANT OILALARIDA QADRIYATLAR O'ZGARISHINING IJTIMOIY -PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

*Umarova Shohida Absalomovna
CHDPU Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi.*

Kirish Bugungi globallashuv sharoitida xalqaro migratsiya jarayonlari jadal sur'atlar bilan rivojlanib bormoqda. Jahon miqyosida iqtisodiy imkoniyatlarni izlash, yaxshiroq hayot sharoitiga erishish, shuningdek, siyosiy va ijtimoiy omillar tufayli millionlab insonlar boshqa mamlakatlarga ko'chib o'tmoqda. Migratsiya jarayoni, bir tomondan, yangi imkoniyatlar va resurslarga ega bo'lish imkonini bersa, boshqa tomondan, shaxs va oilaning ijtimoiy-psixologik hayotida qator murakkabliklarni yuzaga keltiradi. Xususan, migrant oilalarida qadriyatlarining o'zgarishi jarayoni murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida namoyon bo'ladi. Oila – jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti sifatida qadriyatlar, urf-odatlar va an'analarni avloddan-avlodga yetkazuvchi muhim tizim hisoblanadi. Ammo yangi madaniy muhitga kirib kelgan migrant oilalari mavjud qadriyatlarini qayta ko'rib chiqishga, ularni yangi sharoitlarga moslashtirishga majbur bo'ladilar. Bu esa oilaviy rollar transformatsiyasi, avlodlararo tafovutlar, identiklik muammolari va psixologik moslashuv jarayonlarini yuzaga keltiradi. Shuningdek, iqtisodiy sharoitning o'zgarishi, ta'lim tizimi, ijtimoiy aloqalar va mehnat bozoridagi faoliyat oilaviy qadriyatlarga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Natijada milliy qadriyatlar va yangi jamiyat qadriyatlari sintezi asosida gibril qadriyat tizimi shakllanadi. Bunday jarayon oilaviy barqarorlik, psixologik salomatlik va ijtimoiy integratsiya uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb masaladir. Ushbu maqolada mazkur jarayonning asosiy omillari, ularning oilaviy hayotga ta'siri hamda natijalari ilmiy tahlil etiladi.

Migratsiya jarayoni zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan ijtimoiy hodisalardan biri hisoblanadi. Insonlarning yangi mamlakatlarga ko'chib o'tishi ularning iqtisodiy ahvoli, ijtimoiy hayoti va psixologik salomatligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Eng avvalo, bu jarayon oilaviy qadriyatlarning qayta ko'rib chiqilishi va o'zgarishini keltirib chiqaradi. Oila esa jamiyatning asosiy ijtimoiy instituti sifatida qadriyatlar, an'analalar va madaniy merosni saqlovchi va avloddan-avlodga yetkazuvchi tizim hisoblanadi. Shu sababli migrant oilalarida qadriyatlarining o'zgarish omillarini ilmiy jihatdan o'rganish dolzarb masalalardan biridir. Kanadalik psixolog J. Berry (1997) o'zining "Acculturation Theory" (Akkulturatsiya nazariyasi)da ta'kidlaganidek, migratsiya jarayoni ikki asosiy yo'l bilan kechadi: assimilyatsiya (yangi jamiyat qadriyatlarini to'liq qabul qilish) va integratsiya (milliy qadriyatlarni saqlagan holda yangi qadriyatlarga moslashish). Shu nuqtai nazardan, migrant oilalaridagi qadriyatlar o'zgarishi ijtimoiy hamda psixologik determinantlar ta'sirida shakllanadi.

Tadqiqotlar natijalari va muhokama: Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish natijalari shuni ko'rsatadiki, bu jarayon ko'p qirrali va murakkab bo'lib, u oilaning ijtimoiy muhitga moslashuvi hamda shaxsiy psixologik holati bilan chambarchas bog'liqdir. Ijtimoiy determinantlar bo'yicha natijalar: Madaniy muhit ta'siri. Tadqiqotlar (Berry, 2005; Hofstede, 2001) shuni ko'rsatadiki, migrant oilalari yangi jamiyat qadriyatlariga moslashishda ikki xil yo'lni tanlaydi: integratsiya (milliy qadriyatlarni saqlash bilan birga yangi qadriyatlarga moslashish) yoki assimilyatsiya (yangi qadriyatlarni to'liq qabul qilish). Integratsiyani tanlagan oilalar odatda psixologik jihatdan barqarorroq bo'lib chiqadi. Iqtisodiy omillar: Ma'lumotlarga ko'ra, iqtisodiy mustaqillikka erishgan migrant oilalarida an'anaviy rollar sezilarli darajada o'zgaradi. Ayollarning mehnat bozoriga kirib borishi ularning oiladagi mavqeini kuchaytirgan bo'lsa, erkaklarning an'anaviy "asosiy ta'minotchi" roli nisbatan zaiflashgan. Ta'lim tizimi: Farzandlar yangi ta'lim tizimida tezroq integratsiyalashib, yangi qadriyatlarni qabul qilganlari sababli ota-onalardan farqli dunyoqarashga ega bo'lmoqda. Bu esa avlodlararo tafovutlarni kuchaytirib, oilaviy muhokama va nizolarning asosiy manbalaridan biriga aylangan. Ijtimoiy aloqalar: Mahalliy aholiga yaqin bo'lgan va faol ijtimoiy aloqalarni shakllantirgan oilalar qadriyatlar tizimida tezroq ijobiy transformatsiyaga erishgan. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiyada qolgan oilalarda qadriyatlar o'zgarishi sekin kechgan va ko'pincha ichki qarama-qarshiliklarga olib kelgan. Psixologik determinantlar bo'yicha natijalar: Migratsiya stressi. O'tkazilgan tadqiqotlar (Berry, 1997; Ward, 2001)ga ko'ra, til bilmaslik, ijtimoiy izolyatsiya va diskriminatsiya oilaviy stressni kuchaytiradi. Stress darajasi yuqori bo'lgan oilalarda qadriyatlar keskin o'zgarishi yoki qadriyatlar inqirozi kuzatilgan. Identiklik inqirozi. Migrant oilalarida identiklik masalasi dolzarb bo'lib, ayniqsa ikkinchi avlod vakillari ko'pincha "ikki madaniyatli identiklik"ka ega bo'lishadi. Bu ularga ko'p madaniyatli jamiyatda muvaffaqiyatli moslashish imkonini bersa-da, ba'zi hollarda "ikki olam orasida qolish" hissini kuchaytirgan. Avlodlararo tafovutlar. O'smirlar va yoshlar yangi qadriyatlarni tezroq qabul qilishi ota-onalar bilan nizolarga sabab bo'lgan. Mead (1970) tomonidan ilgari surilgan "prefigurativ madaniyat" g'oyasi amalda o'z tasdig'ini topdi: yoshlar kattalarga qaraganda tezroq o'zgarib, ularga yangi qadriyatlarni o'rgata boshlaydi. Oilaviy rollar transformatsiyasi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ayollarning iqtisodiy mustaqilligi oshgani sari oiladagi qaror qabul qilish jarayonida ularning ishtiroki kuchaymoqda. Bolalarning yangi muhitga tez moslashishi esa ota-onalarning ularning qarashlariga moslashishga majbur qilmoqda. Natijalar shuni ko'rsatadiki, migrant oilalarida qadriyatlarning o'zgarishi bir yoqlama emas, balki dinamik va ikki tomonlama jarayondir. Milliy qadriyatlar saqlanib qolishi bilan birga, yangi jamiyat qadriyatlari bilan uyg'unlashib, o'ziga xos gibril qadriyat tizimi shakllanmoqda. Bu tizim oilaviy barqarorlikni mustahkamlashi mumkin, biroq avlodlararo qarama-qarshilik va identiklik inqiroziga ham olib kelishi ehtimoli yuqori. Shu bois, migrant oilalarning moslashuv

jarayonida ularni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik xizmatlar ko'rsatish va madaniyatlararo muloqotni kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi. Olimlar (Berry, Tajfel, Hofstede, Triandis)ning nazariy qarashlari amaliy tadqiqot natijalari bilan uyg'unlashib, migrant oilalaridagi qadriyatlar transformatsiyasini yanada chuqurroq anglash imkonini berdi.

Xulosa. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo'lib, u ijtimoiy determinantlar (madaniy muhit, iqtisodiy sharoit, ta'lim tizimi, ijtimoiy aloqalar) va psixologik determinantlar (moslashuv, identiklik inqirozi, avlodlararo tafovut, oilaviy rollar transformatsiyasi) ta'sirida shakllanadi. Ushbu jarayon natijasida gibrid qadriyat tizimi yuzaga keladi, oilaviy barqarorlik esa qadriyatlarning uyg'unligiga bog'liq bo'ladi. Shunday ekan, migrant oilalar bilan ishlashda psixologik yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va madaniyatlararo muloqotni kuchaytirish zarurdir. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishi ko'p qirrali va murakkab jarayon bo'lib, u ijtimoiy (madaniy muhit, iqtisodiy sharoit, ta'lim, ijtimoiy aloqalar) hamda psixologik (stress, identiklik inqirozi, avlodlararo tafovut, oilaviy rollar) determinantlar ta'sirida shakllanadi. Olimlar (Berry, Hofstede, Triandis, Tajfel, Mead)ning ta'kidicha, qadriyatlar o'zgarishining eng muhim natijasi – milliy va yangi jamiyat qadriyatlari sintezi asosida gibrid qadriyat tizimining yuzaga kelishidir. Bu tizim oilaviy barqarorlik va psixologik farovonlik uchun hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish shuni ko'rsatadiki, bu jarayon murakkab, ko'p omilli va dinamik xarakterga ega. Migratsiya nafaqat ijtimoiy-iqtisodiy hayotni, balki oila institutining ichki tuzilishi, qadriyatlari va psixologik muhitini ham sezilarli darajada o'zgartiradi. Ijtimoiy determinantlar – yangi madaniy muhitga moslashuv, iqtisodiy sharoit, ta'lim tizimi va ijtimoiy munosabatlar oilaviy qadriyatlarning qayta shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Ayniqsa, farzandlarning ta'lim jarayonida yangi qadriyatlarni tezroq o'zlashtirishi ota-onalar bilan avlodlararo tafovutlarni kuchaytiradi. Psixologik determinantlar – migratsiya stressi, identiklik inqirozi, avlodlararo qarama-qarshiliklar va oilaviy rollar transformatsiyasi qadriyatlar tizimini o'zgartiruvchi muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Milliy va yangi qadriyatlarning sintezi natijasida migrant oilalarda o'ziga xos gibrid qadriyat tizimi shakllanmoqda. Bu tizim bir tomondan oilaviy barqarorlik va ijtimoiy moslashuvni ta'minlasa, boshqa tomondan avlodlararo muammolar va identiklik inqirozini ham kuchaytirishi mumkin. Olingan natijalardan kelib chiqib, quyidagi ilmiy-amaliy xulosalarga kelish mumkin: Migrant oilalarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlarini kuchaytirish, ayniqsa, psixologik moslashuv jarayoniga ko'mak berish muhimdir. Ta'lim tizimida madaniyatlararo muloqotni rag'batlantirish va oilaviy qadriyatlarni uyg'unlashtirishga yordam beruvchi pedagogik yondashuvlarni rivojlantirish lozim. Migratsiya jarayonida ayollar va yoshlarning oila qadriyatlari tizimidagi o'rni va rolini to'g'ri yo'naltirish, ularning faol ishtirokini qo'llab-quvvatlash ijtimoiy barqarorlikka xizmat qiladi. Umuman olganda,

migrant oilalarida qadriyatlar o'zgarishini tadqiq etish nafaqat ilmiy-nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarbdir. Chunki qadriyatlarning uyg'unlashuvi jamiyatning ijtimoiy integratsiyasi, oilaviy barqarorlik va shaxsiy psixologik farovonlikni ta'minlashning muhim shartidir.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ляльчук Г.Д. Психологическая помощь семьям трудовых мигрантов/Г.Д. Ляльчук // Молодой ученый. - 2015. - № 5-4 (20). - С. 84-87
2. Aripova G. Migrant ayollarning tibbiy moslashuvi. // *Psixologiya va hayot* , 2021 yil, 2-son.
3. Бельская О.Н. Психологический феномен брака и семьи в современной и дореволюционной России /О.Н.Бельская // Евразийский союз ученых.2016. № 3-5 (24). С. 9-11.
4. Beshimov U. Mehnat migratsiyasining ijtimoiy-psixologik holati. // *Jamiyat va boshqaruv* , 2023 yil, № 4.
5. Suvorova N. Migrant bolalar tibbiy moslashuvi muammolari. // *Bolalik psixologiyasi* , 2021 y., 3-son.
6. Shohida Umarova Chirchik State Pedagogical University./Psychological Features Of Workers And Factors Affecting Them./Pedagogical Cluster- Journal of Pedagogical Developments./ PCJPD: Volume 2 Issue 9, September 2024,online:ISSN2956896X./<https://euroasianjournals.org/index.php/pc/article/view/497/431>.

**KLINIK PSIXOLOGIYA VA BOLALARGA TIBBIY YORDAM
KO'RSATISH PSIXOLOGIYASI**

*Umrzaqova Gulchehra Abdurasuljon qizi
Alfraganus Universiteti Pedagogika fakulteti
Psixologiya yo'nalishi 2kurs*

Zamonaviy sog'liqni saqlash tizimlarida klinik psixologiya va bolalarga tibbiy yordam ko'rsatish psixologiyasi o'rtasidagi integratsiya tobora muhimroq bo'lib bormoqda. Pediatrik bemorlarning kasallikka moslashuvi, og'riq va bezovtalikni kamaytirish, davolanishga nisbatan sadoqatni oshirish hamda kasalliklar natijalarini yaxshilashda psixologik yondashuvlar bevosita rol o'ynaydi. Biopsixosotsial model asosida inson holati jismoniy, emotsional, kognitiv va ijtimoiy omillar doirasida o'rganiladi; shunday yondashuvlar klinik psixologiyaning amaliy predmetini bolalar kontekstida kengaytiradi.

Klinik psixologiya – bu insonning ruhiy farovonligini asrash va tiklashga qaratilgan amaliy-ilmiy yo'nalishdir. Klinik psixologlar insonlarning psixologik muammolarini baholaydilar va ularning tashxislarini aniqlaydilar. Bu jarayon shaxsning

tarixini, alomatlarini, hissiy holatini va hayotiy sharoitlarini baholashni o'z ichiga oladi. U tibbiyot, psixologiya hamda nevrologiya kabi sohalarining tutashgan qismida shakllangan va rivoj topgan (Zokirov, 2019).

Klinik psixologiyaning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:

Tashxislash: Ruhiy holatdagi buzilishlarni aniqlash va baholash maqsadida psixologik testlar o'tkazish va suhbatlar tashkil etish.

- *Psixoterapiya:* Stress, depressiya, xavotir buzilishlari, ruhiy jarohatlar va boshqa psixik holatlarni yengillashtirish maqsadida turli davolash uslublarini qo'llash (Nemov, 2005).

- *Reabilitatsiya:* Og'ir ruhiy kasalliklarga chalingan bemorlarning ijtimoiy va psixologik tiklanishiga yordam ko'rsatish.

- *Oldini olish:* Ruhiy farovonlikni taminlash hamda kasalliklarning yuzaga kelishini bartaraf etish uchun tavsiyalar va maslahatlar berish.

Ushbu baholash jarayoni to'g'ri tashxis qo'yish va tegishli davolash rejasini yaratish uchun muhimdir.

Bolalik davridagi har qanday kasallik asab faoliyatining qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarini o'zgartirib yuboradi. Bolalarda tibbiy yordam jarayonlari ko'pincha stress, xavotir, ozmi-ko'pmi og'riq sezgisining kuchayishi, yordam ko'rsatish jarayoniga moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi muammolarni keltirib chiqaradi. Bularning barchasi kasallik boshqaruvi samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Pediatriya sohasida nafaqat kasalliklarni davolash, balki bolaning ruhiy holatini inobatga olish ham muhim sanaladi. Shuning uchun klinik psixologiya bolalardagi tibbiy jarayonlarni yaxshilash, bemorning depressiya, xavotir, rang-barang adaptatsion muammolarini erta aniqlash va psixologik intervensiyalar orqali qo'llab-quvvatlash imkonini beradi. Shu bilan bir qatorda shifokorlar nafaqat kasallikni davolash, balki bemorning ruhiy holatini ham hisobga olishlari kerak. Ayniqsa, bolalar bilan ishlashda klinik psixologiyaning yondashuvlari katta ahamiyat kasb etadi. Bola uchun shifoxona – notanish muhit, tibbiy muolajalar – qo'rquv manbai bo'lishi mumkin. Shu sababli tibbiy yordam jarayonida klinik psixologiya yutuqlaridan foydalanish bolaning stressini kamaytiradi va davolash samaradorligini oshiradi.

Xalqaro tadqiqotlar bolalarda psixologik yordamning og'riqni boshqarish, muolajaga moslashuv, ijtimoiy-qaramlik xavfini kamaytirish va umumiy hayot sifatini yaxshilashda ijobiy rol o'ynashini ko'rsatadi,

Amaliy misollar

- Operatsiya oldidan psixologik tayyorlangan bola jarrohlikdan keyin tezroq tiklanadi.
- Surunkali kasalliklarga chalingan bolalarda klinik psixolog yordamida depressiya kamayadi va davolashga intilish kuchayadi.

Nogironligi bo'lgan bolalarda reabilitatsiya jarayonida klinik psixologik qo'llab-quvvatlash ijtimoiy moslashuvni yengillashtiradi.

Biroq ko'plab chekka hududlarda bolalarga yo'naltirilgan psixologik xizmatlar yetarli darajada mavjud emasligini hisobga olib, sog'liqni saqlash tizimlarida yangi protokol va yo'riqlarni joriy etish zarurati mavjud.

So'nggi yillarda bolalarda psixosomatik kasalliklar soni ortib borayotganligining sababi stress, oilaviy muhit, ta'limdagi bosim va chekka hududlardagi psixologik yordamning yetarli emasligi ushbu jarayonni yanada kuchaytirmoqda.

Klinik psixologiya va bola psixosomatika rivojlanishini chekka hududlarda qo'llab-quvvatlash bo'yicha taklif va tavsiyalar

1. Kadrlar va mutaxassislarni tayyorlash

- Chekka hududlarda psixologik xizmatni kengaytirish uchun mobil psixologik brigadalar tashkil etish. Haftasiga oyiga belgilangan grafik bo'yicha chekka punktlarga borish.

- Qishloq vrachlik punktlari xodimlari va maktab o'qituvchilarini qisqa muddatli treninglar orqali bolalardagi psixosomatik belgilarni aniqlashga o'rgatish.

- Telemeditsina va onlayn maslahatlarni joriy qilish.

2. Ta'lim va ongini oshirish.

- Ota-onalar uchun stress, hissiy muvozanat va oilaviy muhitning bola salomatligiga ta'siri haqida treninglar tashkil etish.

- Maktab psixologlarining malakasini oshirish kurslarini muntazam o'tkazish.

- Bolalar uchun hissiyotlarni ifoda etish, konfliktlarni hal qilish, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga oid darslar joriy etish.

3. Diagnostika va profilaktika

- Maktab va poliklinikalarda bolalarni psixologik skriningdan o'tkazish.

- Oilaviy anamnez asosida xavf guruhidagi bolalarni alohida nazoratga olish

- San'at terapiyasi, sport, musiqa va o'yin terapiyasi kabi psixoprofilaktik usullarni kengaytirish.

4. Resurslar va infratuzilma

- Har bir tuman markazida psixologik yordam kabinetlarini tashkil qilish.

- Psixosomatika va ruhiy salomatlikka oid qo'llanmalarni mahalliy tillarda yaratish.

- Mahalla, maktab va tibbiyot muassasalari hamkorligida bolalar uchun psixoprofilaktik dasturlarni yo'lga qo'yish.

Ushbu taklif va tavsiyalardan kelib chiqib, erishilishi mumkin bo'lgan ijobiy yutuqlar

Bola ruhiy holatini baholashga erishish – tashvish, qo'rquv, depressiv kayfiyat yoki agressiyani aniqlash va oldini olish

- *Stressni kamaytirish* – muolaja oldidan psixologik tayyorgarlik ko'rishga erishish (o'yin terapiyasi, suhbatlar, nafas mashqlari).

- *Ishonch muhitini yaratish* – bola hamda shifokor o'rtasida ijobiy muloqot o'rnatish.
- *Ota-onalar bilan ishlash* – ota-onaning ruhiy holati bolaning davolanish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi, shu sababli klinik psixolog ota-onaga maslahat va amaliy tavsiyalar berishi.
- *Reabilitatsiya jarayonida yordam* – kasallikdan keyingi psixologik moslashuvni ta'minlash.
- *Somatik va psixologik sog'liqning o'zaro ta'sirini yaxshilash* Bola organizmidagi og'riq, kasallik va cheklovlar ruhiy tushkunlikka olib kelishini oldini olish va shu jarayonda klinik psixologiya bolaning ruhiy holatini yengillashtirish orqali davolash jarayonini tezlashtirilishi
- *Stress va immunitet*: Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ruhiy stress bolalarda immun tizimining zaiflashishiga olib keladi. Demak, psixologik yondashuv bilan stress kamaytirilsa, immunitet mustahkamlanishiga erishish
- *Qo'rquvni kamaytirish*: Klinika sharoitida bolalarning igna, og'riq yoki shifokordan qo'rqishi keng tarqalganligi bois klinik psixolog, bu qo'rquvni nazorat qilish va yengillashtirish usullarini ishlab chiqishi
- *Davolashga motivatsiya*: Bola muolajaga ijobiy munosabatda bo'lsa, dori-darmonlarni qabul qilish, tartib-qoidalarga amal qilish osonlashadi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, klinik psixologiya va bola psixosomatikasini rivojlantirishda chekka hududlarga alohida e'tibor qaratish zarur. Bu jarayon integratsiyalashgan yondashuv, mutaxassislar tayyorlash, ota-onalar va jamiyat ongini oshirish, shuningdek, diagnostika va profilaktika choralarini kuchaytirish orqali amalga oshirilishi mumkin. Vaqtida ko'rilgan choralar bolalarda psixosomatik kasalliklarning oldini olish, sog'lom avlod tarbiyalash va jamiyat ruhiy salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Xulosa. Bolalarga tibbiy yordam ko'rsatishda psixologik yondashuv shifokor va ota-onalar uchun muhim masaladir. Bola ruhiy holatiga e'tibor qaratish orqali davolash samaradorligi oshadi, qo'rquv va stress kamayadi, bolaning sog'ayish jarayoni tezlashadi. Shuning uchun pediatriya amaliyotida nafaqat tibbiy bilim, balki bolalar psixologiyasi bo'yicha bilim va ko'nikmalar ham zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Cherry (2020), Psychology Today (2021), BetterHelp (2017) (universalpublishings.com)
2. ©Z. Ibodullayev. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik., 3-nashr., T.; 2019., 494b.
3. © Ibodullayev ensiklopediyasi., 2022 y; ©asab.cc American Psychological Association.
4. Handbook of Health Psychology. New York: APA Press, 2018. – P. 90–121.

5. 2. Freud S. Psixoanaliz va psixosomatik simptomlar. Moskva: “Eksmo”, 2012. – B. 112–138.
6. 3. Karimova L.M. Klinik psixologiya asoslari. Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020. – B. 25–48.
7. 4. Nemov R.S. Psixologiya: Asosiy yo‘nalishlar. Moskva: “Vlados”, 2005. – B. 305–322.
8. 5. Sirojiddinov M.Q. Stress va uning organizmga ta’siri. Buxoro: “Afsona print”, 2022. – B. 77–95.
9. 7. Zokirov A.A. Tibbiyot psixologiyasi. Toshkent: “O‘qituvchi”, 2019. – B. 55–73.

OILAVIY NIZOLAR VA ZO‘RAVONLIKNING KELIB CHIQISH SABABLAR

*Umida Ungboyeva,
QarshiDU mustaqil tadqiqotchi*

Jamiyatda ma’naviy-ruhiy hayotni sog‘lomlashtirish va demokratiyani chuqurlashtirish uchun xotin-qizlar va o‘smirlar xuquqiy ongini o‘stirish ularni ijtimoiy hayotga bo‘lgan munosabati va huquqiy-psixologik bilim darajasini yuksaltirishga alohida e’tibor qaratilmoqda.

Har qanday jamiyat taraqqiyotida oila mustahkamligini o‘rni uning o‘ziga hosligi haqida fikr yuritib kelingan. Oilada ma’naviy-ruhiy muhitning mavjudligi, har bir shaxsni sog‘lom fikrga ega bo‘lishi va shaxs sifatida shakllanayotgan farzandlarning kamol topishiga katta imkoniyatlar yaratib beradi.

Shu boisdan, ham oila “Kichik bir vatan” deb qaralib, uning “poydevori” haqida ko‘plab mulohazalar yuritilganda, oilaviy muammolarning kelib chiqish sabablarini izohlashga imkon topiladi. Oilaviy nizolar, ularni keltirib chiqaruvchi obektiv va subektiv sabablarni o‘rganish, oldini olish, bartaraf etish rivojlanayotgan jamiyatimizning kelajak ravnaqi uchun katta ahamiyatga ega. Shuning uchun ham uning asosini tashkil etuvchi har bir fuqaro shaxs manfaatlari, extiyohlari, imkoniyatlarini to‘la-to‘kis bilishi zarur.

Har qanday davlatning, jamiyatning asosini birinchi bo‘g‘inini oila va shaxs tashkil etadi. Shaxs oilada voyaga yetadi, jamiyat taraqqiyotining kelajagi esa aynan inson shaxsining kamol topishiga bog‘liqdir. Oiladagi tinch osoyishta muhit, oila a’zolarining dunyoqarashlari, xulq-atvori, bolalar tarbiyasining mukammalligi, ruhiy holati jamiyat kelajagiga ta’sir etadi.

Insonparvar, demokratik, jamiyat inson shaxsi oldiga qator vazifalarni qo‘yadi. Bu vazifalarni amalga oshirishda barkamol inson shaxsini shakllantirish, tarbiyalash g‘oyasini hayotga tadbiq etish eng muhim yo‘l xisoblanadi. Hozirgi paytda bu yo‘lda juda ko‘plab hal etilishi muhim bo‘lgan muammolar mavjuddir.

Oilaviy nizolar zamirida barkamol inson shaxsini shakllantirish g'oyasiga zid bo'lgan ya'ni insonni fikr yuritish doirasiga salbiy ta'sir qilish va majruh etish g'oyasi yotadi. Bular insonga nisbatan zo'ravonlik, ruhiy tushkunlik, huquqning toptalishi, sog'liqning zaiflashishi ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Oilaviy nizolar oila a'zolari o'rtasida sodir bo'lib, bir kishining boshqa bir yoki bir necha kishilar ustidan xukmronlik va nazorat o'tkazishga harakat qilishi tufayli sodir bo'ladi. Albatta, bu yerda oila a'zolarining xarakteri, dunyoqarashi va xulq-atvori ham muhim ahamiyat kasb etadi, aynan nizo kelib chiqqanda bu xususiyatlar sabab qilib ko'rsatiladi.

Nizolar zo'ravonlikni, tazyiqni keltirib chiqaradi. Zo'ravonlik bu- bir kishining boshqalar ustidan xukmronlik va nazorat o'rnatishiga intilishidir. Oilaviy zo'ravonlikning ruhiy, jismoniy, iqtisodiy, huquqiy shakllari mavjud bo'lib, ular orqali tazyiq o'tkazish kechirib bo'lmaydigan holdir.

Oiladagi zo'ravonlik eng yaqin qarindoshlar tomonidan sodir etilishi eng daxshatli holdir. Oilada zo'ravonlikka ko'pincha ayollar, bolalar, qariyalar uchraydilar. U turli qarindoshlari ya'ni er-xotin, qaynona-kelin, ota-ona, farzandlar o'rtasida sodir bo'lishi mumkin. Uning kelib chiqish sabablariga e'tibor qaratadigan bo'lsak:

Oilaga yangi kelinning moslashuvi ta'minlanmaganligi, urf odat va an'analarning ikkala oilada turlichaligi va xokazo.

Er-xotinning farzandlar tarbiyasiga turlicha yondashuvi: (masalan: muammolarni sir tutish)

Oiladagi ma'naviy-ruhiy iqlimni shakllanmaganligi:

Oilada o'zaro munosabatlarning to'g'ri yo'lga qo'yilmaganligi:

Farzand tarbiyasidagi ma'suliyatlik huquqlarini bilmaslik;

Er-xotinning xiyonatli holatlari kabi bir qancha sabablarni ko'rsatish mumkin.

Hozirgi vaqtda ayniqsa, zo'ravonlikka duch kelayotgan ayollar soni ortib bormoqda. Ayollarning hayoti va sog'lig'i xavf ostida bo'lgan holatlarda ko'pincha statsionar boshpanalar, inqiroz markazlari va bir qator ijtimoiy-psixologik xizmat ko'rsatadigan maxsus reabilitatsiya muassasalaridan foydalaniladi. Ushbu muassasalar zo'ravonlik, hayot uchun xavfli vaziyatlar yoki boshqa inqirozli vaziyatlarga duch kelgan ayollarga xavfsizlik va zarur yordam ko'rsatishda asosiy rol o'ynaydi.

Reabilitatsiya markazlari – zo'ravonlikka uchragan xotin-qizlarning inqiroz paytida xavfsiz joy topishlari mumkin bo'lgan vaqtinchalik boshpana. Ushbu boshpanalar uy-joy, oziq-ovqat va kiyim-kechak kabi asosiy xizmatlarni taqdim etadi. Bundan tashqari, bu erda professional maslahatchilar va psixologlar yordam ko'rsatish va tajriba va travmalarni engishga yordam beradi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, oila va uning mustahkamligini har tomonlama shakllantirishda avvalo, oila a'zolarining oilaviy munosabatga kirishuvida yuzaga keladigan muammoli vaziyatlarni yuzaga keltiruvchi sabablarni topib, shu asosda ularning huquqiy -psixologik bilimdonlik darajasini oshirib borish muammoni oldini

olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasining Fuqarolik kodeksi.- T."Sharq", 2003-yil. B.458.
2. Karimova V.M. "Oila psixologiyasi" Darslik. Pedagogika oliygohlari talabalari uchun – T.: 2007. – B.316.

**TALABALARNING INTELLEKTUAL QOBILIYATLARINI
RIVOJLANTIRISH VA SALOHİYATLI KADRLARNI TAYYORLASHNING
PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI**

*Usmonov Sherzod Axmadjonovich,
FarDU psixologiya kafedrasi mudiri(PhD)*

Hozirgi globallashuv jarayoni va innovatsion texnologiyalarning jadal rivojlanishi sharoitida intellektual qobiliyatlarni shakllantirish hamda salohiyatli kadrlarni tayyorlash ta'lim tizimining eng dolzarb vazifalaridan biriga aylanmoqda. Endilikda ta'lim jarayoni faqatgina bilim berish bilan chegaralanmasdan, talabalarni mustaqil fikrlash, ijodiy yondashuv ko'rsatish va turli muammolarni hal etish ko'nikmalarini rivojlantirishga yo'naltirilishi zarur. Intellektual qobiliyatlarning rivojlanishi shaxsning nafaqat shaxsiy, balki kasbiy muvaffaqiyatga erishishi uchun ham asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy mehnat bozori bugungi kunda yuqori malakali, ijodkor, tanqidiy va analitik fikrlash qobiliyatiga ega bo'lgan mutaxassislarni talab qilmoqda. Bu esa ta'lim tizimidan intellektual salohiyati rivojlangan, o'zgaruvchan ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarga va innovatsion sohalarga tez moslasha oladigan kadrlarni yetishtirishni talab etadi. Shu nuqtai nazardan, talabalarda intellektual qobiliyatlarni shakllantirish jarayoniga ta'sir etuvchi psixologik determinantlarni chuqur o'rganish va tahlil qilish zamonaviy psixologik-pedagogik tadqiqotlarning dolzarb yo'nalishlaridan biridir.

Johonda intellect va salohiyatli kadrlarni tayyorlash doirasida ayrim tadqiqotlar o'tkazilgan. Jumladan, Garvard universiteti professori Howard Gardner o'zining "Ko'p intellektlar nazariyasi" bilan mashhur bo'lib, u inson intellektini turli turlarga ajratgan¹⁹. Ushbu nazariya ta'lim jarayonida individual yondashuvning ahamiyatini ta'kidlaydi va talabalar qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim hisoblanadi.

Bloomning "Taxonomy of Educational Objectives" (Ta'lim maqsadlari taksonomiyasi) ta'lim sohasida keng qo'llaniladi. U ta'lim jarayonida bilim, tushuncha, qo'llash, tahlil, sintez va baholash kabi bosqichlarni ajratib, talabalar intellektual rivojlanishining turli darajalarini belgilaydi.

¹⁹ Gardner, H., Kornhaber, M. L., & Wake, W. K. (1996). *Intelligence: Multiple perspectives*. Harcourt Brace College Publishers.

Rus psixologi Lev Vygotsky “Sotsial-madaniy nazariya” muallifi bo‘lib, u ta’lim jarayonida ijtimoiy muhit va madaniyatning ahamiyatini ta’kidlaydi. Uning “Yaqin rivojlanish zonasi” konsepsiyasi talabalar qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim o‘rin tutadi.

Shveysariyalik psixolog Jean Piaget bolalar kognitiv rivojlanishi bo‘yicha tadqiqotlari bilan mashhur. Uning ishlari talabalar intellektual rivojlanish bosqichlarini tushinishda va ta’lim jarayonini moslashtirishda asos bo‘lib xizmat qiladi.

O‘zbekistonda psixolog olimlardan M.Vohidov, M.Davletshin, E.G‘oziyevlarning ilmiy ishlarida intellekt yosh davrlarining o‘ziga xos jihatlarini yoritgan.

Professor B.R.Qodirov, A.F.Azimovalar o‘quvchilarning aqliy qobiliyatini aniqlash²⁰ metodikalar ishlab chiqqan, ammo talaba yoshlarning aqliy qobiliyatini o‘rganish va ularning keyingi ta’limini tashkil etish juda kam o‘rganilgan.

B.R.Turg‘unov o‘zining "Talabalarda intellektual salohiyat namoyon bo‘lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va rivojlantirish imkoniyatlari" nomli maqolasida talabalar intellektual salohiyatining ijtimoiy-psixologik jihatlarini tahlil qilgan va ularni rivojlantirish imkoniyatlarini ko‘rsatgan.

M.Jo‘rayev “Talabalarining intellektual salohiyatini rivojlantirish masalalari” nomli maqolasida intellektual yosh avlodni tarbiyalashda o‘qituvchining kasbiy faoliyatga tayyorligi, shaxsiy-kasbiy kamoloti va ijtimoiy intellektining ahamiyatini tahlil etgan. Lekin yuqori malakali kadrlar yetishtirish jarayoniga ta’sir qiluvchi psixologik determinantlar juda kam o‘rganilgan.

Intellektual qobiliyat masalasi psixologiya va pedagogika fanlarida keng qamrovli tadqiqot predmeti sifatida ko‘plab olimlarning e’tiborini tortib kelmoqda. Ushbu yo‘nalishda turli jihatlar bo‘yicha ilmiy izlanishlar olib borilgan bo‘lsa-da, inson psixikasining doimiy ravishda rivojlanib borishi mazkur mavzuni yangidan-yangi yondashuvlar asosida tadqiq etish va o‘rganishni talab etadi.

Qobiliyat tushunchasi biror faoliyat turini yoki bir nechta faoliyatni boshqalarga qaraganda muvaffaqiyatliroq bajarish qobiliyatini anglatadi. Masalan, bir xil yo‘nalishda tahsil olayotgan ikki talabaga bir xil sharoitda bir xil topshiriq berilgan taqdirda ham, ularning natijalari turlicha bo‘lishi mumkin: biri vazifani qiyinchilik bilan ado etsa, ikkinchisi uni osonlik bilan hal qiladi. Ushbu farq ularning qobiliyat darajasi bilan izohlanadi. Shunday qilib, qobiliyat shaxsning individual-psixologik xususiyati sifatida namoyon bo‘ladi va uning faoliyat samaradorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi.

Shuningdek, tajribalar shuni ko‘rsatdiki, biror sohaga tegishli qobiliyatlarga ega odamlar ushbu soha uchun zarur bo‘lgan bilim ko‘nikma va malakalarni osongina

²⁰ Qodirov B.R, Azimova A.F. O‘quvchilarni qobiliyatlarini aniqlash metodlari. –T.: 2017 . B-7

o'zlashtiradilar hamda olingan natijalar samaradorligi bilan boshqalardan farq qiladilar²¹. Insondagi mavjud qobiliyatlar uning hayotiy faoliyatida muhim ahamiyat kasb etib, shaxsning qaysi sohada ko'proq muvaffaqiyat qozonishi mumkinligini aniqlashga yordam beradi. Shu bilan birga, qobiliyatni bilim, ko'nikma yoki malaka bilan tenglashtirib bo'lmaydi. Chunki hayotda dastlab biror natijaga erisha olmagan, "uquvsiz" deb baholangan shaxslarning keyinchalik muayyan sohaning yetakchi mutaxassisi, rahbar yoki tadbirkor sifatida muvaffaqiyat cho'qqilariga erishganiga ko'p bora guvoh bo'linadi. Demak, bilim, ko'nikma va malaka o'z ustida tinimsiz mehnat va mashqlar orqali hosil qilinadigan real ko'rsatkichlardir, qobiliyat esa hali to'liq namoyon bo'lmagan, ichki salohiyat va layoqat sifatida mavjud bo'ladi.²²

Qobiliyatlarni o'rganishga oid yondashuvlarni umumlashtirganda, ularni uch asosiy turga ajratish mumkin.

Birinchi yondashuvga ko'ra, qobiliyat shaxsning psixik jarayonlari va holatlarining yig'indisi sifatida izohlanadi. Bu qarash "qobiliyat" tushunchasining eng qadimiy va keng tarqalgan talqinidir.

Ikkinchi yondashuv esa qobiliyatlarni shaxsning turli faoliyatlarni muvaffaqiyatli amalga oshirishini ta'minlaydigan umumiy va maxsus bilim hamda ko'nikmalarning yuqori darajada rivojlangan shakli sifatida tushuntiradi. Mazkur ta'rif XVIII–XIX asr psixologiya fanida shakllangan bo'lib, hozirgi kunda ham ilmiy adabiyotlarda qo'llanilmoqda.

Uchinchi yondashuv esa qobiliyatlarni bilim, ko'nikma va malakalar bilan cheklanmagan, balki ularni tezroq egallash, mustahkamlash va amaliy faoliyatda samarali qo'llashni ta'minlaydigan omil sifatida talqin qiladi. Ushbu tushuntirish zamonaviy psixologik izlanishlarda keng tarqalgan va amaliyotda qo'llanilmoqda²³.

Intellektual qobiliyat – insonning bilimlarni egallash, ularni amaliyotda qo'llash va muammolarni hal etish qobiliyatini ifodalaydi. Uning rivojlanishiga quyidagi omillar ta'sir ko'rsatadi:

Genetik omillar – intellektual qobiliyatning asosiy bazasi bo'lib, taxminan 40–60% irsiyat bilan bog'liq. Biroq u atrof-muhit va ta'lim bilan uyg'unlashgandagina ro'yobga chiqadi.

Ijtimoiy muhit – oila, ta'lim muassasalari va jamiyat intellektual rivojlanishga bevosita ta'sir qiladi. Sifatli ta'lim va intellektual stimulyatsiya bu jarayonni tezlashtiradi.

Shaxsiy motivatsiya – ichki qiziqish va o'zini rivojlantirish intilishi uzoq muddatli intellektual yutuqlarni ta'minlaydi.

²¹ G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – T.:»Universitet», 2002. – B.54

²² G'oziyev E.G', Usmonova Sh. Intellekt psixologiyasi. -Toshkent: 2003. - B. 13-24.

²³ Анастаси, А. Дифференциальная психология // Психология индивидуальных различий: [Тексты]/ А. Анастаси. – М, Мысль, 1982. – 112с

Pedagogik yondashuvlar – muammoli ta'lim, interaktiv darslar va tadqiqotga asoslangan metodlar talabalarning tanqidiy va ijodiy tafakkurini rivojlantiradi.

Talabalarning intellektual salohiyatiga ta'sir etuvchi psixologik determinantlar ham muhim:

Kognitiv xususiyatlar – xotira, e'tibor, mantiqiy va ijodiy fikrlash.

Emotsional omillar – o'ziga ishonch, stressga bardoshlilik, o'qishga ijobiy munosabat.

Ijtimoiy-psixologik omillar – guruhda ishlash, kommunikativ ko'nikmalar, qulay ta'lim muhiti.

O'zini boshqarish va motivatsiya – mustaqil o'qish, vaqtni to'g'ri taqsimlash.

Intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish uchun:

Muammoli ta'lim – mustaqil va tanqidiy fikrlashni kuchaytiradi.

Kreativ yondashuvlar – nostandart fikrlash va innovatsion yechimlarni rag'batlantiradi.

Psixologik treninglar – stressni boshqarish, muloqot va liderlik ko'nikmalarini shakllantiradi.

Biz olib borgan tadqiqotimizda Farg'ona davlat universitetining 60 nafar 2–3-bosqich talabalari (42 qiz, 18 o'g'il) ishtirokida so'rovnoma va testlar o'tkazildi. Tadqiqot metodlari sifatida 'Kasbiy motivatsiya testi' (Burlachuk va Morozov), 'Intellektual qobiliyatlar so'rovnomasi' (adaptatsiya qilingan) hamda qisqa muddatli xotira, mantiqiy fikrlash va muammoli topshiriqlarni hal qilish vazifalari qo'llanildi. Tadqiqotning asosiy maqsadi – talabalarning intellektual qobiliyatlari va motivatsion omillari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashdan iborat bo'ldi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, kuchli ichki motivatsiyaga ega talabalar kognitiv testlardan yuqori ball to'plashdi ($M=78.4$), past motivatsiyaga ega guruh esa nisbatan past natijalar ko'rsatdi ($M=62.7$). Stressga bardoshlilik yuqori bo'lgan talabalar murakkab vazifalarni tezroq va aniqroq bajargan. Jamoaviy ishlash ko'nikmalari kuchli bo'lgan talabalar muammoli topshiriqlarda ko'proq innovatsion yechimlar ishlab chiqdi. Statistik tahlil (Pearson korrelyatsiyasi) shuni ko'rsatdiki, intellektual qobiliyat bilan ichki motivatsiya o'rtasida $r=0.64$ ($p<0.01$) darajada ijobiy bog'liqlik mavjud.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, talabalarning intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish jarayonida faqatgina genetik predispozitsiya yoki ijtimoiy muhit omillarini inobatga olish yetarli emas. Ularning rivojlanishida shaxsiy motivatsiya, ichki intilish va o'zini rivojlantirishga bo'lgan qiziqish hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Shuningdek, emotsional barqarorlik – stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olish, diqqatni jamlash va ijobiy munosabatni saqlab qolish – intellektual salohiyatning to'liq namoyon bo'lishiga yordam beradi.

Bundan tashqari, pedagogik yondashuvlar ham muhim determinant sifatida maydonga chiqadi. An'anaviy o'qitish metodlari bilan bir qatorda muammoli vaziyatlarga asoslangan o'qitish, interaktiv mashg'ulotlar va tadqiqot faoliyatiga

yo‘naltirilgan darslar talabalar tafakkurini faollashtiradi. Ayniqsa, muammoli ta‘lim talabalarda mustaqil va tanqidiy fikrlashni rivojlantirsa, psixologik treninglar esa stressni boshqarish, kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish va liderlik sifatlarini shakllantirish orqali intellektual qobiliyatlarni samarali qo‘llab-quvvatlaydi.

Umuman olganda, intellektual rivojlanish ko‘p omilli jarayon bo‘lib, uni muvaffaqiyatli tashkil etish uchun genetik va ijtimoiy sharoitlar bilan bir qatorda shaxsiy motivatsiya, emotsional mustahkamlik va zamonaviy pedagogik metodlarning uyg‘unligiga e‘tibor qaratish zarur.

Xulosa. Talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish va ulardan salohiyatli kadrlar tayyorlash jarayonida psixologik determinantlarni hisobga olish muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsiy motivatsiya, pedagogik metodlar, kognitiv xususiyatlar va ijtimoiy muhit talabalar intellektual salohiyatini oshirishda asosiy omillar hisoblanadi. Shu sababli, ta‘lim tizimida innovatsion va psixologik jihatdan asoslangan yondashuvlardan keng foydalanish lozim.

Kelajakda intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish bo‘yicha qo‘shimcha tadqiqotlar olib borish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish ta‘lim tizimining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Gardner, H., Kornhaber, M. L., & Wake, W. K. (1996). Intelligence: Multiple perspectives. Harcourt Brace College Publishers.
2. Qodirov B.R, Azimova A.F. O‘quvchilarni qobiliyatlarini aniqlash metodlari. –T.: 2017 . B-7
3. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – T.:»Universitet», 2002. – B.54
4. G‘oziyev E.G‘., Usmonova Sh. Intellekt psixologiyasi. -Toshkent: 2003. - B. 13-24.
5. Анастаси, А. Дифференциальная психология // Психология индивидуальных различий: / А. Анастаси. – М, Мысль, 1982. – 112с

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINING PSIXOLOGIK SAVODXONLIKNI OSHIRISHNING ZAMONAVIY USULLARI.

Usmonova D.B.

Buxoro xalqaro universiteti tadqiqotchisi.

Dunyoda kechayotgan ijtimoiy-iqtisodiy islohatlar jarayonida shaxsni ma‘lum bir kasblarga yo‘naltirish, o‘zini-o‘zi anglash, o‘z kasbini muvaffaqiyatli bajarish jarayonida yuzaga keladigan muammolarni shakllanish qonuniyatlarini psixologik tahlil qilish, unga nisbatan zarur psixologik chora-tadbirlarni belgilab ularga oqilona yechim topish va natijalarni to‘g‘ri baholash hamda ilmiy asosda qarorlar qabul qilish muammolarini o‘rganishga yo‘naltirilgan tadqiqotlarga alohida ahamiyat berilmoqda.

Jenevada Millatlar Ligasining Beshinchi Assambleyasida qabul qilingan “Bolalar huquqi to‘g‘risidagi Deklaratsiya”da bolalarga ma’naviy rivojlanish jismoniy va ma’lum bir sohani tanlashi uchun barcha sharoitlar yaratib berilishi” ta’kidlanadi. BMTning Ta’lim, Fan va madaniyat masalalari bo‘yicha tashkiloti – YuNESKO ma’lumotlariga qaraganda, bugungi kunda jahonda o‘n millionlab bolalar ta’lim olishdan mahrumligicha qolmoqda, 85 millionga yaqin bola mutlaqo o‘qish va yozishni bilmas ekan. Savodsizlik, o‘z navbatida, bolalarning kelajagiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, ularning kasb tanlash motivatsiyasining past shakllanishiga sabab bo‘lmoqda. Shunday ekan, har bir talaba shaxsida ijodiy faollik motivlarini shakllanishining sabablari psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasining muhim jihatlarini izohlovchi nazariy va metodologik yondashuvlarning psixologik omillarini aniqlashga qaratilgan tadqiqotlar jiddiy ahamiyat kasb etadi.

Mustaqillik yillarida «ta’lim tizimining kadrlar salohiyatini tubdan yaxshilash, tarbiyachi, o‘qituvchi, muallim va ilmiy xodimning kasbiy nufuzini oshirish»²⁴ ga yo‘naltirilgan O‘zbekiston Respublikasining «Ta’lim to‘g‘risida»gi Qonuni va Kadrlar tayyorlash milliy dasturi asosida o‘lib kelayotgan yosh bunyodkor avlodning kasb tanlashga munosabat jarayonini jamiyat taraqqiyotining ijtimoiy–iqtisodiy talablari asosida to‘g‘ri tashkil etishni taqozo etadi. Bu borada talaba shaxsida psixologik sifatlarini rivojlantirish va to‘g‘ri yo‘naltirish ijodiy faollik motivlarini takomillashtirish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirishga qaratilgan yangicha nazariy yechimlarni topish imkoniyatlari yaratildi.

Talabalarda ijodiy faollik motivatsiya shakllanishining nazariy-metodologik asoslarini aniqlash borasidagi tahlilda, avvalo Sharq mutafakkirlarining asarlarini o‘rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Kasb-hunar egalari qadimdan e’zozlanib kelingan. Sharq mutafakkirlari ta’limotida o‘g‘il va qizlarga ta’lim va tarbiya berish, ularga kasb-hunar o‘rgatish g‘oyasi muhim o‘rin egallaydi. Ular o‘z asarlarida shaxsning mehnatsevarligi, muloqotmandlik, suhbatdoshning xulq-atvori, xatti-harakatlari, kechinmalariga nisbatan adekvat sezuvchanlik, kasbiy ustanovkalar kabi sifatlarining namoyon etilishini yuksak baholaganlar. Yoshlarni kasbga yo‘naltirishda Sharq mutafakkirlari qarashlarining alohida o‘rni bor. Jumladan, Abu Nasr Forobiy (870-980) ruhshunoslik ilmining o‘ziga xos amaliyotchisi va nazariyotchisi sifatida shaxsning oqil, dono va hunarli bo‘lishi haqida qator ilmiy risolalar yozib qoldirgan. Chunonchi, u «Fozil odamlar shahri» asarida davlatni har tomonlama yetuk, o‘zida eng yaxshi insoniy fazilatlarini jo qilgan kishilar yordamida idora etish masalasiga jiddiy e’tibor qaratgan. Forobiyning fikricha, insonning kasb-hunar va san’atdagi fazilatiga kelsak, bu fazilat tug‘ma emasdir, aks holda uning fikru-fazilatida mutlaqo kuch va ulug‘lik bo‘lmas edi. Agar kasb-hunar fazilati tug‘ma bo‘lganda podshohlar ham o‘zlari

²⁴Кадрлар тайёрлаш миллий дастури // Баркамол авлод – Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори. –Т.: Шарқ, 1998. – Б. 44.

ishlab va harakat qilib emas, balki podshohlik ularga faqat tabiiy ravishda muyassar bo‘lgan, tabiat talab qilgan tabiiy majburiy bo‘lib qolar edi.

XX asrning yetuk ma’rifatparvari Abdulla Avloniyning 1913 yilda yozilgan “Turkiy Guliston yohud axloq” asarida bola tarbiyasi, uning ijtimoiy ahamiyati falsafiy-pedagogik jihatdan tushuntirib berilgan. Olim ta’lim va tarbiya jarayonida oila va jamoatchilikning o‘rni ularning o‘zaro hamkorligini ulug‘laydi. Uning talqiniga qaraganda, barkamol shaxsning ko‘p qirrali bilimlarga ega bo‘lishi, yaxshi bir kasb-korning sirlarini egallashi ko‘p jihatdan ijtimoiy muhit bilan oilaviy sharoitning uyg‘unligiga bog‘liqligini ta’kidlaydi.

Yukoridagi muloxazalarga asoslanib shuni aytish mumkinki, Sharq allomalari asarlaridagi ijodiy faollik motivatsiya shakllanish jarayonini o‘rganish, uni rivojlantirish borasidagi fikrlarni o‘rganish, ularni amaliy hayotga tadbiiq etish, o‘sib kelayotgan yosh avlodni faollik motivatsiya shakllanishiga yordam beradi. Bu esa bolalarni yoshligidanoq kasb-hunarga o‘rgatish jamiyatning asosiy vazifalardan biri hisoblanadi. Shuningdek, ularda kasbga xos tushuncha, tasavvur va bilimlarini boyishiga xizmat qiladi.

O‘zbek olimlaridan M.G.Davletshin motiv va motivatsiya muammosiga salmoqli hissa qo‘shgan bo‘lib hisoblanadi. Ularning texnik qiziqishlar, texnik qobiliyatlarga oid yirik tadqiqotlari muhim ahamiyat kasb etadi. M.G.Davletshin va shogirdlari o‘qituvchilik kasbini tanlash motivlari, umuman olganda esa kasb tanlash psixologiyasining nazariy va amaliy muammolari ustida ilmiy izlanishlar olib borganlar hamda bu borada xalqaro ilmiy anjumanlar o‘tkazilgan. Psixologiya faniga yirik hissa qo‘shgan mashhur olim P.I.Ivanov kasb tanlash motivlari, ta’limda individual munosabatni ro‘yobga chiqarish, ta’lim jarayonini faollashtirish masalalariga bag‘ishlangan asarlarida kasbiy motivlar, ularning darajalari to‘g‘risidagi ma’lumotlar tahlil qilingan. Ayniqsa, uning qiziqish, motiv, motivatsiya talqiniga oid mulohazalari, g‘oyalari o‘z davrida muhim ahamiyat kasb etgan. Z.F. Kamaletdinova axloqiy tushunchalarni, ma’naviy ideallarni shakllantirish masalalarini tadqiq qilish jarayonida motivlar va motivatsiya qanday rol’ o‘ynashi to‘g‘risida yangi psixologik ma’lumotlar tahlil qilish imkoniyatiga ega bo‘lgan V.A.Tokarevaning aksariyat ilmiy tadqiqotlarida burchga sadoqat hissini shakllantirish, aqliy taraqqiyotni tashxis qilish, ta’limni individuallashtirish, talabalarda axloqiy va kasbiy qobiliyatlarni tarkib toptirish singari yondashuvlarida motiv va motivatsiya masalasiga chuqur kirib borilgan. R.Z.Gaynutdinovning doktorlik dissertatsiyasida o‘qituvchi pedagogik faoliyati komponentlari realizatsiyasi darajasi, shaxsiy xossalari, omillari tahlili asosida kasbiy faoliyatning samaradorligini belgilovchi quyidagi mezonlarini ajratish mumkin R.Z.Asomova “Kasb tanlash motivatsiyasi va uning dinamikasi” nomli ilmiy izlanishida kasb tanlash motivlari mexanizmlari, ularning birlamchi manbalari, harakatlantiruvchi kuchlari, dinamikasi va shaxsning individualligi masalalari atroflicha ochib berilgan. U.S.Jumaev tomonidan “O‘smirlarda kasb tanlashga munosabat tizimi shakllanishining

ijtimoiy-psixologik xususiyatlari” mavzusidagi nomzodlik ishida kichik, real guruh a’zolari o‘smirlarda kasb tanlashga munosabat va uning umumta’lim ta’lim oluvchilarda shakllanishi, namoyon bo‘lishi va dinamikasi ilk bor tadqiq qilindi. R.B.Abduraxmonovanning “Pedagog va psixologlarda kasbiy yo‘nalganlikning kamol topishi” mavzusidagi dissertatsion ishida kasbiy pedagogik va psixologik yo‘nalganlik komponentlari aniqlangan va oliy o‘quv yurtida tayyorgarlik davrida uning shakllanish dinamikasi o‘rganilgan. Tadqiqot natijalari oliy o‘quv yurtida olingan bilimning talablari, shaxslilik motivlari, ustanovkalari va qadriyatlar tizimiga kirib borishidan yaqqol dalolat beradi. Kasb tanlashning psixologik masalalari N.Majidov, V.Kariesova, N.Safakov, Q.Turg‘unov, B.Boymuratovlarning ilmiy izlanishlarida tadqiq etilgan.

Talaba shaxsida ijodiy faollik motivasiyasi shakllanishining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini nazariy-metodologik tahlili shuni ko‘rsatdiki, bugungi kunda talabalarda ijodiy faollik motivasiyasi omillarini shakllanishining tadqiq qilish va baholash mezonlari ishlab chiqilmagan. Shuningdek, talaba shaxsida ijodiy faollik motivatsiya shakllanishining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini tadqiq qilishni psixodiagnostik va psixokorreksion metodlarni to‘g‘ri tanlash kasbiy faoliyat samaradorligini muvaffaqiyatli kechishini ta’minlanishiga olib keladi. Ayni paytda, talaba shaxsida ijodiy faollik motivasiyasi shakllanishining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini ko‘rsatkichlarining namoyon etilishi va rivojlanishi muayyan darajada shaxs tiplari, shaxs yo‘nalganligi hamda shaxs xususiyatlari bilan bog‘liq bo‘ladi. Yillar davomida qator ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar bilan olib borilgan tadqiqotlarimiz natijasi ijodiy faollik motivatsiyasi shakllanishining o‘ziga xos ijtimoiy taraqqiyoti tamoyillariga xizmat qiluvchi qiziqishlar, umumiy yo‘nalganlik, kasbiy ustanovkalar va qadriyatlar tizimi bilan bevosita bo‘liq ekanligini ko‘rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Абульханова К.А. Деятельность и психология личности. -М., 1980.
2. Ушаков Д. В. Интеллект: структурно-динамическая теория. М.: Изд-во ИП РАН, 2003.
3. Диагностика социального интеллекта. Тест Дж. Гилфорда и М. Саливана. - СПб., 1999;
4. Aisenk, G.Yu. (1995). Conception and detection of intellect// Matters of psychology., М., -№1. - pg. 111-129.

PSIXOLOGIK TA'LIMDA AXBOROT-KOMMUNIKATSIYA TEKNOLOGIYALARINIG INTEGRATSIYASI

*Usmonova Shoir Siddiqovna
Andijon davlat universiteti
Psixologiya va pedagogika
kafedrasi o'qituvchisi.*

Globalashuv va raqamli transformatsiya jarayonlari zamonaviy ta'lim tizimida tub o'zgarishlarni keltirib chiqarmoqda. Psixologik fanlar, ayniqsa, amaliy yondashuv va emotsional intellektni rivojlantirishni talab qiluvchi yo'nalish sifatida, interaktiv va texnologik yechimlarga muhtoj. AKTning ta'lim jarayoniga jadal kirib kelishi psixologik ta'limda yangi metodlar, yangi vositalar va yondashuvlarning shakllanishiga turtki bo'ldi. Ushbu maqolada psixologik ta'limda AKT integratsiyasining nazariy va amaliy asoslari tahlil qilinadi.

Psixologik fanlar o'rganishda bilimni chuqur anglash, shaxsiy refleksiya va eksperimental yondashuv muhim hisoblanadi.

Raqamli texnologiyalar yordamida ushbu jihatlar quyidagicha qo'llab-quvvatlanadi:

- Talabaga yo'naltirilgan individual ta'lim trayektoriyasini shakllantirish.
- Onlayn platformalarda psixologik test va diagnostika vositalarini sinovdan o'tkazish.
- O'z-o'zini tahlil qilishga yordam beruvchi mobil ilovalar orqali reflektiv kompetensiyalarni rivojlantirish.

Sun'iy intellekt (SI) yordamida o'quvchi faoliyatini doimiy monitoring qilish, uning psixologik holatini tahlil qilish va didaktik materiallarni avtomatik tarzda moslashtirish imkoniyati mavjud. Masalan:

- Talabaning faolligi, javoblari va ishtiroki asosida o'quv kontentini moslashtirish.
- Emotsional holatni yuz ifodasi yoki matnli yozuvlar orqali aniqlovchi tizimlar.
- Chatbotlar yordamida virtual konsultatsiya va trening mashg'ulotlarini tashkil qilish.

Psixologik ta'limda aralash (blended learning) yondashuvi talaba mustaqil va interaktiv o'rganishini uyg'unlashtiradi. Masofaviy darslar Zoom, MS Teams, Google Meet kabi platformalarda tashkil etilib, muhokama, rolli o'yinlar, videoanaliz kabi usullar bilan boyitiladi. Shu bilan birga:

- Raqamli o'quv materiallari (prezentatsiyalar, elektron kitoblar, psixo-video tajribalar) o'zlashtirishni chuqurlashtiradi.
- Onlayn testlar yordamida tezkor va avtomatik baholash tizimi shakllanadi.
- Forumlar va virtual guruhlar orqali ijtimoiy-psixologik munosabatlarni shakllantirish mumkin.

So'nggi yillardagi tadqiqotlar psixologik ta'limda AKT vositalarining quyidagi

natijalarni berganini ko'rsatmoqda:

- Talabalar o'quv motivatsiyasi 25-30% ga oshgan.
- Virtual laboratoriyalar orqali eksperimentlarni qayta-qayta sinovdan o'tkazish imkoniyati o'zlashtirish darajasini oshirgan.
- O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida "Raqamli psixologiya" kurslarining joriy etilishi yangi metodik materiallar yaratishga turtki bo'lmoqda. Kelajakda sun'iy intellekt yordamida individual ruhiy salomatlik monitoringi, virtual amaliyotlar, va gamifikatsiyalashgan ta'lim resurslarining yaratilishi kutilmoqda.

O'zbekistonning bir nechta oliy ta'lim muassasalarida virtual laboratoriyalar o'rnatilgan, masalan, Pavlovning shartli refleks tajribasi. Ushbu tajriba talabalar uchun 3D virtual muhitda mavjud bo'lib, ular sun'iy muhitda eksperimentlarni amalga oshirishi mumkin. Masalan, talabalar virtual laboratoriya orqali Pavlovning itlarida ovozli signal va ovqat bilan bog'liq shartli refleksni qanday rivojlantirishini ko'rishadi va tajribani sinovdan o'tkazishadi. Bu metod talabalar uchun amaliyotni o'rganishning samarali va xavfsiz usulini ta'minlaydi.

COVID-19 pandemiyasi davomida psixologlar masofaviy platformalarda, masalan, Zoom va Google Meet orqali onlayn maslahatlashuvlarni amalga oshirdilar. Bunda, psixologik maslahat olish uchun geografik joylashuvdan qat'i nazar, har qanday talaba yoki mijoz maslahatga kirish imkoniyatiga ega bo'ldi. Masalan, bir necha yillar davomida psixologik yordamga ehtiyoji bo'lgan, ammo qishloqlarda yashovchi odamlar uchun bunday xizmatlarning mavjudligi yangi imkoniyatlar yaratdi.

Masofaviy ta'lim tizimida sun'iy intellekt yordamida emotsional holatni tahlil qilish tizimlari qo'llanilmoqda. Masalan, talabaning videodarslar yoki forumlardagi yozuvlari asosida, sun'iy intellekt tizimi uning kayfiyatini aniqlaydi. Bu tizim talabalarni ma'lum bir psixologik xususiyatlarga ko'ra tahlil qiladi va o'qituvchilarga talabalarning motivatsiyasini va o'rganishga bo'lgan yondashuvlarini yaxshilashga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, ta'limni shaxsga yo'naltirilgan qilib rivojlantirishga xizmat qiladi. Google, Classroom va Moodle kabi platformalarda talabalar uchun interaktiv materiallar, video darslar, testlar va forumlar taqdim etiladi. Bu platformalarda talabalar shaxsiy bilim darajalariga mos ravishda masalalarni yechishlari mumkin. Misol sifatida, bir talabaga murakkab psixologik masalalar berilishi mumkin, va tizim uning javoblariga qarab, yanada qiyinroq yoki osonroq materiallarni taklif qiladi. Adaptive learning (moslashuvchan o'qitish) tizimi orqali har bir talaba uchun o'qitish jarayoni individual ravishda optimallashtiriladi.

Gamifikatsiya (o'yinlashtirish) texnologiyasi psixologik ta'limda keng qo'llaniladi. Misol uchun, talabalarga psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish uchun onlayn o'yinlar va simulatsiyalar taklif qilinadi. Masalan, Freydning psixoanalitik nazariyasini o'rganish uchun talaba o'zini psixoanalitik sifatida tasavvur qilib, real shaxslarni tahlil qiladi, va ballar to'playdi. Bu jarayon talabaning o'rganish motivatsiyasini oshiradi va yanada faolroq ishtirok etishga yordam beradi.

Big Five yoki MBTI kabi psixologik testlar hozirda onlayn tarzda talabalar tomonidan bajariladi. Talabalar, o'z vaqtida va onlayn tarzda psixologik testlarni topshirib, ularning shaxsiy xususiyatlari haqida to'liq ma'lumot olishlari mumkin. Bu testlar real vaqt rejimida natijalarni avtomatik tahlil qiladi va natijalarni to'g'ri shakllantirilgan interaktiv hisobotlarda ko'rsatadi. Masalan, bir talabaga kayfiyat va motivatsiya darajasi haqida tahlil berilib, uning psixologik salomatligi va ta'limga bo'lgan yondashuvi haqida tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Psixologik ta'limda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining (AKT) samarali integratsiyasi o'quv jarayonini nafaqat interaktivlashtiradi, balki talabalarning shaxsiy rivojlanishiga ham sezilarli darajada yordam beradi. Bu jarayon talabalarni tahliliy fikrlashga, diagnostika ko'nikmalarini rivojlantirishga, hamda axborot bilan ishlash madaniyatini oshirishga yo'naltiradi. AKT, masalan, virtual laboratoriyalar, sun'iy intellekt asosidagi tizimlar va interaktiv platformalar orqali talabalar o'z bilimlarini amaliyotga tadbiiq qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shuningdek, masofaviy ta'lim va onlayn testlar orqali talabalar va o'qituvchilar o'rtasidagi o'zaro aloqa, o'quv materiallarini samarali va individual ravishda taqdim etish imkoniyatlari yuzaga keladi.

Biroq, AKT asosidagi psixologik ta'lim jarayonining muvaffaqiyatli amalga oshirilishi uchun bir qancha muhim omillar mavjud. Birinchidan, o'qituvchilarning raqamli savodxonligini oshirish zarur. Bu o'qituvchilarga texnologiyalarni ta'lim jarayoniga samarali qo'llashda yordam beradi. Ikkinchidan, ta'lim muassasalarida texnologik infratuzilmani kengaytirish va doimiy yangilab borish talab etiladi. Uchinchidan, o'qitish uslubi va metodikasi ham yangilanishi kerak, bu o'qituvchilarni yangi texnologiyalardan samarali foydalangan holda o'quv jarayonini yuksaltirishga imkon beradi. Shunday qilib, AKT asosidagi ta'limning muvaffaqiyati o'qituvchilar, talaba va texnologik infratuzilma o'rtasidagi uyg'unlikka bog'liqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayeva, Z. (2021). Raqamli pedagogika asoslari va ularni oliy ta'limda qo'llash yo'llari. Toshkent: TDPU nashriyoti.
2. Qodirova, M. (2022). "Psixologik ta'limda axborot texnologiyalarining integratsiyasi: tajriba va tahlil". Psixologiya va hayot, №2, 35–41.
3. Xolmatova, L., & Jo'rayev, O. (2021). "Masofaviy ta'limning afzallik va kamchiliklari". Zamonaviy ta'lim texnologiyalari, №3, 27–30.
4. G'ulomova, D. (2022). Psixologik fanlarni o'qitishda vizual va interaktiv yondashuvlar. Samarqand: SamDU nashriyoti.
5. Hasanov, R. (2021). "Sun'iy intellekt asosida o'qitish texnologiyalari". Pedagogik innovatsiyalar jurnali, №4, 13–19.

O'SPIRINLARDA XULQ-ATVOR OG'ISHISHLARINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK ILDIZLARI: OILA, MAKTAB VA MUHIT TA'SIRI TAHLILI

Jizzax davlat Pedagogika universiteti o'qituvchisi;

M.E.Aliddinova,

JDPU talabasi.

M.S.Usmonova,

O'smirlar ijtimoiylashuvida ota-ona va bola munosabatlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish hamda o'smirlar o'rtasida xulq og'ishining oldini olish tadbirlari, eng avvalo, xulq og'ishini keltirib chiqaradigan shart-sharoit va sabablarni bartaraf qilishni taqozo qiladi. Masalaning dolzarbligidan kelib chiqqan holda, bugungi kunda butun dunyo miqyosida, shu jumladan, respublikamizda o'smirlar o'rtasida xulq og'ishining oldini olish borasida bir qator ilmiy va amaliy jihatdan asoslangan chora-tadbirlar ishlab chiqilmoqda.

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoevning "Ma'lumki, yosh avlod tarbiyasi hamma zamonlarda ham muhim va dolzarb ahamiyatga ega bo'lib kelgan. Ammo biz yashayotgan XXI asrda bu masala haqiqatan ham hayot-mamot masalasiga aylanib bormoqda. "Tarbiya qancha mukammal bo'lsa, xalq shuncha baxtli yashaydi", deydi donishmandlar. Tarbiya mukammal bo'lishi uchun esa bu masalada bo'shliq paydo bo'lishiga mutlaqo yo'l qo'yib bo'lmaydi"^[1], degan ta'kid, yurtimizda yoshlar tarbiyasiga, ayniqsa, oila, onalik va bolalikni ijtimoiy muhofaza qilishga alohida e'tibor berilayotganining dalolatidir.

Buyuk mutafakkir Ibn Sino deydi: "agar yomon xulq odatga kirib qolsa, u mijoz buzilishini keltirib chiqaradi. Masalan, g'azab kuchli qizdiradi, qayg'u kuchli ozdiradi, hafsalasizlik nafsoniy quvvatni bo'shashtirib, mijozni balg'amlikka moyil qiladi. Xulqning mo'tadilligi natijasida, ham nafas, ham badan sog'lom bo'ladi"^[2]. Ibn Sino axloqqa oid ko'plab muammolarni odamning ruhiy holati va ma'naviy xossalarining his-hayajonli paydo bo'lishi asosida talqin etadi.

Deviant xulq-atvor – mikroijtimoiy munosabatlar (oilaviy, maktabdagi munosabatlar) va kichik ijtimoiy guruhlariga xos bulgan ijtimoiy me'yorlar va xulq-atvor qoidalarini buzish bilan bog'liq me'yordan og'uvchi xulq-atvor turlaridan biridir. Bu xulq-atvorni "g'ayriintizomiy" deb atasak ham bo'ladi. Deviant xulq-atvorning yorqin namoyon bo'lishiga namoyish, agressiya, o'qishdan qochish va daydilik, bolalar va o'smirlar orasidagi aroqxo'rlik, giyohvandlik va u bilan bog'liq g'ayriijtimoiy harakatlar, jinsiy tavsifdagi g'ayriaxloqiy xatti-harakatlar, o'ziga suiqasd qilishga urinishlarni misol qilib keltirsak bo'ladi^[3].

Jamiyatda qabul qilingan qoidalar, xulq-atvor me'yorlaridan chetga chiqqan o'smirlarni "qiyin o'smir" yoki "tarbiyasi og'ir o'smir" deyiladi. "Tarbiyalash og'ir" deganda, pedagogik ta'sirga qarshilik ko'rsatish tushuniladi. Tarbiyalash og'ir, qabul qilingan me'yor va qoidalarga tarbiyalanuvchi tomonidan amal qilinmasligini fanda

deviatsiya (og'ish) hodisasi orqali o'rganiladi.

Oila – asosiy ijtimoiy muhit sifatida. Oila o'spirin shaxsining birlamchi ijtimoiylashuv maskani bo'lib, undagi muhit, munosabatlar va tarbiya uslubi xulq-atvorga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Notinch oilaviy muhit, ota-onaning e'tiborsizligi, zo'ravonlik, emotsional befarqlik bolada psixologik noqulaylik, tajovuzkorlik va negativ ijtimoiy xatti-harakatlarga sabab bo'ladi. Ota-onaning haddan tashqari qattiqqo'lligi yoki befarqligi o'spirinning ijtimoiy me'yorlarga zid ravishda harakat qilishiga turtki bo'ladi. Onaning depressiv holati, oiladagi stressli vaziyatlar (qarz, ishsizlik, doimiy janjal) xulqiy buzilishlar uchun xavf omillaridir[3].

Deviatsiya (og'ish) ham insonga, ham uni o'rab turgan olamga xos bo'lgan o'zgaruvchanlik hodisasining jihatlaridan biri hisoblanadi. Ijtimoiy sohada o'zgaruvchanlik faoliyatga bog'liq bo'lib, insonning atrofdagilar bilan o'zaro munosabatini aks ettiradigan xulq-atvorda o'z ifodasini topadi. Avval aytib o'tganimizdek, xulq-atvor me'yordan chetga chiqqan bo'ladi. O'smirning me'yordagi xulq-atvori uning ijtimoiylashuvi, rivojlanishi, ehtiyojlariga mostushuvchi mikrosotsium bilan o'zaro munosabatida aks etadi. Agar atrofdagilar o'smirning u yoki bu xususiyatlariga o'z vaqtida e'tibor qaratishsa, uning xulq-atvori doimo me'yorda bo'ladi. Bunday me'yordan og'ishgan xulq-atvor jamiyat tomonidan bola shaxsiyati xususiyatlarini inobatga olmaslik oqibatida kelib chiqadi, degan tushuncha paydo bo'ladi. Aftidan, me'yordan og'ishgan xulq-atvor ijtimoiy dezadaptatsiya ko'rinishlaridan biri hisoblanadi. Bolalar va o'smirlar dezadaptatsiyasi haqida gapirganda, bu jarayonga giriftor bo'lgan bolalar toifalarini anikutab olish lozim:

- 1) maktabga qatnamaydigan maktab yoshidagi bolalar;
- 2) yetim bolalar;
- 3) ijtimoiy yetimlar. Ular tuzuk ovqatlanishmaydi, jismoniy, ruhiy, jinsiy qiynoqlarga duchor bo'lishadi;
- 4) giyohvand va toksin moddalar iste'mol qiluvchi bolalar;
- 5) jinsiy intizomsiz bolalar;
- 6) g'ayriqonuniy xatti-harakatlar sodir etgan bolalar.

Rasmiy ma'lumotlarga ko'ra ularning soni kattalarga qaraganda, ikki hissa tez oshmoqda. Axborot inqilobi, qadriyatlarning uyg'unlashuvi va moliyaviy bozorlarning integratsiyasi bilan uzviy bog'liq bo'lgan ushbu davrda insonlarning ma'naviy-ruhiy olamini izdan chiqarishga qaratilgan turfa shakldagi mafkuraviy, ma'naviy tahdidlar sodir bo'lmoqda. Bunday vaziyatda shaxsning axloqiy tarbiyasi, ma'naviy kamoloti masalasi alohida dolzarblik kasb etadi. Ma'lumki, shaxs ma'naviy kamolotida oilaviy tarbiyaning o'rni beqiyos. Oilaning bolalarga tarbiyaviy ta'sir doirasi o'ta keng va ahamiyatlidir. Biroq keyingi paytda oilada farzandlar tarbiyasida, ularni kamol toptirishda bir qator muammolarga duch kelinmoqda. Ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi salbiy munosabatlar bolalarda xulq og'ishi hamda psixosomatik kasalliklarning kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin.[4] Xulq og'ishi va tarbiyasida

nuqsonlarga ega o‘smirlarning ota yoki onasidan birining spirtli ichimlikka ruju qo‘yishi holati ham oilada tarbiyalanayotgan bolalarga salbiy ta’sir etib, ularning alkogolizm ko‘chasiga kirib ketishlariga sabab bo‘ladi. Shu boisdan “Ota-onalardan birining jamiyat va axloq me’yorlariga zid bo‘lgan xulqqa ega bo‘lishi” holati bolalar va o‘smirlarda xulq og‘ishining kelib chiqishiga va tarbiya buzilishiga sabab bo‘lishi kuzatiladi.

Oilaviy tarbiya inson ma’naviy kamolotida muhim o‘rin tutadi. Oila birlamchi hayotiy ko‘nikmalarni, Vatanga muhabbat, ota-ona va atrofdegilarga sadoqat kabi yuksak axloqiy va ma’naviy sifatlarni shakllantirishda, turmushga, ijtimoiy faoliyatga nisbatan psixologik va amaliy jihatdan tayyorlashda katta imkoniyatlarga egadir. Oilada farzandlarni tarbiyalashda, ularni kamol toptirishda mavjud muammolar, nuqsonlar bolalarning xulq-atvoriga, shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ma’naviy-axloqiy jihatdan sust rivojlanganlik va shaxsdagi o‘ziga xos xususiyatlar (o‘zgaruvchanlik, qo‘zg‘aluvchanlik, beqarorlik, hissiyotga beriluvchanlik, tobelik, jur’atsizlik va boshqalar) bolalar va o‘smirlarda deviant xulqning kelib chiqishiga sabab bo‘ladi[5].

Shaxsning ma’naviy-axloqiy jihatdan barkamolligi esa ijtimoiy turmushda vujudga kelgan turli xil nizoli vaziyatlardan chiqib ketishiga yordam beradi. Voyaga yetmaganlarda deviant axloq, xulq og‘ishi va tarbiya buzilishining kelib chiqishiga ta’sir etuvchi yana bir omil ota-onalarda farzandlar tarbiyasiga doir bilimlarning yetarli emasligidir. Bolalarga profilaktik ta’sir ko‘rsatishda o‘smirning shaxs sifatidagi shakllanishi jarayonini, uning o‘ziga xos xususiyatlarini, xarakter xislatlari va psixologiyasini hisobga olgan holda ish tutish yaxshi natija berishini unutmash lozim. Farzand tarbiyasida ularning yoshga oid va psixologik xususiyatlarini bilish hamda hisobga olish o‘ta muhimdir. Shuningdek, ularda o‘ziga ishonch, o‘z xulqini yaxshilash motivlarini quyidagicha shakllantirish zarur:

- bolalarni o‘z xulq-atvorini o‘zi baholashga o‘rgatish; – farzandiga bo‘lgan ishonch;
- oilada oldiga qo‘yilgan vazifalarni bajarishda erishgan yutuqlarini rag‘batlantirish;
- tarbiya berishning optimal strategiyasini aniqlash; – bolalarga mustaqil faoliyat (o‘qish, o‘yin, mehnat, xobbi va qiziqishlari)ni tanlash uchun imkoniyat berish;
- “Oila markaz”lari, amaliyotchi psixologlar, mahalla fuqarolaryig‘ini va shifokorlar bilan maslahatlashish.[6]

Ayrim oilalarda bolalar va o‘smirlarga yetarlicha shart-sharoit yaratib berilmasligi hamda ular faoliyatini cheklash – ularda infantillik (o‘zini nochor, yordamga muhtoj his qilish), muammoli vaziyatlardan chiqib ketish qobiliyatining susayishi kabilarga olib keladi.

O‘smirlarda xulq og‘ishi va tarbiya buzilishining kelib chiqishiga ta’sir etuvchi sabablarni o‘rganar ekanmiz, ularning sub’ektiv va ob’ektiv ko‘rinishlarini bir-biridan

farqlash lozim bo'ladi. aktab — o'spirinlar hayotidagi ikkinchi eng muhim ijtimoiy tizim bo'lib, undagi ijtimoiy aloqalar va psixologik muhit shaxsiy rivojlanishda hal qiluvchi omil bo'ladi. O'qituvchi-o'quvchi o'rtasidagi noqulay munosabat, do'stlar orasidagi ijtimoiy bosim, tazyiq (bullying), o'zlashtirishdagi muammolar — bularning barchasi xulqiy og'ishishlarni yuzaga keltiradi. Akademik bosim, baho orqali zo'rqiqlash, ijtimoiy solishtirish — o'spirinlarda o'ziga ishonchsizlik, radikal harakatlar yoki beparvolikka olib kelishi mumkin. Maktabning umumiy ijtimoiy muhit darajasi (school climate) o'spirinlarning ijtimoiylashuvi va xulqiy barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tarbiya buzilishining sub'ektiv sabablariga o'smir shaxsining qiziqish va ehtiyojlari, dunyoqarashi va ma'naviy olami, maqsad va yo'nalishlari, qadriyatlar, huquqiy ongi, hayotiy rejalari, turmush tarzi va motivlari (hayotiy yo'nalishi, maqsad va qarashlari) kiradi. Sub'ektiv shart-sharoitlarga esa aholining demografik va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, xususan, etnopsixologik jihatlari, xarakteri, temperamenti, yoshi va jinsi kiradi. Ob'ektiv sabablar sifatida jamiyatdagi nosog'lom muhit, shart-sharoit, iqtisodiy va siyosiy beqarorlik, kichik ijtimoiy guruhlardagi ijtimoiy-psixologik muhit, kishilar bilan bo'ladigan o'zaro shaxslararo munosabatlarda namoyon bo'ladi. Tarbiya buzilishining ob'ektiv shart-sharoitlari esa, jamiyatdagi tashkiliy va texnik xatoliklar, boshqaruv tizimidagi kamchiliklar, qonun va qoidalarning talabga javob bermasligi va boshqalardan iboratdir. Shuningdek, tarbiya buzilishining kelib chiqish sabablarini aniqlash, eng avvalo, u yuzaga kelgan ijtimoiy muhit xususiyatlarini o'rganib chiqishni taqozo qiladi. Chunki tarbiya buzilishini umumiy ko'rinishda oladigan bo'lsak, u biror bir shaxsga xos bo'lgan sub'ektiv xulqatvor natijasi emas, balki sub'ektiv va ob'ektiv jarayonlar, shart-sharoitlar, munosabatlar natijasi sifatida ifodalanishini kuzatishimiz mumkin. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, ijtimoiy jarayonlarning individual xatti-harakatlarga ta'siri masalasiga oydinlik kiritish zarur bo'ladi. Oilalarda nosog'lom psixologik muhitning mavjudligi oilaviy munosabatlar noxushligi, oilaviy ajrashishlar, ota-onalardan biri yo'qligi, oilaviy tarbiyadagi yo'l qo'yilayotgan nuqsonlar hamda oilaning tarbiyaviy ta'sirga ega emasligi holatlari bolalar va o'smirlarda jinoyatchilik xulqining kelib chiqishiga ta'sir ko'rsatadi. O'spirinlarda xulq-atvor og'ishishlarining ijtimoiy-psixologik ildizlari ko'p omillilik (multifaktoriallik) bilan tavsiflanadi[7].

Xulosa. Oila – dastlabki emotsional asos va qadriyatlar manbai. Bu yerda salbiy munosabatlar xulq buzilishlariga yo'l ochadi. Maktab – ikkilamchi sotsializatsiya muhitidir, bu yerda ijtimoiy integratsiya yoki ajralish yuz beradi. Keng ijtimoiy muhit – tashqi modellarning rolini kuchaytiradi va xatarli xatti-harakatlarga moyillikni oshiradi. O'smirdagi dezadaptatsiya (ijtimoiy sharoitlarga moslashuvning zaiflashuvi yoki butunlay yo'qolishi)langan xulqni tuzatishning keyingi sharti o'smir psixikasidagi o'zgarishni o'z vaqtida aniqlash va tibbiy, psixologik-pedagogik yordam ko'rsatish hisoblanadi. O'smirlarda tarbiya buzilishining kelib chiqishida moddiy yetishmovchilik ko'pincha sabab sifatida emas, balki xulq og'ishining kelib chiqishi uchun qiziqish va

shart-sharoit tarzida xizmat qilgani kuzatiladi. Demak, aytish mumkinki, o'smirlarda tarbiya buzilishining kelib chiqishida iqtisodiy yetishmovchilik omili asosiy sabab sifatida namoyon bo'lmaydi. U faqatgina muayyan shart-sharoit sifatida xizmat qiladi xolos.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning «Kamolot» yoshlar ijtimoiy harakatining IV qurultoyidagi nutqi. 1 iyul, 2017-y.
2. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – T.: «Ma'naviyat», 2008. – B.270.
3. Rahimov S. Abu Ali ibn Sino ta'lim va tarbiya haqida. – Toshkent: O'qituvchi, 1967. – B.88-89
4. Umarov B.M. O'zbekistonda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligining ijtimoiy-psixologik muammolari. Monografiya. – Toshkent, «Fan» nashriyoti – 2008, 314-bet
5. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг «Камолот» ёшлар ижтимоий ҳаракатининг IV қурултойидаги нутқи. 1 июль, 2017 й.
6. Do'stmuhamedova Sh.A., Nishonova Z.T. va boshqalar Yosh davrlari va pedagogik psixologiya T.: Fan va texnologiyalar 2013 – B.343.
7. Usmonova, M. Oilaviy nizolarda farzand va ota-ona munosabatlari. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, (I). 2023.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Уста-Азизова Дилноза Ахраровна

*Ташкентский государственный медицинский университет,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальных наук,
педагогики и психологии*

Введение. Проблемы изучения педагогики и психология одна из актуальных на сегодняшний день. В чем же актуальность этих понятий и какую взаимосвязь имеют они? Педагогика и психология изучают проблемы, связанные с воспитанием, содержанием, формами и методами воспитания, определяют принципы, тенденции и перспективы развития.

Результаты психологических исследований, воплотившиеся в законы и психолого-педагогические закономерности психического развития человека, позволяют педагогам организовывать процессы воспитания и обучения, опираясь на законы и закономерности данных исследований.

Психология предоставляет научную базу для педагогики, объясняя закономерности развития личности, психические процессы, мотивацию и особенности восприятия, что позволяет педагогам строить эффективные образовательные программы и методики, соответствующие потребностям и возможностям учащихся. Психология помогает понять, как происходит обучение и воспитание, а педагогика применяет эти знания для создания оптимальных условий для гармоничного развития человека.

Взаимосвязь педагогики и психологии является традиционной, поскольку психология предоставляет научные знания о психическом развитии человека, что позволяет педагогам эффективно организовывать процессы обучения и воспитания, опираясь на закономерности восприятия, усвоения материала и развития личности. Психологические принципы необходимы для формирования целей образования, определения условий обучения и построения методик, учитывающих возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

Современная педагогика опирается на идеи К.Д.Ушинского, А.С.Макаренко, В.А.Сухомлинского и других мыслителей, которые подчеркивали необходимость целостного подхода к формированию личности.

В учебно-образовательном процессе ключевую роль в формировании современных образовательных методик является связь педагогики и психологии. При создании обучающих программ, учитываются психологические особенности и потребности учащихся, знания психологии и педагогики, что немаловажно для педагогов. Знания психологии о мышлении, эмоциях и социальном развитии ребёнка дают возможность объяснить, каким образом он усваивает информацию и взаимодействует с миром. В то же время педагогика использует эти сведения для создания эффективных методик и подходов, обеспечивающих наилучшие результаты обучения. Психология раскрывает особенности когнитивных процессов, а также эмоционального и социального развития детей, что позволяет глубже понять механизмы обучения и взаимодействия учащихся с окружающей средой. Педагогика же, опираясь на эти знания, разрабатывает методы и стратегии преподавания, направленные на повышение эффективности образовательного процесса.

В мировой практике всё более активно внедряются смешанные формы обучения, проектная деятельность, кейс-методы. Эти подходы позволяют сочетать академические знания с развитием практических навыков.

В Узбекистане в последние годы активно реализуются реформы в области образования, направленные на повышение качества и доступности обучения. Также в работах современных исследователей отмечается важность формирования инновационной педагогической культуры, внедрения цифровых технологий и активизации междисциплинарных связей в образовательной практике [Уста-Азизова, 2021; 2023].

Анализ литературы. Современные исследования в области педагогики и психологии образования отражают широкий спектр научных подходов к изучению образовательного процесса. Большинство авторов сходятся во мнении, что ключевым направлением развития образования является переход от традиционной знаниевой парадигмы к компетентностной, где акцент делается на формирование у учащихся практических навыков, метапредметных умений и готовности к самостоятельному освоению новых знаний.

В работах И.А.Зимней [2020] подчеркивается значение педагогической психологии как основы формирования компетентностного подхода. Автор выделяет взаимосвязь когнитивных и личностных факторов, влияющих на успешность обучения.

Педагог И.П.Подласый [2021] рассматривает современные педагогические тенденции как результат интеграции традиционных методов и инновационных технологий, включая цифровизацию, индивидуализацию и проектное обучение.

Исследования А.В.Петровского [2022] посвящены психологическим аспектам образовательного процесса. Он подчеркивает, что психология образования играет ключевую роль в развитии личности учащегося, формировании его мотивации, эмоционального интеллекта и социальной компетентности.

Таким образом, анализ научной литературы показывает, что современные исследования объединяет общая идея интеграции педагогических и психологических знаний для повышения качества образования. На первый план выходят такие тенденции, как цифровизация, компетентностный подход, инклюзия, развитие эмоционального интеллекта и личностно-ориентированные технологии.

Обсуждение. Значение психологических знаний для педагогической практики нельзя переоценить, особенно в контексте современной образовательной среды.

Применение психологических знаний в обучении не только улучшает понимание учебного процесса, но и помогает в идентификации и решении психологических проблем. Практическому психологу эти знания помогают в разработке стратегий для поддержки учащихся, особенно тех, кто сталкивается с трудностями в обучении или социализации.

Психологическая наука предоставляет методы и техники для улучшения коммуникации между педагогами и студентами, что способствует созданию более эффективной и гармоничной образовательной среды. В общеобразовательных школах эти знания помогают учителям понять возрастные особенности подростков и соответствующим образом адаптировать методы преподавания и учебный материал. Знания становятся ключевым элементом в разработке образовательных программ, улучшении качества обучения и создании

благоприятной атмосферы в учебном заведении. Они помогают педагогам и психологам быть не только преподавателями и специалистами, но и настоящими наставниками и поддержкой для своих учащихся.

Главная причина изучения психологии для педагога заключается в желании глубже постичь личность ученика, его внутренний мир, потребности и особенности восприятия окружающей действительности. Это позволяет учителям не просто передавать знания, но и влиять на личностное развитие учеников, способствуя их эмоциональному благополучию и социальной адаптации, что является ключевым аспектом современного образования.

Общее заключение. Современные тенденции развития педагогики и психологии образования являются прямым результатом социальных, культурных и технологических изменений, происходящих в обществе. Внедрение цифровизации, компетентностного подхода, инклюзивного образования и личностно-ориентированных методов обеспечивает переход системы обучения на новый качественный уровень.

Психология, в свою очередь, повышает эффективность образовательного процесса за счёт глубокого изучения индивидуальных особенностей учащихся, их потребностей, мотивации и эмоционального развития. Особенно актуальными становятся задачи психологической поддержки, формирования эмоционального интеллекта и обеспечения социальной адаптации обучающихся.

Поэтому органичная интеграция педагогики и психологии выступает важнейшим условием совершенствования образовательной системы. Такой подход способствует не только усвоению знаний, но и развитию у обучающихся креативности, критического мышления, коммуникативных умений и способности к сотрудничеству.

В целом, устойчивое развитие образования сегодня возможно только при использовании инновационных методов, активном внедрении цифровых технологий и создании образовательной среды, учитывающей психологические особенности личности учащегося.

Практические рекомендации. На основании анализа современных тенденций в педагогике и психологии образования можно сделать вывод, что успешное развитие образовательной системы требует внедрения целого комплекса мер. Прежде всего, важно активно интегрировать цифровые технологии в учебный процесс. Они должны использоваться не только как средство доставки информации, но и как инструмент организации интерактивных форм обучения, индивидуализации образовательных траекторий и расширения доступа к знаниям.

Вторым направлением является усиление компетентностного подхода, предполагающего развитие у обучающихся критического и креативного мышления, коммуникативных навыков и способности к самостоятельному

поиску решений. Для этого необходимо включать в учебные программы проектную и исследовательскую деятельность, работу с реальными практическими задачами.

Не менее значимым условием выступает личностно-ориентированный подход, который предполагает учет индивидуальных особенностей учащихся, их интересов и мотивации. В этой связи большое значение приобретает психолого-педагогическое сопровождение. Наличие специалистов, способных оказать поддержку в формировании позитивной учебной мотивации, развитии эмоционального интеллекта и преодолении трудностей адаптации, является важнейшей задачей образовательных организаций.

Особое внимание должно уделяться развитию инклюзивных практик. Это предполагает создание образовательной среды, доступной для всех категорий обучающихся, включая детей с ограниченными возможностями здоровья. При этом педагоги должны формировать культуру уважения, толерантности и сотрудничества в ученических коллективах.

Также, важной рекомендацией является подготовка педагогов нового поколения. В программах повышения квалификации необходимо уделять внимание освоению современных цифровых и психологических технологий, формированию готовности педагогов к инновационной деятельности и постоянному профессиональному развитию.

Таким образом, реализация данных рекомендаций позволит повысить качество образования, создать условия для гармоничного развития личности обучающихся и обеспечить соответствие образовательной системы требованиям XXI века.

Таким образом, знание психологии является неотъемлемой составляющей педагогической деятельности, обеспечивающей создание результативной и гармоничной образовательной среды. Вместе с тем современный педагог не должен ограничиваться имеющимися компетенциями, а обязан постоянно расширять свои знания и совершенствовать профессиональные навыки, в том числе в области психологии. Дополнительное образование в этой сфере позволяет повысить качество преподавания, способствует профессиональному росту и может положительно сказаться на карьерных перспективах. Педагог, обладающий глубоким пониманием психологических закономерностей и умеющий применять их на практике, становится более востребованным специалистом, способным обеспечивать высокий уровень обучения и воспитания.

Список литературы:

1. Зимняя И.А. Педагогическая психология. – М.: Логос, 2020.
2. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс. – М.: Владос, 2021.
3. Петровский А.В. Психология образования. – М.: Академия, 2022.

4. Уста-Азизова Д.А. Психология и педагогика современного образования: тенденции и перспективы. – Ташкент, 2021.
5. Уста-Азизова Д.А. Инновационные подходы в подготовке будущих педагогов. – Ташкент, 2023.

SPORTCHI MUVAFFAQIYATIGA HISSIY EMOTSIONAL HOLATLARNING TA'SIRI

*Uzoqov Azizbek Xoshimjon o'g'li,
Jismoniy tarbiya va sportda ilmiy tadqiqotlar instituti.*

Kirish. Mashq qilish mashg'ulot uchun emas, balki musobaqalashuv uchun o'tkaziladi iborasi ko'pincha sport sohasida qo'llaniladi. Bu iboraning sportda ko'p qo'llanilishining sabablaridan biri shundaki, o'z qobiliyatini amalda ko'rsata olgan, ammo psixologik bosim tufayli uchrashuvlarda buni uddalay olmagan sportchilar ko'pchilikni tashkil qiladi. Psixologik bosim, bu "ma'lum bir vaziyatda yaxshi ishlashning ahamiyatini oshiradigan har qanday omil yoki omillar kombinatsiyasi". Adabiyotlar taxliliga asosan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, sportchilar ko'p turdagi psixologik bosimlarga duch kelishlari sababli, sportchilarga ushbu bosimlarni boshqarishga yordam beradigan tayyorgarlik va qarshi choralar bo'lishi kerak. Laboratoriya asosidagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, psixologik bosim ish faoliyatini sezilarli darajada buzilishiga olib kelishi mumkin. Ushbu tadqiqotlar davomida tadqiqotchilar tomonidan suniy ravishda yuzaga keltirilgan psixologik bosim, shu jumladan mukofotlar, jazolash salbiy ta'sir ko'rsatishini aniqlaganligini ko'rish mumkin. Psixologik bosimdan xalos bo'lish uchun murabbiylar va sportchilardan o'zlarining tajribalarini tasvirlab berishlarini so'ralganida o'sha eksperimentlarda qo'llanilgan psixologik bosimlarning amaldagi mashg'ulotlarda qay darajada qo'llanilishini tushunish, musobaqa jarayoning samaradorligini oshirish uchun mashg'ulotlar paytida elita murabbiylari tomonidan qo'zg'atilgan psixologik bosim turlarini o'rganib chiqadi. Olingan ma'lumotlar psixologik bosim manipulyatsiyasini konsektivlikka ajratdi. Ushbu tadqiqotda *ataylab yaratilgan psixologik bosimlar* murabbiylar va sportchilar tomonidan „tiosimlar“ degan ma'noni anglatadi.

Yuqoridagi eksperimental tadqiqotlarga o'xshash, stressga ta'sir qilish bo'yicha trening usuli, ham tashvishni kamaytirish va psixologik bosim ostida ishlashni yaxshilash uchun samarali ekanligi ko'rsatildi. O'yinlarda yuzaga kelgan psixologik bosim mashg'ulotlar paytida tabiiy ravishda yuzaga kelsa, mashg'ulotlar davomida ataylab qo'shimcha bosim o'tkazishga hojat yo'q. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, bunday bosimlar mashg'ulotlar paytida tabiiy ravishda emas, faqat o'yinlar vaqtida yuzaga keladi, u holda mashg'ulotlar vaqtida ham o'sha bosimlarni qo'shish foydali bo'lardi. Bundan tashqari, ushbu tadqiqotda murabbiylar va sportchilar psixologik tayyorgarlik ko'rish uchun qanday mashg'ulotlardan foydalanishlari ham o'rganildi.

Ushbu tadqiqotning maqsadi mos ravishda sportchilar va murabbiylar nuqtai nazaridan psixologik bosim tajribasining toifalarini o'rganish edi. Ushbu tadqiqot xalqaro, milliy va mintaqaviy darajadagi sportchilar va murabbiylarni o'z ichiga olganligi sababli, oltita toifaning har biri uchun kerakli miqdordagi sinaluvchilar suhbatdan o'tkazildi. Mazkur tadqiqot ishi mashg'ulotlar va o'yinlarda tabiiy ravishda yuzaga keladigan va o'yinlarga tayyorgarlik ko'rish uchun mashg'ulotlar paytida ataylab qo'llaniladigan bosimlarni o'rganish uchun mo'ljallangan. Tadqiqot ishtirokchilarini chuqur tushunish va amaliyot davomida boshdan kechirgan turli xil psixologik bosimlarni aniqlash uchun sifatli tadqiqot usullaridan foydalanishni talab etadi.

Tartibga solishning yana bir kichik yo'nalishi - bu monitoring va o'zini o'zi boshqarish. Sportchilar raqobat sharoitida stimullarni kuzatishi va optimal nazoratni qo'lga kiritishlari mumkin. Optimal psixologik holatlar uchun taklif qilingan model sportchilarga o'tishga yordam beradigan jarayonlar sifatida o'z-o'zini tartibga solish va o'z-o'zini nazorat qilishni aniqlashni o'z ichiga oladi. Taxmin qilish mumkinki, metakognitiv pastki o'lchovli monitoring va o'z-o'zini nazorat qilishning bir qismidir.

Aqliy tayyorgarlikning tarkibiy qismlaridan biri tartibga solish va xulq-atvorni o'z ichiga olishi kerak. Sportchilarning psixologik holatiga oid boshqa tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki sportchilarning o'z-o'zini tartibga solish bo'yicha musobaqalarga tayyorligi to'g'ridan-to'g'ri o'z-o'zini ochib berish bilan bog'liq.

Moslashuvchan hissiyotlarni boshqarish. Sportchilarning ruhiy holatidan biri ularning aqliy tayyorgarligining bir qismi sifatida ko'rsatilgan hissiy hayajonning optimal darajasi. Sportchining psixologik tayyorgarligi bosqichlaridan biri raqobat sharoiti bo'lib - bu bir qator psixologik xususiyatlarni o'z ichiga olgan ajralmas shaxsiy tuzilma sifatida sportchining ichki holatini aks ettiradi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, elita sportchilari kam muvaffaqiyatga erishganlar bilan solishtirganda yuqori ball to'plashadi va hissiy kompetensiya bilan ajralib turadi.

Sport faoliyati amaliyotidan ma'lumki, sportchining ko'rsatkichlari natijalari hissiy va neyro-psixik barqarorlik, tashvish kabi shaxsiy fazilatlariga bog'liq. Psixologik tayyorgarlik sifati ko'rsatkichi elita sportchilarining yirik musobaqalarida ishtirok etish hissiy barqarorlikni o'z ichiga oladi (Sushko va boshqalar, 2021). Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, hissiy reaksiyalar harakat jarayonida juda muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Hissiy emotsional holatlarning asosiy va chuqur ta'sirini hisobga olgan holda, ko'pincha optimal ishlash sportchilardan hissiy tajribalarini samarali tarzda tartibga solish va boshqarishni talab qiladi.

Muvaffaqiyatli sportchilar ham yuqori darajadagi emotsionallik va tajribalarga ochiqlik bilan ajralib turadi. Hissiylik subordinatsiyali jihatlardan iborat: qo'rquv, tashvish, sentimentallik va bu shkala bo'yicha yuqori ball jismoniy qo'rqqan odamlar tomonidan erishiladi.

Sportchining tajribasi startdan oldingi hayajon darajasining xususiyatlarini

aniqlaydi. Polsha psixologi V.Navroka so'rovda qatnashgan 800 nafar sportchining ko'pchiligida sport karerasi davomida poyga oldidan tashvishlanish pasayganini va faqat oz sonli sportchilarda havotirlanish ortganligini aniqladi. Biroq tajribali va tajribasiz sportchilarning boshlanishidan oldingi tashvish darajasini hisobga olgan holda amalga oshirilishi kerak. Tajribali sportchilarda tajribasizlarga qaraganda, startdan oldingi tashvish paytida yurak urish tezligining pastligi kuzatiladi, ammo tremorning yuqori sur'atlari, vosita tempining o'zgaruvchanligi va diqqatni jamlashga bo'lgan ehtiyoj sportchilarning tayyorgarlik darajasini hisobga olgan holda boshlang'ich o'zgarishlarni baholashda ko'rsatkichlarni tanlashga tabaqalashtirilgan yondashuvni ko'rsatadi. Ba'zi sportchilarning yurak-qon tomir tizimida (bu sportchilar ko'pincha kuchli asab tizimiga ega) va kamroq darajada motor tizimida sezilarli o'zgarishlarga ega ekanligi aniqlandi, boshqalarida esa o'zgarishlar ko'proq harakat tizimiga va kamroq darajada avtonom tizimga bog'liq ekanligi namoyon bo'ldi. Ammo turli odamlarda vegetativ ko'rsatkichlar ham har xil o'zgaradi, shuning uchun "individual reaktiv stereotip" tushunchasi, ya'ni stressli vaziyatlarga ma'lum bir tarzda munosabatda bo'lishga moyillik kiritildi. Shunday qilib, bir sportchi doimiy ravishda yurak urish tezligini o'zgartirmasdan qon bosimining ko'tarilishi bilan javob berishi mumkin, boshqasi yurak tezligining oshishi va qon bosimining pasayishi bilan javob beradi, uchinchi esa bu ko'rsatkichlarda hech qanday o'zgarish ko'rsatmaydi, ammo terining galvanik reaksiyasi (GSR) ko'rsatkichlari oshadi. Yosh sportchilarda (13-15 yosh) boshlanishidan oldin o'sish puls, qon bosimi va mushaklarning kuchi kattalarga qaraganda ko'proq ifodalanadi. *Sportchilarning individual xususiyatlari*. Hissiy qo'zg'aluvchan sportchilar hissiy qo'zg'aluvchan bo'lmagan sportchilarga qaraganda, start oldidan ko'proq hissiy qo'zg'alishni namoyish etadilar. Ayollarda hissiy qo'zg'alish erkaklarnikiga qaraganda yuqori bo'lganligi sababli, ayol sportchilarda startdan oldingi hissiy qo'zg'alish erkaklarga qaraganda yuqori bo'lishini kutishga asos bor. Gimnastikachilar bo'yicha olingan ma'lumotlar buni tasdiqlaydi.

Startdan oldingi hayajonning paydo bo'lish vaqti ham ko'plab omillarga bog'liq: faoliyatning o'ziga xosligi, motivatsiyasi, ushbu faoliyat turidagi xizmat muddati, jinsi va hatto aql-idrokning rivojlanishiga ham. Malakali sportchilarda startdan oldingi hayajon sport faoliyatiga endigina kirib kelganlarga qaraganda start boshlanishiga to'g'ri keladi. Musobaqa oldidan erta tashvish erkaklarga qaraganda ayollarda, kattalarga qaraganda yosh sportchilarda tez-tez uchraydi. Ikkinchisi, aqlning rivojlanishi bilan kelajakdagi faoliyatni bashorat qilish qobiliyatining oshishi his- tuyg'ularning paydo bo'lishi bilan birga keladi. Ko'rinib turibdiki, juda erta sodir bo'lgan boshlang'ich hayajon asabiy potensialning tez kuchsizlanishiga olib keladi va bo'lajak faoliyatga aqliy tayyorgarlikni pasaytiradi. Masalan, janglarda mag'lub bo'lgan bokschilarda jang oldidan tashvishlanish birinchi vazn o'lchash kuni, jangga 1-2 kun qolganida yaqqolroq rivojlangani aniqlangan. G'oliblar jangdan oldingi hayajonni o'z vaqtida (asosan jang

oldidan) barqarorlash tirdilar. Albatta, boshlang'ich kuchlanishning erta paydo bo'lishi sportchilarning yomon tayyorgarlik ko'rishi va o'zlarini ishonchsiz his qilishlari tufayli ham paydo bo'lishi mumkin. Ishonchsizlik erta keskinlikka olib keladi va erta keskinlik "tuyganlik" va yo'qotishga olib keladi. A.D.Ganyushkinning ma'lumotlariga ko'ra, sportchilarning 30,8%i musobaqa boshlanishidan 1-2 soat oldin, 33,5%i musobaqa kuni ertalab, 20,1%i musobaqadan bir kun oldin, 10%i musobaqadan 2-3 kun oldin, 6%i esa musobaqadan bir hafta oldin startdan oldingi xavotirni boshdan kechira boshlashini aytib o'tadi.

Hozirgi vaqtda psixologik adabiyotlarda xavotirlanish muammosiga umumqabul qilingan qarash yo'q, lekin N.V.Imedadze ta'kidlaganidek, oxirgi yillarda u, ayrim tadqiqotchilar tomonidan, shaxs nazariyasining markaziy muammosi sifatida baholanmoqda. Rus psixologlari "xavotirlanish" tushunchasini turlicha ochib berishadi: "shaxs xususiyati", "ijtimoiy moslashganlik yoki moslashmaganlik indeksi", "imkoniy (potentsial) moyillik", "bilinar-bilinmas tahdid va tanglik vaziyatlarida emotsional ta'sirlanishga moyillik", "qandaydir individual-differentsiallashgan surunkali holat", "asosiy ustunlik qiluvchi ta'sir", "salbiy emotsiya", "sotsial muloqot funksiyasi" kabilardir.

Xavotir darajasi yuqori sportchini aniqlash har doim ham oson ish emas. Sportchi kamdan-kam hollarda murabbiyga qo'rqishini aytadi. Axir, erkak shunday yo'l tutishi kerak emas va shuning uchun hatto eng xavotirli sportchilar ham o'zlarining qo'rquvlarini ochiqchasiga ifoda etmaydilar, chunki ular zaifliklarini tan olishdan qo'rqishadi. Biroq sportchining xatti-harakati uning tashvishli ekanligini ko'rsatishi mumkin. Misol uchun tashvishli odam o'zining zaif tomonlari va kamchiliklarini muhokama qilishga moyil. Anksiyete ko'pincha tirnash xususiyati uchun haddan tashqari sezgirlik deb atash mumkin bo'lgan xatti-harakatlarda namoyon bo'ladi. Notanish zal yoki maydonga kirib, nimadandir noliy boshlagan sportchi (trek juda tik, yorug'lik noto'g'ri, to'sin bizga to'g'ri kelmaydi) bu bilan bilvosita murabbiyga qaysidir ma'noda xavotirda ekanligini bildirgan bo'ladi. Yu.L.Xanin, I.P.Volkov, V.V. Davidov, P.A.Jarov, I.S.Kon, B.R.Ananyev kabi xorijiy psixologlar xavotirlanish holatida namoyon bo'luvchi turli hodisalarni ifodalashda stress va xavotir tushunchalarini qo'llashni taklif etadilar.

Xavotir tushunchasi stress reaksiyalarini keltirib chiqaruvchi stimullar sharoitlarni, emotsional reaksiyalarni hosil qiluvchi omillar, shuningdek, motor harakat o'zgarishlar bilan o'zaro munosabatini belgilash uchun qo'llanilishi lozim. Faoliyatning muvaffaqiyatli natijasi haqida noaniqlik mavjud bo'lganda, emotsional qo'zg'alish darajasini aks ettiruvchi boshlang'ich siljishlar muvaffaqiyatga ishonch bo'lganidan ko'ra ko'proq ifodalanadi. Ishonchsizlarning yuqori tashvishi ham ijobiy oqibatlariga olib keladi: ular o'zlariga ishonganlarga qaraganda kelgusi faoliyatida muvaffaqiyatga erishish uchun ko'proq safarbar qilinadi. Shu sababli, muvaffaqiyatga erishishga to'sqinlik qiluvchi omillar qatoriga ishonchsizlikni so'zsiz kiritish mumkin. Bularning

barchasi ma'lum bir sportchida paydo bo'ladigan tashvish darajasiga bog'liq. Xavotir darajasi sportchi uchun muvaffaqiyatning ahamiyati darajasida va uning shaxsiy xususiyatlari bilan belgilanadi (masalan, yuqori asabiylik ko'pincha yuqori nevrotizmga ega bo'lgan sportchilarga hamroh bo'ladi, ko'p hollarda noaniqlikni engish qat'iyatlilikni talab qiladi). Ba'zi xorijiy psixologlar tashvishni qo'rquv tajribasi bilan bog'lashadi. Masalan, tashvish shartli qo'rquvni o'z ichiga olgan nevroitik reaksiyaning bir shakli ekanligiga ishonishadi. Ba'zi sportchilar o'zlarining tashvishlarini boshlashdan oldin yashirishni yaxshi bilishadi. Bunday holda, sportchining ob'ektiv psixologik tekshiruvi uni aniqlashga yordam beradi. Sport faoliyatida odam turli his-tuyg'ularni boshdan kechiradi. Ulardan ba'zilari stenik ya'ni ijobiydir ba'zilari sportchini ilhomlantiradi, boshqalari esa salbiy faoliyatni beqarorlashtiradi. Shuning uchun hissiy-emotsional barqarorlikni rivojlantirish sportchi uchun juda muhimdir. L.K. Serova hissiy barqarorlikni ham passiv, ham faol usullar yordamida rivojlantirish mumkinligini ta'kidlaydi. Faol usullar yaxshi rivojlangan irodaviy sifatlar yordamida amalga oshiriladi .

Jismoniy mashqlar odatda qiziqarli bo'lib, kulgi va hissiy bo'shashishni keltirib chiqaradi. Shuning uchun u stressni engillashtirish uchun ishlatilishi mumkin. Tajriba shuni ko'rsatadiki, bu vazifani bajarishning turli xil samarali usullarini topish mumkin.

Shaxsiy xususiyatga yondashuv. Ushbu yondashuv shaxsiyatning asosiy tarkibiy birliklari - uning xarakterli xususiyatlari, degan taxminga asoslanadi. Boshqacha qilib aytadigan bo'lsak, shaxsiy xususiyatlar turli vaziyatlarda doimiy bo'lib qoladi. Ushbu yondashuvga asoslanib, psixologlar insonning xatti-harakatlarining sabablari uning ichida ekanligi haqida xulosa qilishadi. Vaziyat yoki atrof-muhit omillarining ta'siri juda ahamiyatsiz rol o'ynaydi. Xarakterli xususiyatlar vaziyat va sharoitlardan qat'iy nazar, shaxsning harakat shaklini oldindan belgilab beradi. Masalan, sportchi musobaqalarda qatnashsa, vaziyat va natijadan qat'iy nazar, faol kurashga va unga bor kuchini berishga moyil bo'ladi. Biroq, moyillik sportchi har doim shunday harakat qiladi degani emas. Bu faqat sport sharoitida jang qilish ehtimolini ko'rsatadi. 1960-1970-yillarda bu yondashuv tarafdorlari Gordon Olport, Raymond Kettell va Gans Ayzenk edi. R. Kettell (1965) shaxsni tavsiflovchi 16 ta mustaqil shaxs omillaridan (16 ta PF) iborat shaxsiyat inventarini ishlab chiqdi. Ayzenk (1968) o'zaro munosabatlardagi xususiyatlarni introversiyadan tortib to ekstroversiyaga va barqarorlikdan hissiyotga qadar bo'lgan eng muhim xususiyatlarni ko'rib chiqdi. Ularning fikricha, shaxsni nisbatan barqaror va ma'lum bir vaqt davomida mustahkam bo'lgan xususiyatlarni tahlil qilish orqali yaxshiroq tushunish mumkin.

Xulosa qilib aytganda musobaqa oldidan va musobaqa davomida his-tuyg'u va hissiyotlarning o'zgarishi tabiiy holdir. Raqobat paytida his-tuyg'ular va hissiyotlar o'zgaradi. Shartlarni baholash odatda darhol, musobaqa yoki jismoniy tarbiya darsi boshlanganidan keyin 30 minut ichida amalga oshiriladi. Bu bizga hozirgi paytda mashq qilayotgan shaxsning holatini aniqlash imkonini beradi. Jismoniy faollik paytida u

o'zgarishi mumkin. Masalan, Mettaoning musobaqa oldidan tashvishlanish darajasi futbol chempionati o'yinidan 30 daqiqa oldin juda yuqori bo'lishi mumkin. Biroq, "bir qator muvaffaqiyatli harakatlar" va o'yin oqimiga moslashishdan so'ng, tashvish darajasi pasayishi mumkin. Raqiblar o'yinni tenglashtirgandan so'ng, tashvish darajasi yana ko'tarilishi mumkin. Shaxsni va uning raqobatga munosabatini baholashda bunday tebranishlarni hisobga olish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Gapparov Z. G. Sport psixologiyasi. Jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik. -T.: Mehridaryo, 2011. 346 b.
2. В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева Психотехнологии в спорте : учеб.пособие;науч. ред. В. Н. Люберцев. – Екатеринбург.
3. Сонов В. Ф. Методы измерения психического состояния в спортивной деятельности / В. Ф. Сонов. - Самара, 2004.
4. Uzoqov A.X. Sportchilarning psixologik barqarorligini ta'minlashda psixologik holatlarning ahamiyati. Central Asian Research Journal For Interdisciplinary Studies (CARJIS) 2022. 259-270 betlar.
5. Uzoqov A.X. Imkoniyati cheklangan bolalar hayotida adaptiviy jismoniy tarbiyaning o'rni. Scientific Journal Impact Factor (SJIF2022=5.016). 125-131betlar.
6. Uzoqov A.X. Structure and content of general psychological preparation of highly skilled]Paralympic athletes. International bulletin of einternational bulletin of engineering issn: 2770-9124 and technology. 148-151 betlar.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING DAVLAT SIYOSATIDA VATANPARVARLIKNING O'RNI VA AHAMIYATI

*Xaydaraliyev Abdullo Usmonali o'g'li
Guliston davlat universiteti doktoranti
Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi.*

Kirish. Vatanparvarlik – bu, insonning o'z yurtiga nisbatan hissiyoti, irodasi, fikr-mulohazalari va xatti-harakatlarning yaxlit tizimidir. Vatanparvarlik shaxs va davlat o'rtasidagi murakkab munosabatlar natijasida shakllanadigan qadriyatlar tizimiga javob sifatida vujudga keladi va jamiyatning tarixiy taraqqiyoti davomida rivojlanib, mustahkamlanadi. Vatanparvarlik insonning o'z ona yurtiga sadoqat va muhabbat hissi bilan bog'liq fikr va tuyg'ularining ifodasida namoyon bo'ladi. Zamonaviy iqtisodiy globallashuv sharoitida ba'zi g'araz niyatli kishilar vatanparvarlik tushunchasini targ'ib qilishda uning ahamiyatini pasaytirishga urinayotganini guvohi bo'lmoqdamiz.

Jahon sivilizatsiya tarixida dastlabki davlat tushunchasi paydo bo'lganidan beri, odamlar o'zining tirikchilik faoliyati va mustaqilligi uchun davlatga bog'liq bo'lib kelgan va davlatga suyanan. Aynan mana shu bog'liqlik vatanparvarlikning asosiy

omillaridan biri sifatida shakllangan. Zamonaviy dunyoda davlatlar o‘rtasidagi aloqalar tobora ortib, globallashuv jarayoni jadallashib borayotgan bir paytda, milliy o‘zlik, milliy qadriyatlar, milliy suverenitet va manfaatlarni himoya qilish muhim masalalardan biriga aylandi.

O‘tgan asrning oxirgi o‘n yilligidan boshlab dunyo jadallik bilan rivojlandi, aynan shu paytda iqtisodiy globallashuv davri boshlandi. Davlatlar esa tinchlik va taraqqiyot sharoitida turli sohalar bo‘yicha qizg‘in raqobat olib borishi natijasida an‘anaviy kuchlar muvozanati ham o‘zgarib bordi. Ushbu globallashuv davomida iqtisodiy jihatdan zaif bo‘lgan mamlakat fuqarolari butun dunyo bo‘ylab turli faoliyatlar bilan shug‘ullanish maqsadida ko‘chishga majbur bo‘lgan.

Lekin, ularda o‘z vatanidan uzoqda yashash va ishlash qancha davom etsa ham ona Vatanga muhabbat va sadoqat doim saqlanib qoladi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyev ta’kidlaganidek, “Musofir yurtda, turli qiyinchilik va mashaqqatlarga chidab, halol mehnat qilib, non topish oson emas. Xorijda bunday sharoitda yashab kelayotgan odamlarimizni haqiqiy qahramon, desak, to‘g‘ri bo‘ladi”[1].

Adabiyotlar tahlili va metodlar. Ba’zida hayot va mehnat sharoitlari tufayli ayrim fuqarolar o‘zining dastlabki fuqaroligidan voz kechib, yangi davlat fuqaroligini qabul qilishadi. Ayrim mamlakatlarda esa shaxslar ikki yoki undan ortiq fuqarolikka ega bo‘lish huquqiga ega. Bu holat, ko‘pincha, insonlarda milliy identifikatsiya va shaxsiy mansublik hissi borasida chalkashliklarga olib keladi.

Xitoylik tadqiqotchi L.Zhu o‘zining “Globallashuv davrida vatanparvarlikni o‘rganish” nomli tadqiqotida shunday savol qo‘yadi: “Iqtisodiy globallashuv davrida davlatlar o‘rtasidagi iqtisodiy aloqalar umumiy qoidalarga bo‘ysunsa, vatanparvarlikni ilgari surishning qanday zarurati bor?”[5]. Bugungi kunda ham bunday salbiy qarash keng tarqalib bormoqda.

Vatanparvarlik tuyg‘usi butun insoniyatning umumiy hissiyotlaridan biri bo‘lib, fuqarolarning o‘z vataniga bo‘lgan muhabbati sifatida tabiiy tuyg‘u hisoblanadi. Vatanparvarlik – bu insonning o‘z Vatani va millati bilan bo‘lgan murakkab munosabatlariga asoslangan hissiyot, iroda, dunyoqarash, fikr, faoliyat va xatti-harakatlarning mujmuyi bo‘lib, uzoq davom etadigan ijtimoiy tarix jarayonida shakllanadi. Vatanparvarlik tuyg‘usi insonning o‘z Vatani sadoqati va muhabbati bilan bog‘liq bo‘lgan fikr va hissiyotlarning ifodasidir. Ushbu tuyg‘u insonning o‘z millati va yurtiga bo‘lgan bog‘liqligi va identifikatsiyasidan kelib chiqadi.

Bundan ko‘rinib turadiki, vatanparvarlik qanchalik tarixiy va uzoq o‘tmishga ega qadriyat bo‘lsa ham, aslo eskirmaydi. Quyida zamonaviy davrda inson va davlat munosabatlari sifatida vatanparvarlik qadriyatini tahlil qilamiz.

Davlatlarning tashkil topishi – insoniyat taraqqiyotidagi muhim yutuqlardan biridir. Odatda, davlatning tashkil topishi umumiy madaniyat, tafakkur, til, irq, hudud va tarixga ega bo‘ladi va jamiyat sivilizatsiyasi davlatning rivojlanishini ta’minlaydi.

Natijada davlat manfaatlari jamiyatning ajralmas qismiga aylandi hamda millat mavjudligining eng oliy tashkiloti davlat bo‘lib qoldi.

Iqtisodiy va harbiy sohalar rivojlanib borgan sari xalqaro hamkorlik yo‘lga qo‘yildi. Davlat xalqaro maydonda mustaqil subyekt sifatida harakat qila boshladi. Birlashgan Millatlar Tashkilotining nizomida belgilanganidek, “Davlat mavjud ekan, milliy suverenitetni himoya qilish va mavjud xalqaro tartibni saqlab qolish zarurati doimo mavjud bo‘ladi”[4].

Hozirda dunyoda 200 ga yaqin davlat a‘zo bo‘lgan Birlashgan Millatlar Tashkilotining nizomiga muvofiq, davlatlar xalqaro tinchlik va xavfsizlikni ta‘minlash, xalqaro iqtisodiy, ijtimoiy, madaniy va gumanitar masalalarni hal etishda hamkorlik qilish uchun **davlatlarning suveren tengligi tamoyiliga rioya qilishlari** lozim. Har qanday holatda ham mamlakatlar o‘rtasidagi “suverenitetni o‘zaro hurmat qilish” tamoyili xalqaro ijtimoiy tartibning asosiy poydevori bo‘lib qoladi. Bu tamoyil dunyo tinchligi va xavfsizligini saqlash uchun ham muhimdir.

Shuningdek, xalqaro hamkorlik bilan bir paytda mamlakatning qurolli kuchlarini doimiy shay holatda tutish, armiyaning salohiyatini oshirib borish hamda zamonaviy texnika va texnologiyalar bilan ta‘minlash nihoyatda dolzarb hisoblanadi. O‘zbekiston Respublikasi 1991-yilda tashkil etilgandan boshlab mustaqil tashqi siyosat olib bormoqda va o‘z armiyasiga ega bo‘lib, mamlakat suvereniteti, hududiy daxlsizligini himoya qilmoqda. Shu bilan birga, O‘zbekiston fuqarolari davlatni himoya qilish, Qurolli Kuchlar safida harbiy xizmatni amalga oshirish, har qanday holatda ham mamlakat manfaatlari uchun yordamga tayyor turishni o‘zlarining burchi sifatida ko‘radilar va chuqur his qiladilar.

Globallashuv davrida yuz berayotgan o‘zgarishlar barcha sohalarni qamrab oldi, biroq bu milliy manfaatlardan voz kechish yoki milliy suverenitetni inkor etish kerakligini anglatmaydi. Xitoylik tadqiqotchi X.Shi globallashuvning milliylik, milli davlatchilikka ta‘siri haqida shunday ta‘kidlaydi: “Globallashuv va milliy davlat tushunchalari bir-biriga qarama-qarshi tushunchalar emas, aksincha, globallashuv milliy suverenitetni zaiflashtirmaydi, balki aksincha, milliy suverenitetni mustahkamlashga yordam beradi va xalqaro maydondagi milliy maqomni yanada muhim qiladi” [7].

Milliy suverenitet va manfaatlarni hurmat qilish va vatanparvarlik tamoyili xalqaro munosabatlardagi eng umumiy standartlardan biri bo‘lib, vatanparvarlik tuyg‘usi, ongi va ruhi milliy suverenitet hamda manfaatlarni himoya qilishni yanada rag‘batlantiradi.

Muhokama. O‘zbekiston va o‘zbek xalqi qadimdan chuqur ildiz otgan vatanparvarlik qadriyatiga ega bo‘lib, tarixiy og‘ir sharoitlarda yaqqol namoyon bo‘ladi. Masalan, “Alpomish” va “Go‘ro‘g‘li” dostonlaridagi qahramonlari o‘z xalqini himoya qilish, yurtini dushmanlardan ozod etish, xalqining ozodligi va baxt-saodati yo‘lida kurash olib boradilar va ularning jasorati Vatanga bo‘lgan sadoqat va matonatning

yorqin timsoli sifatida avlodlar yodidan joy egallaydi. Yana bir tarixiy rivoyatga ko'ra, Shiroq ismli shaxs o'zining qabilasini dushman hujumidan asrash va ularni yakson qilish uchun o'zini qurbon qiladi.

Ushbu jasorat Vatanparvarlikning eng oliy namunasi sifatida tarixda qoladi. Massagetlar qabilasining malikasi To'maris esa Fors shohi Kir II ga qarshi mardonavor jang olib borib, dushmani yer tishlatdi hamda

Vatanparvarlik tuyg'usi faqat yigitlarda emas, ayollarda ham namoyon bo'lishini yaqqol misoliga aylandi. Mardlik, qahramonlik va jasorat ramzi sifatida Xorazmshoh Jaloliddin Manguberdi va sarkarda Temur Maliklarni haqiqiy Vatanparvarlar sifatida namuna qilishimiz mumkin.

Chingizxon bosqini davrida mamlakat himoyasi uchun borini bergan, bosqinchilarga qarshi mardonavor va uzoq vaqt qarshilik ko'rsatishdagi jasorati va fidoyiligi xalq doston va tarixiy asaralarida abadiy saqlanib qolgan.

Buyuk sarkarda, Movarounnahr hukmdori, qo'l ostida bir necha yuzlab xalqlarni birlashtirgan davlat rahbari bo'lgan Sohibqiron Amir Temur vatanparvarlik shaxsi obrazida alohida o'rin tutadi. U nafaqat vatanparvar shaxs bo'lgan, balki atrofida qilarni, qo'l ostidagilarni, yosh avlodni vatanparvar qilishga harakat qilgan. Dastlab yurtidagi parokandalikni tugatib, birlashgan davlatga asos solgan, so'ngra mamlakatining barcha sohalarda ilg'or rivojlanishi uchun, nafaqat, harbiy, balki iqtisodiy, ijtimoiy, ilm-fan sohaslarining ham yuksalishiga o'z hissasini qo'shdi. Shuningdek, Mirzo Ulug'bek, Alisher Navoiy kabi ulug' siymolarimiz ham davlat ishida, ham ilm-fan yo'nalishida mehnat qilib yurtning rivojiga o'zlarining ulkan hissalarini qo'shganlar[6].

O'zbekiston o'zining bir necha ming yillik tarixiy taraqqiyotida ko'plab mashaqqat va sinovlarni boshdan kechirdi. Hatto uzoq vaqt davomida aziyat chekkan davlat sifatida ham yashashda davom etdi. Ushbu sinov va izzatlar o'zbek xalqining chuqur vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirdi.

Bugungi kunda 38 millionga yaqin xalqni birlashtiruvchi tuyg'u aynan vatanparvarlikdir. Tarixga nazar soladigan bo'lsak, XX asrning birinchi yarmida o'zbek xalqining ma'naviy hayotini yoritishni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan Vatan qahramonlariga guvoh bo'lamiz.

Mahmudxo'ja Behbudiy, Munavvarqori Abdurashidxonov, Abdulla Avloniy, Qodiriy, Fitrat, Cho'lpon kabi Vatanparvarlar millatning dardini o'z dardi deb bilib, uning ma'naviy ongi, psixologik qiyofasini yuksaltirishga intildilar va buy o'lga o'limga tik boqib, oxirgi nafaslarigacha Vatanni sevdilar. Yuqoridagi ajdodlarimizning merosi biz uchun dastur ul-amal bo'lib xizmat qiladi. Buni Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ham alohida ta'kidlaydilar: "Ma'rifatparvar ajdodlarimizning merosi bugun biz qurayotgan huquqiy demokratik davlat va fuqarolik jamiyati uchun poydevor bo'lib xizmat qilishi tabiiy. Bu kimgadir yoqadimi yoki yo'qmi, xalqimiz jaded bobolarimiz ko'rsatib bergan yo'ldan og'ishmay borishi kerak. Chunki ularning g'oya va dasturlari Yangi O'zbekistonni barpo etish strategiyasi bilan har tomonlama uyg'un va

hamohangdir”[2] .

Yurtimizda olib borilayotgan islohotlarning maqsadi inson qadrini mustahkamlash, davlatni ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy, harbiy va siyosiy jihatdan rivojlantirish,

O'zbekiston dunyo hamjamiyatida o'z o'rniga va so'ziga ega bo'lishini ta'minlashdan iboratdir. Islohotlar mamlakatning faqat ijtimoiy-iqtisodiy hayotida yuz berayotgan o'zgarishlar emas, balki xalqning, millatning ruhiy va ma'naviy o'sishiga, o'z tarixini o'rganish hissining oshishiga, fuqarolarning ona Vataniga bo'lgan muhabbati, ishonchi va sadoqatining mustahkamlanishiga xizmat qiladigan jarayondir. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek, “Yangi O'zbekistonda Uchinchi Renessans poydevori yaratish butun xalqimizning maqsadi bo'lishi kerak”[3].

Xulosa.Umuman olganda, yurtimizda amalga oshirilayotgan islohotlar davlatimizning barqaror rivojlanishida, tinch va farovon bo'lishida, eng muhimi yoshlarda Vatanparvarlik tuyg'usini shakllanishida, yangi avlod o'z millati va mamlakati bilan faxrlanishida poydevor bo'lib xizmat qiladi. Natijada bugungi kunda har bir O'zbekiston fuqarosi yagona maqsad atrofida birlashmoqda. O'zbekiston Respublikasi iqtisodiy rivojlanishning muhim bosqichida turibdi.

Davlatimiz dunyo iqtisodiyotida o'z o'rnini yanada mustahkamlab bormoqda. Shu o'rinda murakkab xalqaro muhitda davlatlar nafaqat iqtisodiy muammolarga, balki siyosiy, madaniy va ekologik sohalardagi xavf-xatarlarga ham duch kelmoqda. Vatanparvarlik tuyg'usi esa O'zbekistonning milliy manfaatlarini himoya qilish bilan birga, mamlakatni yanada taraqqiyot sari yetaklashiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Mirziyoyev Sh.M. Prezidentlik savlovidan oldin Qashqadaryodagi saylovchilar bilan uchrashuvdagi nutqi. 2023-y.
2. Mirziyoyev Sh.M. Ma'naviyat boshqa sohalardan oldinda yurishi, yangi kuchga, yangi harakatga aylanishi kerak. Respublika Ma'naviyat va ma'rifat kengashining kengaytirilgan yig'ilishidagi nutq. Toshkent. 2023-y.
3. Mirziyoyev Sh.M. “Yangi O'zbekistondagi islohotlar mazmuni” mavzusida ommaviy axborot vositalari va matbuotga bergan intervyusi. 2021-y.
4. Birlashgan Millatlar Tashkilotining nizomi. 1945-y.
5. Zhu L. (2012). A Study of Patriotism under Globalization Background. PhD. Thesis, Chengdu: Southwestern University of Finance and Economics.
6. Shamsutdinov R., Karimov Sh., Ubaydullayev I. Vatan tarixi ikkinchi nashr. Toshkent 2010-y.
7. Shi X. L. (2000). Globalization and National Interests Principle. Journal of Social Science, 2, 26-29.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ГУМАНИТАРНЫХ НАУК В ФОРМИРОВАНИИ НРАВСТВЕННЫХ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩЕГО ВРАЧА

*Хайтматова Гулноза Аманиллаевна
Ташкентский Государственный Медицинский Университет
Старший преподаватель кафедры социальных наук, педагогики и
психологии*

Одной из важнейших задач, стоящих перед обществом Узбекистана, является формирование всесторонне развитой, гармоничной молодежи. Решение этой задачи невозможно без обращения к богатому историческому наследию нашей страны. Как подчеркивает Президент Шавкат Мирзиёев, один из ключевых вопросов, вызывающих постоянную озабоченность — это нравственное становление молодежи, ее мировоззрение и жизненные ориентиры.

Современный мир стремительно меняется, и именно молодежь первой ощущает эти перемены. Важно, чтобы в сердцах юного поколения жила мысль о великом прошлом нашего народа, о выдающихся предках, чье наследие должно стать источником национального самосознания и духовной устойчивости. И достичь этого можно только через воспитание — системную, глубокую работу в семье, школе, махалле и всей общественности.

В Узбекистане активно реализуются меры по модернизации всех уровней образовательной системы: от дошкольного воспитания до высшего образования. Создаются новые учреждения, реконструируются существующие, совершенствуется содержание обучения. Всё это направлено на то, чтобы воспитать новое поколение как гармоничных и целостных личностей.

История — это память народа, и она требует бережного отношения. Люди, утратившие связь с историей, рискуют превратиться в манкуртов — лишённых корней, нравственности и гражданской позиции. Осознание своего прошлого позволяет человеку лучше понимать настоящее и осмысленно строить будущее.

Курс «Новейшая история Узбекистана» направлен на то, чтобы раскрыть перед молодежью богатое и уникальное прошлое нашего народа. Через изучение ключевых исторических событий, вкладов великих предков в мировую цивилизацию, борьбы народа за свободу и независимость, а также анализ социально-политических, экономических и культурных процессов, формируется целостное представление о развитии страны в контексте мировой истории.

Особое значение имеет формирование у молодежи высокой политической культуры и нравственности. В условиях плюралистического общества, где существует множество взглядов и подходов, важно научить молодых людей ориентироваться в социуме, осознавать свою роль в его развитии, уметь мыслить критически и формировать собственную позицию.

Изучение истории и других социально-гуманитарных дисциплин должно способствовать не только расширению кругозора студентов, но и выработке таких необходимых качеств, как аналитическое мышление, коммуникабельность, толерантность, инициативность и самостоятельность. Это те компетенции, которые нужны гражданину демократического общества.

Современные методы преподавания и педагогические технологии всё больше направлены на развитие у студентов способности к осмысленному восприятию информации, выработке собственных оценок на основе универсальных ценностей. В центре образовательного процесса — воспитание духовно зрелой личности, способной понимать и принимать ответственность за свою страну.

Благодаря масштабным реформам в общественной и духовной жизни Узбекистана усиливается интерес к историческим корням, национальной культуре, патриотизму и гражданской активности. Выступления Президента страны наполнены идеями, направленными на решение актуальных вопросов будущего государства, особенно в части воспитания молодежи. Эти обращения вдохновляют на активное участие в строительстве будущего, на самоотверженную работу и сплоченность.

Преподаватели социально-гуманитарных наук несут важную миссию — обучить студентов основам гуманизма, гражданственности и уважения к общечеловеческим ценностям. Это обучение должно помогать молодежи стать осознанными гражданами, способными принимать участие в построении справедливого и правового общества.

Практическая значимость гуманитарных дисциплин заключается в формировании патриотизма и расширении мировоззрения. Они играют ключевую роль в подготовке молодежи к решению задач, связанных с развитием независимого, демократического государства.

Медицинское образование — это особая сфера подготовки, в которой будущий врач должен овладевать не только клиническими знаниями и навыками, но и развивать умение воспринимать человека как целостную личность. Гуманитарные дисциплины — философия, история, психология, культурология, биоэтика — играют не менее важную роль в профессиональном становлении медицинских специалистов, чем традиционные медицинские науки. Именно они формируют моральные ориентиры, профессиональную ответственность и гуманистический подход к пациенту, что критически важно для формирования личности врача.

Профессия врача — это не просто владение медицинскими технологиями. Это — важная социальная миссия. От решений и поступков медицинского работника зачастую зависит судьба и качество жизни человека. Сегодняшние требования к профессии предполагают не только высокий уровень

профессиональных знаний, но и наличие развитых этических качеств, способности к сопереживанию, уважения к правам пациента, умения понимать его психологическое состояние и ценности. Гуманитарные науки способствуют развитию у будущего врача самосознания, способности к моральному выбору и осознанию своей социальной ответственности.

Несмотря на технологический прогресс, медицина остается тесно связанной с этическими и гуманитарными аспектами. Врачи ежедневно сталкиваются с непростыми вопросами: как соблюсти баланс между эффективностью лечения и гуманистическими принципами, как учитывать индивидуальные особенности пациента, в том числе его культурный и социальный контекст.

В условиях изменяющихся моральных норм особенно важно, чтобы медицинские работники обладали подготовкой, позволяющей принимать обоснованные и этически взвешенные решения. Знания, полученные в ходе изучения гуманитарных дисциплин, развивают у них способность к моральной рефлексии и ответственному поведению.

Цель медицины заключается не только в лечении болезней, но и в улучшении общего качества жизни человека. Врач должен учитывать не только физическое состояние пациента, но и его эмоциональное, психологическое и социальное благополучие. Такой целостный подход невозможен без гуманитарной подготовки, которая позволяет видеть в пациенте не просто объект для медицинского вмешательства, а личность со своими чувствами, убеждениями и жизненной историей.

Важным компонентом гуманитарной подготовки в медицинских вузах является преподавание новейшей истории Узбекистана. Знание истории страны способствует формированию у студентов широкого кругозора, патриотизма, понимания культурных и социальных реалий, в которых они будут работать. Это особенно актуально для врачей, которым необходимо учитывать культурные особенности пациентов при принятии клинических решений. Исторический контекст помогает молодым специалистам лучше ориентироваться в сложных ситуациях, требующих не только медицинских, но и этических и культурных знаний.

Развитие высшего образования в Узбекистане, включая медицинское, является одним из приоритетных направлений государственной политики. За последние годы предприняты важные шаги по модернизации системы здравоохранения и подготовки медицинских кадров. В частности, в одном из указов Президента Шавката Мирзиёева подчёркивается необходимость совершенствования механизмов, обеспечивающих соблюдение медицинскими работниками профессиональной этики, профилактики конфликта интересов и коррупционных проявлений. Предусмотрено принятие Этического кодекса

медицинских работников и внедрение системы страхования профессиональной ответственности.

Кроме того, особое внимание уделяется реформированию системы медицинского образования. Это включает пересмотр учебных планов и программ, обновление методических материалов, повышение доли практических занятий и приведение образовательных стандартов в соответствие с международными достижениями медицинской науки и практики. Эти меры направлены на подготовку высококвалифицированных специалистов, способных не только лечить, но и действовать в рамках высоких моральных и профессиональных стандартов.

На фоне стремительного развития биомедицинских технологий всё более актуальным становится не только профессиональный, но и гуманистический аспект врачебной деятельности. Это требует глубокого переосмысления и обновления системы медицинского образования с учётом принципов современной педагогики, ориентированной на личностно-ориентированный, междисциплинарный и практико-ориентированный подходы.

Изучение новейшей истории Узбекистана в медицинских вузах приобретает особую значимость, так как помогает студентам осознать, как развитие медицины связано с общими историко-политическими и социальными процессами в стране. Период независимости, государственные реформы, включая преобразования в системе здравоохранения, формируют контекст, без понимания которого невозможно полноценное восприятие профессиональной роли врача в современном обществе. Такие знания способствуют формированию у будущих специалистов социальной ответственности и активной гражданской позиции.

Современное преподавание гуманитарных дисциплин, включая историю, должно выходить за рамки традиционных лекций.

Анализ практики преподавания новейшей истории Узбекистана в медицинских вузах показывает, что при использовании исключительно лекционного формата снижается уровень мотивации студентов, ограничивается развитие критического мышления и теряется связь между гуманитарными знаниями и будущей профессиональной деятельностью.

В этом контексте важно переходить к интерактивным, студенто-центрированным формам обучения, таким как: **проектная деятельность** (например, исследования по истории здравоохранения Узбекистана), **дискуссионные платформы и кейс-методы**, моделирующие реальные историко-медицинские дилеммы, **виртуальные экскурсии**, мультимедийные презентации и онлайн-курсы, интегрирующие цифровые технологии в образовательный процесс.

Такие методы значительно усиливают вовлечённость студентов и позволяют им не только запоминать исторические факты, но и видеть их отражение в современной медицинской практике.

Интеграция исторических знаний с медицинскими дисциплинами — такими как биоэтика, медицинская социология и общественное здоровье — позволяет выстроить логическую и содержательную связь между прошлым и настоящим. Например, изучение реформ здравоохранения в постсоветский период помогает студентам понять, с какими системными вызовами сталкивались врачи, как формировались подходы к лечению и взаимодействию с пациентами, и как это влияет на современные стандарты медицины.

Междисциплинарный подход в преподавании гуманитарных дисциплин делает образовательный процесс более целостным и прикладным. Он формирует у студентов навыки анализа, самостоятельного мышления, аргументации и выработки морально-этических решений — качеств, без которых невозможно стать современным врачом. Врачу сегодня недостаточно просто знать алгоритмы диагностики и лечения — он должен быть готов к сложным моральным выборам, понимать пациента как личность, быть эмпатичным и культурно чувствительным.

Как отмечал Вольтер: *«Тот, кто не знает прошлого, не знает ни настоящего, ни будущего, ни самого себя»*. Это утверждение как нельзя лучше иллюстрирует необходимость гуманитарной подготовки в медицине. Знание истории медицины — это не просто хронология достижений, но и критическое осмысление ошибок прошлого, позволяющее избегать их в будущем.

Цель настоящего исследования — оценить современные методы преподавания новейшей истории Узбекистана в медицинских вузах и предложить пути их совершенствования в соответствии с передовыми педагогическими подходами. Используемые в исследовании методы — анализ программ, опросы студентов и преподавателей, внедрение экспериментальных методик — показали высокую эффективность интерактивных форм обучения по сравнению с традиционными.

Полученные данные указывают на необходимость обновления учебных планов с акцентом на: активное применение **цифровых образовательных технологий**; усиление **междисциплинарности**; **контекстуализацию** исторического материала в рамках медицинской практики; развитие **ценностных ориентиров** и этической осознанности студентов.

Опыт зарубежных медицинских вузов подтверждает: гуманитарные науки сегодня являются неотъемлемой частью профессиональной подготовки врача. От аудиторий до операционных залов — будущие врачи несут ответственность не только за клинические решения, но и за гуманное отношение, понимание культурных различий и умение делиться знаниями с пациентами и коллегами.

При этом гуманитарная составляющая медицинского образования должна способствовать развитию у студентов нравственности, эмпатии, духовности, уважения к человеческому достоинству. Эти качества являются фундаментом врачебного призвания и важнейшей составляющей профессиональной идентичности.

Современная медицинская школа в Узбекистане сталкивается с необходимостью интеграции воспитательной и гуманитарной компоненты в образовательную стратегию. Формирование врача будущего — это не только передача знаний и навыков, но и целенаправленное развитие **ценностно-нравственной личности**, способной действовать ответственно в условиях быстро меняющегося мира.

Таким образом, модернизация преподавания новейшей истории Узбекистана с опорой на современные педагогические технологии и гуманитарные ценности позволит не только повысить качество подготовки медицинских кадров, но и сформировать поколение врачей, способных понимать свою профессию в широком социокультурном контексте и действовать во благо человека.

Анализ роли исторического и гуманитарного знания в структуре современного медицинского образования показывает, что интеграция гуманитарных дисциплин в учебный процесс является неотъемлемым условием формирования профессионально и нравственно зрелой личности будущего врача. Изучение истории, философии, психологии, культурологии и биоэтики способствует не только развитию критического мышления и способности к социальной рефлексии, но и формированию моральных ориентиров, эмпатии и культурной чувствительности. Эти компетенции необходимы для выполнения врачом не только клинической, но и социальной миссии в условиях сложных социокультурных и этических вызовов современной медицины. Таким образом, гуманитарные науки обеспечивают фундамент для формирования гуманистической медицинской практики, в центре которой находится человек как целостная личность, а не исключительно объект биомедицинского воздействия.

Список литературы

1. Постановление Президента Республики Узбекистан Ш.М. Мирзиёева. Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах: «О мерах по дальнейшему развитию системы высшего образования», утв. 20 апреля 2017 года, PF4947.
2. Указ Президента Республики Узбекистан, от 07.12.2018 г. № УП-5590 «О комплексных мерах по коренному совершенствованию системы здравоохранения республики Узбекистан». (Национальная база данных законодательства, 24.02.2022 г., № 06/22/78/0163)

3. Хайтматова Г.А. К вопросу о патриотическом воспитании студентов ТашПМИ //Международный научный журнал «Интернаука». №8(137) часть 1. Москва – 2020, с.58 – 62, <https://www.internauka.org/journal/science/internauka/137/>

4. Шарипов О. Инновации в высшем образовании Узбекистана. Ташкент: Фан, 2021.

5. Хайтматова Г.А. Современные подходы к преподаванию истории в медицинских вузах: интеграция гуманитарных наук // Journal of Healthcare and Life-Science Research, Vol. 4. №4, 2025 ISSN: 2181-4368, p. 172-176. <https://jhlsr.innovascience.uz/index.php/jhlsr/article/view/1292>

IMOM AL BUXORIY HADISLARIDA FARZAND OILA VA JAMIYAT TUSHUNCHALARI

Xolnazarova Matluba Xolbo'tayevna
Professor, GulDu

Islom ilmidagi Imom Muhammad ibn Ismoil al-Buxoriy (810–870) alohida o'rin tutadi. Uning “al-Jomi' as-sahih” asari diniy, axloqiy va ijtimoiy masalalarga oid fundamental manbadir. Yoritilgan mavzular orasida oila, farzand tarbiyasi va adolatli jamiyatni tashkil etish alohida ahamiyatga ega. Bu tadqiqotning dolzarbligi shundaki, zamonamizning ko'plab ijtimoiy muammolari — oilaviy qadriyatlar inqirozi, o'smirlar o'rtasida og'ishlar sonining ko'payishi, shaxslararo aloqalarning zaiflashishini al-Buxoriy to'plagan hadislarida bayon etilgan fikrlardan kelib chiqib tushunish mumkin.

Tadqiqotdan maqsad. Imom al-Buxoriyning shaxs ma'naviy-axloqiy asoslari va barqaror ijtimoiy tizimni shakllantirishda oila, farzand va jamiyatning o'zining haqidagi g'oyalarini aniqlash va tahlil qilish hamda ularning zamonaviy gumanitar bilimlar bilan bog'liqligini ko'rsatishdan iborat.

Tadqiqot birlamchi manbalar bilan ishlash, mavzuga oid hadislarini tanlash va turli tadqiqot usullarini qo'llashni o'z ichiga olgan ko'p bosqichli uslubiy tahlilga asoslandi.

Manba bazasi sifatida, Imom al-Buxoriyning “Sahih al-Buxoriy” fundamental asariga kiritilgan hadislar tadqiqotning asosiy ob'ekti bo'ldi.

Ota-onalar mas'uliyati, bolalarning axloqiy tarbiyasi, shuningdek, jamiyatda ijtimoiy adolat va totuvlik masalalariga bag'ishlangan an'analarga alohida e'tibor qaratildi. Ushbu matnlar jamlanmasi IX asr musulmon jamoasining oila, ta'lim va ijtimoiy munosabatlar haqidagi g'oyalarining qimmatli dalili sifatida qaratildi.

Materiallar namunasi. Tahlil uchun to'rtta asosiy sohaga oid hadislar tanlab olindi:

➤ ota-onalarning farzandlari oldidagi majburiyatlari. Masalan, hadis: “Har biringiz cho'ponsiz, siz haqingizda uyuringizdan so'ralur” (Sahih al-Buxoriy, taxminan 893);

➤ erta yoshdan boshlab axloqiy tarbiyaga bo'lgan ehtiyoj. Jumladan, hadis: “Farzandlaringizni yetti yoshida namozga buyuring, o'n yoshga to'lganida namozni tark etganliklari uchun jazolang” (Sahih al-Buxoriy, 537-q.);

➤ jamiyat a'zolarining jamoaviy javobgarligi. Bu yerda hadisda shunday deyiladi: “Mo'minlar bir jismga o'xshaydilar: bir a'zo og'risa, butun vujudi uyqusizlik va isitmadan azoblanadi” (Sahih al-Buxoriy, q. 6011);

➤ zaif va kam ta'minlanganlarni himoya qilish. Masalan, hadis: “Men va yetimning valiysi jannatda mana shu ikki barmoqdek yaqin bo'lamiz” (Sahih al-Buxoriy, q. 5304).

Tadqiqot usullari quyidagilardan iborat bo'ldi:

a) Kontent tahlili asosiy kategoriyalar ("mas'uliyat", "tarbiya", "ijtimoiy adolat") aniqlash va tizimlashtirish uchun ishlatilgan. Ushbu usul zikr qilish chastotasini va ushbu tushunchalarning kontekstual ma'nosini aniqlash imkonini berdi.

b) Qiyosiy tarixiy tahlil Imom al-Buxoriy g'oyalarini Ahmad ibn Hanbal va at-Termiziy kabi boshqa islom olimlari asarlari, shuningdek, G'arb sotsiologiyasi (Durkaym, 1994) tushunchalari bilan solishtirish imkonini berdi, bu esa tadqiqotning fanlararo integratsiyasini oshirdi.

c) Moslashtirish metodi hadislarining semantik mazmunini va zamonaviy pedagogik va sotsiologik xulosalarni shakllantirishdagi ahamiyatini ochib berishga qaratilgan edi. Bunday yondashuv bizga al-Buxoriy matnlarini nafaqat tarixiy va diniy kontekstda, balki tegishli ijtimoiy va tarbiyaviy modellarni ishlab chiqish uchun asos sifatida ko'rib chiqish imkonini berdi.

Shunday qilib, amaliy metodologiya tarixiy va teologik tahlilni gumanitar fanlarning zamonaviy usullari bilan uyg'unlashtirib, Imom al-Buxoriy ilmiy merosida oila, farzand va jamiyatning rolini yaxlit va ko'p qirrali tushunish imkonini beradi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, Imom al-Buxoriyning oila, farzand tarbiyasi va jamiyatni tashkil etish masalalari bo'yicha ilmiy merosi qanchalik chuqur ekanini ko'rsatuvchi bir qancha muhim qoidalar aniqlandi.

Al-Buxoriy to'plagan hadislarda oilaning shaxsning ijtimoiylashuvi va ma'naviy kamolotining birlamchi instituti sifatidagi alohida o'rni ta'kidlangan. Ota-onalar farzandlarining ma'naviy-axloqiy tarbiyasi uchun diniy va ijtimoiy mas'uliyatni o'z zimmlariga oladilar. Ishonchli hadislardan birida Muhammad payg'ambar: “Har biringiz cho'ponsiz, siz haqingizda uyuringizdan so'ralur”, deganlar (Sahih al-Buxoriy, 893). Ushbu metafora jamiyatning asosiy bo'g'ini sifatida oila g'oyasini aks ettiradi, bu yerda dunyoqarash, qadriyat yo'nalishlari va ijtimoiy xulq-atvor asoslari qo'yilgan. Shunday qilib, oila nafaqat ijtimoiy tuzilma, balki diniy-axloqiy me'yorlar prizmasi orqali shaxsni shakllantiruvchi ma'naviy institut sifatida ham harakat qiladi.

Al-Buxoriy merosida diniy-ma'rifiy an'analarning asosiy davomchilari hisoblangan bolalarga alohida e'tibor qaratilgan. Hadislarda bolalarga yoshligidan Qur'on, namoz, yaxshi amallarni o'rgatish zarurligi ta'kidlangan. Shu tariqa:

“Farzandlaringizni yetti yoshga to‘lganlarida namozga buyuringlar, o‘n yoshga to‘lganlarida namozni tark etganliklari uchun jazolanglar”, deyilgan (Sahih al-Buxoriy, 537). Bu yerda diniy-axloqiy tarbiyani bolalikdan boshlash, bolada intizom, mas’uliyat, ma’naviy kamolotni shakllantirishga alohida e’tibor qaratilgan.

Bundan tashqari, bilim ota-onalar farzandlariga qoldiradigan eng qimmatli meros sifatida taqdim etiladi (Ambrumova, 2001). Bunday yondashuv barqaror shaxsiy fazilatlarni shakllantirishga yordam beradi: halollik, hurmat, kamtarlik va ijtimoiy mas’uliyat. Bu uzoq muddatli istiqbolda avlodlarning ma’naviy davomiyligini, madaniy va diniy o‘ziga xoslik barqarorligini ta’minlashga xizmat qiladi.

Al-Buxoriy hadislarida aytilishicha, jamiyat yaxlit organizm sifatida taqdim etiladi, bunda har bir shaxs umumiy ijtimoiy tananing muhim qismi hisoblanadi. Hadislardan birida shunday deyilgan: “Mo‘minlar bir jismga o‘xshaydilar: bir a‘zo kasal bo‘lsa, butun vujud uyqusizlik va isitmadan aziyat chekadi” (Sahih al-Buxoriy, 6011). Bu metafora musulmon jamiyatida jamoaviy mas’uliyat va o‘zaro yordam g‘oyasini aniq ko‘rsatib beradi.

“Sahih”da zaif va kam ta’minlanganlarga g‘amxo‘rlik qilishga alohida e’tibor berilgan. Shunday qilib, Payg‘ambarimiz aytdilar: “Men va yetimning valiysi jannatda mana shu ikki barmoqdek yaqin bo‘lamiz” (Sahih al-Buxoriy, 5304). Bu hadisda ijtimoiy adolat, yetimlarni himoya qilish, muhtojlarni qo‘llab-quvvatlash muhimligi ta’kidlangan. Shunday qilib, al-Buxoriy rahm-shafqat va tenglikka asoslangan ijtimoiy totuvlik tamoyillarini o‘rnatadi, ular asosan E.Dyurkgeymning ijtimoiy birdamlik haqidagi sotsiologik kontsepsiyalariga mos keladi (Durkgeym, 1994).

Imom al-Buxoriy g‘oyalari XXI asrda ham o‘ta dolzarbligicha qolmoqda. Uning bolalarni tarbiyalash, oilani mustahkamlash va ijtimoiy birlikni shakllantirishga bo‘lgan yondashuvlarini zamonaviy ijtimoiy muammolar: o‘smirlarning o‘z joniga qasd qilishlari, deviant xulq-atvori, oila institutlarining buzilishi va o‘ziga xoslik inqirozining oldini olishning qimmatli uslubiy asosi sifatida talqin qilish mumkin.

Shaxs barqarorligini rivojlantirish, buzg‘unchi xatti-harakatlarning oldini olish va oilaviy tarbiyani qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan zamonaviy psixologik-pedagogik strategiyalar asosan al-Buxoriy hadislarida bayon etilgan tamoyillar bilan mos keladi. Bu uning diniy, psixologiya, pedagogika va sotsiologiyada qo‘llanilishi mumkin bo‘lgan ilmiy merosining universalligi va fanlararo ahamiyatini tasdiqlaydi.

Tadqiqor natijalariga ko‘ra, xulosa qilish mumkinki, Imom al-Buxoriy oila, farzandlar va jamiyat haqidagi har tomonlama qarashlar tizimini shakllantirgan, bunda oila shaxsning axloqiy kamolotining poydevori hisoblanadi. Farzand ma’naviy-ma’rifiy an’analarning asosiy tashuvchisi hisoblanib, ularni yoshlikdan tarbiyalash barkamol jamiyat garovidir. Jamiyat hamjihatlik, ijtimoiy adolat va zaiflarni himoya qilish tamoyillari asosida faoliyat yuritishi kerak. Al-Buxoriy g‘oyalari dolzarbligicha qolmoqda va zamonaviy gumanitar tadqiqotlar va amaliyotlarda – pedagogikadan tortib ijtimoiy psixologiyagacha foydalanish mumkin. Demak, Imom al-Buxoriyning ilmiy

merosi nafaqat diniy manba, balki XXI asrda shaxs va jamiyatning uyg‘un rivojlanishiga asos bo‘la oladigan umuminsoniy tarbiyaviy va ijtimoiy qadriyatlar tizimidir.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Al-Buxoriy, Muhammad ibn Ismoil. (1998). “Sahihi al-Buxoriy” (9 jildda). Ar-Riyod: Dar as-salom.
2. Ambrumova, A. G. (2001). Zamonaviy jamiyatda o‘z joniga qasd qilish muammosi. Moskva: Nauka.
3. Dyurkgeym, E. (1994). O‘z joniga qasd qilish: sotsiologik tadqiqot. Moskva: Mysl’.
4. Menninger, K. (1998). Inson o‘ziga qarshi. Moskva: taraqqiyot.
5. Al-Azami, M. M. (2003). Hadis uslubiyati va adabiyoti fanlari. Kuala-Lumpur: Islom kitoblari ishonchi.

UMUMTA’LIM MAKTABI O‘QUVCHILARIDA KONFLIKTOLOGIK MADANIYATNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Xudayberdiyev Oybek G‘afurovich – doktorant

So‘nggi yillarda yoshlarning shaxslararo munosabatlarda duch kelayotgan qiyinchiliklari, ayniqsa, maktab muhitida uchraydigan nizolar ta’lim sifati va samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Zamonaviy maktab o‘quvchisi nafaqat o‘quv dasturlarini o‘zlashtirishi, balki ijtimoiy hayotga samarali moslashishi, shaxslararo muloqotda to‘g‘ri yo‘l tutishi talab qilinmoqda. Biroq kuzatuvlar shuni ko‘rsatmoqdaki, o‘quvchi va o‘qituvchi o‘rtasida, shuningdek, tengdoshlari orasida yuzaga keladigan nizoli vaziyatlar so‘nggi yillarda keskin ortib bormoqda.

Statistik ma’lumotlar va xalqaro tadqiqotlar (PISA, TIMSS, PIRLS) natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchilarning bilim ko‘rsatkichlaridan tashqari ijtimoiy-emotsional kompetensiyalari, muloqot madaniyati va konfliktlarni konstruktiv hal etish qobiliyatlari ham ta’lim sifatining muhim mezoniga aylanmoqda. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Jamiyatda huquqiy ong va huquqiy madaniyatni yuksaltirish tizimini tubdan takomillashtirish to‘g‘risida”gi farmonida ham yoshlarni ma’naviy barkamol, tolerant va ijtimoiy faol shaxslar etib tarbiyalash vazifasi alohida belgilangan.

Bugungi kunda umumta’lim maktablarida uchrayotgan muammolarning asosiylari sifatida quyidagilar ko‘rsatilmoqda:

- Kiberbulling va virtual zo'ravonlikning kuchayishi. Ijtimoiy tarmoqlarda tengdoshlari tomonidan bosimga uchraydigan o'quvchilarda psixologik tanglik, o'ziga bo'lgan ishonchsizlik va tajovuzkor xatti-harakatlar shakllanmoqda.

- Guruhlararo qarama-qarshilik. Maktab muhitida kichik ijtimoiy guruhlarining o'zaro raqobati, jismoniy kuchga asoslangan ustunlik, jamoadan chetlatish holatlari konfliktologik madaniyatning yetishmasligini ko'rsatmoqda.

- Oilaviy omillar ta'siri. Ota-ona e'tiborsizligi, oiladagi mojarolar, iqtisodiy muammolar o'quvchilar xulq-atvorida salbiy oqibatlarni yuzaga keltirib, maktabdagi nizolarni kuchaytirmoqda.

- O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi nizolar. Adolatsiz baholash, metodik kamchiliklar, kommunikativ madaniyatning pastligi natijasida pedagogik nizolar ko'paymoqda.

Bunday sharoitda o'quvchilarda konfliktologik madaniyatni shakllantirish masalasi nafaqat ta'lim jarayonini samarali tashkil etish, balki ularning ijtimoiylashuvini ta'minlash, shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash va kelgusida barkamol shaxs sifatida shakllanishi uchun ham zarur hisoblanadi.

Chunki konfliktologik madaniyatga ega shaxs nizoli vaziyatlarda konstruktiv yondashuvni tanlaydi, emotsiyalarini nazorat qila oladi, murosaga erishish yo'llarini topa oladi hamda jamoada sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni yaratishga hissa qo'shadi.

Shuningdek, yoshlar orasida radikallashuv, zo'ravonlik va turli destruktiv oqimlarga moyillikning kuchayishi ham konfliktologik madaniyatni shakllantirish zaruriyatini oshirmoqda. Zero, o'quvchilarning nizolarni tinch yo'l bilan hal qilish ko'nikmalari ularning kelajakdagi ijtimoiy barqarorligi va xavfsizligining kafolati hisoblanadi.

Pedagogik konfliktologiya sohasida o'tkazilgan tadqiqotlar (V.Suxomlinskiy, A.Makarenko, T.Gordon va boshqalar) nizolarni oldindan ko'ra olish va konstruktiv hal etish o'qituvchi mahoratining ajralmas tarkibiy qismi ekanini ko'rsatadi. Shu bilan birga, o'quvchilar ham shaxsiy rivojlanish jarayonida nizoli vaziyatlarni boshqarish, emotsiyalarini nazorat qilish va hamkorlikka tayyor bo'lish qobiliyatlariga ega bo'lishlari zarur.

Konfliktologik madaniyatni shakllantirish jarayonida quyidagi asosiy komponentlar ajratiladi:

- Kognitiv komponent – nizoning mohiyati, tuzilishi, sabablari haqida bilimlar.
- Emotsional komponent – o'zini boshqarish, sabr-toqat va bag'rikenglik qobiliyatlari.

- Kommunikativ komponent – konstruktiv muloqot, hamkorlik va murosaga kelish malakalari.

- Aksiologik komponent – insonparvarlik, adolat, tolerantlik va hamkorlik qadriyatlari.

Aynan “Tarbiya” fani mazmuni o‘quvchilarda ushbu komponentlarni rivojlantirish uchun metodik imkoniyatlar yaratadi.

Ilmiy izlanishlar doirasida o‘tkazilgan tajribalar shuni ko‘rsatdiki, konfliktologik madaniyatni shakllantirishda faqat bilim berish yetarli emas, balki o‘quvchilarni real nizoli vaziyatlarda konstruktiv xatti-harakatga o‘rgatish lozim. Sinfdagi o‘quvchilar guruhida olib borilgan mashg‘ulotlar quyidagi natijalarni berdi:

- o‘quvchilar o‘qituvchilar bilan yuzaga kelgan nizolarni murosali hal etishga moyillik bildirishdi;

- dars jarayonida o‘zaro tinglash, hamkorlikda qaror qabul qilish qobiliyatlari kuchaydi;

- o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash va boshqarish ko‘nikmalari shakllandi;

- jamoada yetakchi va izdoshlik rollarini uyg‘unlashtirish qobiliyatlari rivojlandi.

Shuningdek, tajriba-sinov ishlari asosida “nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal qilish bo‘yicha interaktiv mashg‘ulotlar” texnologiyasi ishlab chiqildi. Bu texnologiya o‘quvchilarning konfliktologik madaniyatini amaliy shakllantirishda samarali vosita sifatida qo‘llanildi.

Mazkur tadqiqot natijalari ta’lim amaliyotida keng qo‘llanilishi mumkin. Jumladan:

- “Tarbiya” fani darslarida nizoli vaziyatlar bo‘yicha rolli o‘yinlardan foydalanish;

- o‘quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar tashkil etish;

- o‘qituvchi–o‘quvchi munosabatlarini konfliktologik madaniyat asosida yo‘lga qo‘yish;

- ota-onalar bilan ishlash jarayonida konfliktlarning oldini olish bo‘yicha metodik tavsiyalarni tatbiq etish.

Bunday yondashuvlar nafaqat maktabdagi nizolar sonini kamaytiradi, balki o‘quvchilarning ijtimoiy muhitda o‘zini tutish madaniyatini ham rivojlantiradi.

Umumta’lim maktabi o‘quvchilarida konfliktologik madaniyatni shakllantirish bugungi kunda ta’lim tizimining strategik vazifalaridan biri sifatida qaralmoqda.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, konfliktologik madaniyat o‘quvchining shaxsiy rivojlanishida muhim o‘rin tutadi, chunki u nafaqat bilim va ko‘nikmalar yig‘indisi, balki shaxsning emotsional barqarorligi, kommunikativ madaniyati va qadriyatlar tizimining uyg‘unlashgan shaklidir. Shu bois, o‘quvchilarni konfliktologik madaniyat ruhida tarbiyalash ularning kelajakdagi ijtimoiy faoliyati va jamiyatdagi barqarorlikka bo‘lgan munosabatini belgilovchi hal qiluvchi omil bo‘lib xizmat qiladi.

Tajriba-sinov ishlari asosida aniqlanganidek, o‘quvchilarda konfliktologik madaniyatni shakllantirishda refleksiv yondashuvni qo‘llash samarali natijalar beradi. Bunda o‘quvchilar o‘z hissiyotlarini boshqarish, murosaga kelish, konstruktiv muloqot olib borish va nizoli vaziyatlarda ijobiy yechimlarni topish ko‘nikmalariga ega

bo'ladilar. Bu esa o'z navbatida maktabdagi ijtimoiy-psixologik muhitni yaxshilashga, o'quvchi–o'qituvchi hamkorligini mustahkamlashga va zo'ravonlik, kiberbulling, guruhlararo qarama-qarshiliklarning oldini olishga yordam beradi.

Shuningdek, konfliktologik madaniyatning shakllanishi o'quvchilarni demokratik qadriyatlarga hurmat, tolerantlik va insonparvarlik ruhida tarbiyalash uchun ham katta ahamiyat kasb etadi. Bu jarayon yoshlarni radikal qarashlardan, destruktiv xatti-harakatlardan himoya qilishda, ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlar asosida tarbiyalashda muhim o'rin tutadi. Umumta'lim maktabi o'quvchilarida konfliktologik madaniyatni shakllantirish zamonaviy pedagogikaning dolzarb yo'nalishi bo'lib, uning ilmiy va amaliy jihatdan asoslangan yondashuvlari yoshlarni barkamol shaxs sifatida tarbiyalashga, ularning kelajakda ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishlariga mustahkam poydevor yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-son Farmoni.
2. Abdullaeva Sh. Pedagogik konfliktologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
3. Azizxodjaeva N. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
4. Makarenko A.S. Pedagogik poema. – Moskva: Prosveshchenie, 1988.
5. Suxomlinskiy V.A. Yurakni bolalarga beraman. – Kiev: Radyanska shkola, 1981.
6. Gordon T. Teacher Effectiveness Training. – New York: Three Rivers Press, 2003.
7. Burton J. Conflict: Resolution and Prevention. – London: Macmillan, 1990.
8. Dukes F. Resolving Public Conflict. – Manchester University Press, 1996.
9. Sherbakova O.I. Konfliktologik madaniyat tushunchasi va uning tarkibiy qismlari // Pedagogika va psixologiya jurnali. – 2020. – №2. – B. 45–52.
10. Thomas K. Conflict and Conflict Management // Journal of Organizational Behavior. – 1992. – Vol. 13. – P. 265–274.

OILAVIY NIZOLAR OLDINI OLISHDA YOSH OILA QURUVCHILARNING KONFLIKTOLOGIK MADANIYATINI RIVOJLANTIRISH

Chirchiq davlat pedagogika universiteti “Pedagogika” fakulteti “Psixologiya”
kafedrası o'qituvchisi
Xudayberdiyev Oybek G'afurovich
Chirchiq davlat pedagogika universiteti Psixologiya yo'nalishi
III-bosqich talabasi Safarboyeva Sevara

Oilaviy hayot jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti sifatida insonlararo munosabatlarni tartibga soluvchi asosiy maktabdir. Yosh oila quruvchilar hayotining ilk bosqichlarida ko'plab psixologik va ijtimoiy muammolarga duch keladilar. Aynan shu jarayonda oilaviy nizolarning kelib chiqishi ehtimoli yuqori bo'lib, ularning oqibatlari nafaqat ikki tomon o'rtasidagi munosabatlarga, balki jamiyat barqarorligiga ham ta'sir etadi.

Oilaviy nizolar — inson hayotidagi tabiiy ijtimoiy-munosabat jarayonlaridandir. Yosh oilaning tashkil topish bosqichida nizolar yuzaga kelish ehtimoli juda yuqori bo'lib, ularning oqibatlari shaxsiy hayot bilan bir qatorda jamiyat barqarorligiga ham ta'sir etadi. Shuning uchun konfliktologik madaniyatni mustahkamlash, ya'ni yoshlar o'rtasida nizoli vaziyatlarga ongli yondoshuv, muloqot madaniyati hamda konstruktiv hal etish qobiliyatlarini rivojlantirish dolzarb vazifalardan biridir.

Konfliktologik madaniyat shaxsning nizoli vaziyatlarga ongli yondashishi, ularni hal etishda muloqot madaniyatiga rioya qilishi va konstruktiv yo'llarni qo'llay olishini anglatadi. Yosh oila quruvchilar uchun konfliktologik madaniyatning shakllanishi ularning o'zaro ishonchini mustahkamlaydi, hamkorlik ruhini kuchaytiradi va oilaning ijtimoiy barqarorligini ta'minlaydi. Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, oilaviy nizolarning 70 foizdan ortig'i noto'g'ri muloqot, hissiy beqarorlik va empatiya yetishmasligi bilan bog'liq. Shu nuqtayi nazardan, konfliktologik madaniyatni rivojlantirish oilaviy totuvlikning zarur sharti sifatida qaraladi.

Statistik ma'lumotlar asosida zarurat tahlili ham shuni ko'rsatadiki, yosh juftliklar orasida oilaviy konfliktlarning asosiy sabablari sifatida noto'g'ri muloqot, emotsional beqarorlik va empatiya yetishmasligi ko'rsatildi — bular umumiy oilaviy nizolarning 70 foizidan ortig'i bilan bog'liq ekanligi ma'lum. Inklyuziv tadqiqotlarga ko'ra, yoshlar o'rtasida ruxiy zo'ravonlik holatlari ko'pincha ikki yo'nalishda — bidirectional, ya'ni ikki tomonlama bo'lib, bu holat psixologik tajovuzlarda 65 % ni tashkil qiladi.

John Gottman tadqiqotlariga ko'ra, har bir konflikt paytida kamida 5 ta ijobiy o'zaro munosabat bo'lishi — juftliklar barqarorligini 90 % aniqlikda ta'minlashda asosiy ko'rsatkich hisoblanadi.

Bu ko'rsatkichlar konfliktologik madaniyatni rivojlantirish zaruratini asoslaydi — agar juftliklar nizolarni konstruktiv yondashuv bilan boshqara olsa, oilaviy barqarorlik sezilarli darajada oshadi.

Konfliktologik madaniyat — bu shaxsning emotsional intellekti, kollaborativ muloqot, konstruktiv murosaga erishish va nizoli vaziyatlarda o'zini qanday tutishini belgilaydigan ijtimoiy-psixologik ko'nikmalar tizimidir. Yosh oilalarga bunday madaniyatni shakllantirish quyidagi jihatlar bilan bog'lanadi. Empatiya va faol tinglash usuli amalda har bir tomon o'z juftining gapini to'liq tinglab bo'lgachgina o'z fikrini bildirishi va sherigining hissiyotini qaytarib ifodalashi orqali qo'llanadi, bu holat “Men seni tushunaman” mazmunida muloqotni yengillashtiradi. “I-messages” usulini

qo'llashda esa shaxs o'z noroziligini "Sen meni tushunmaysan" kabi ayblovlardan ko'ra "Men sen gapirmaganingda o'zimni yolg'iz his qilaman" shaklida ifodalaydi, natijada nizoning asosiy manbai ayblashdan ko'ra tushuntirishga o'tadi. Fair fighting — adolatli kurash qoidalarini amaliyotga tatbiq etishda esa er-xotin muammoni muhokama qilayotganda o'zaro hurmatni saqlashi, shaxsiy hujumlar, haqorat va tahqirlashdan tiyilishi, muammoni mavzu doirasidan chetga chiqmasdan hal qilishga intilishi lozim.

Ushbu yondoshuvlar yosh oilalarda nizoli vaziyatlarni keskinlashuvdan saqlab qoladi, muloqotning samimiy va ochiq shaklda davom etishini ta'minlaydi hamda eng muhimi turmush o'rtog'ini hamkor sifatida ko'rishga yordam beradi. Shu tarzda konfliktologik madaniyat oilaning barqarorligini mustahkamlaydigan asosiy psixologik vositaga aylanadi.

Albatta, keltirilgan terapiya usullarini amaliy qo'llash yo'nalishlarini ham ko'rsatib, jumlani yaxlit davom ettiraman.

Yosh oila quruvchilarni konfliktologik madaniyatga o'rgatishda turli zamonaviy psixoterapevtik metodlardan foydalanish muhimdir.

Emotionally Focused Therapy (EFT) metodikasini qo'llashda avvalo er-xotin o'rtasidagi salbiy muloqot shakllari aniqlanadi, keyingi bosqichda ularga o'zaro ehtiyojlarini ochiq ifoda etishga yordam beriladi va oxirida ijobiy hissiy aloqalarni mustahkamlash mashqlari bajariladi. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) yondoshuvida esa turmush o'rtoqlarga o'zaro munosabatlarda yuzaga keladigan noto'g'ri talqin va irratsional fikrlarni aniqlash hamda ularni ijobiy va konstruktiv tafakkur bilan almashtirish o'rgatiladi, masalan, "U meni mensimayapti" degan salbiy fikrni "U charchagan bo'lishi mumkin" kabi tushunish bilan almashtirish orqali stress kamayadi. Solution-Focused Therapy (SFT) metodida esa muammolarni uzoq tahlil qilish o'rniga er-xotin kelajakdagi ijobiy natijaga e'tibor qaratadi, "Muammo nimada" savolidan ko'ra "Biz qanday o'zgarishlarga erishmoqchimiz" savoliga javob izlash orqali o'zaro ishonch va hamkorlikni mustahkamlaydi.

Ushbu metodlarning bosqichma-bosqich qo'llanilishi yosh oilalarga nizoli vaziyatlarda konstruktiv yo'l topishga yordam beradi, emotsional yaqinlikni kuchaytiradi va eng muhimi turmush o'rtog'ini sherik sifatida ko'rishga undaydi, natijada konfliktologik madaniyat ularning kundalik turmushida barqaror psixologik poydevorga aylanadi.

Yosh oila quruvchilarni konfliktologik madaniyatga o'rgatishda amaliy mashg'ulotlar muhim o'rin tutadi. Empatiya o'yinlari mashqlarini qo'llashda er-xotin qarama-qarshi rollarni ijro etib, sherigining hissiyati va nuqtai nazarini chuqurroq anglaydi, bu esa ularning bir-birini tushunishga qaratilgan qobiliyatini mustahkamlaydi. 5:1 formulasi bo'yicha treningda esa juftliklar har bir salbiy mulohaza yoki harakat o'rniga besh marotaba ijobiy muloqot elementini qo'llashga odatlanadilar, bu esa oiladagi psixologik iqlimni ijobiy tomonga buradi. Mindfulness va refleksiya mashqlari esa shaxsni o'z his-tuyg'ularini hozirgi lahzada kuzatishga va shoshqaloqlik bilan salbiy

javob berish o‘rniga ongli ravishda konstruktiv munosabat bildirishga o‘rgatadi. Ko‘ngilochar mashg‘ulotlar — masalan, “3+3” mashqi yoki muammolar jurnalini yuritish — turmush o‘rtog‘iga tanqidiy emas, balki hamkorlik ruhida yondashishga xizmat qiladi.

Maxsus metodlar esa yanada chuqurroq ta’sir ko‘rsatadi. Gottman usulini qo‘llashda juftliklar nizolarni keskinlashtiruvchi salbiy reaksiyalarni aniqlashni va ularni yumshoq, samimiy dialog bilan almashtirishni o‘rganadilar, natijada ular o‘rtasida hissiy yaqinlik mustahkamlanadi. Integrative Behavioral Couples Therapy (IBCT) esa juftlik bilan individual va umumiy suhbatlar orqali muammo ildizini topadi hamda terapevt tomonidan beriladigan interaktiv mulohazalar yordamida konstruktiv yechimga yo‘naltiradi. ConflictLens kabi zamonaviy texnologiyalarni qo‘llashda esa juftlik o‘z muloqotidagi ziddiyatli nuqtalarni sun’iy intellekt yordamida tahlil qilib, amaliy tavsiyalar olishi mumkin, bu esa an’anaviy yondashuvlarga qo‘shimcha innovatsion imkoniyat yaratadi.

Ushbu mashg‘ulotlar va metodlarni izchil qo‘llash yosh oilalarda nafaqat konfliktologik madaniyatni shakllantiradi, balki ularning bir-biriga bo‘lgan hurmatini chuqurlashtiradi, ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta’minlaydi va eng asosiysi nikohning mustahkam poydevorini yaratadi.

Pedagogik-psixologik yondoshuvlar va ta’lim muassasalarining roli yosh oila quruvchilarning konfliktologik madaniyatini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Oliy ta’lim muassasalarida maxsus modul sifatida “Oilaviy psixologiya” yoki “Konfliktologiya madaniyati” kabi kurslarni kiritish orqali talabalar turmush qurishga tayyorgarlik bosqichidayoq nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etishning nazariy va amaliy asoslarini o‘zlashtiradilar. Ushbu kurslarda nazariy bilimlar bilan bir qatorda rolli o‘yinlar, keys-stadi tahlillari va trening mashg‘ulotlari orqali yuqorida tilga olingan metodlar — empatiya mashqlari, mindfulness texnikalari, CBT va EFT yondashuvlari integratsiya qilinishi samarali natija beradi.

Pre-marital treninglar, seminarlar va munozarali mashg‘ulotlar orqali esa yoshlarga oilaviy hayotda uchrashi mumkin bo‘lgan nizoli vaziyatlarni oldindan modellashtirish va ularni konstruktiv tarzda hal qilish ko‘nikmalarini shakllantirish imkoniyati yaratiladi. Bu mashg‘ulotlar yoshlarning nafaqat konfliktologik madaniyatini rivojlantiradi, balki ularni mas’uliyatli qaror qabul qilish, sherigini tinglash va qo‘llab-quvvatlashga o‘rgatadi.

Shuningdek, onlayn platformalar va interaktiv texnologiyalarni, xususan, ConflictLens kabi sun’iy intellekt asosida ishlovchi vositalarni qo‘llash yoshlarning virtual muhitda ham samarali ta’lim olishiga sharoit yaratadi. Bunday platformalar orqali talabalar turli konflikt stsenariylarini sinovdan o‘tkazishi, xatolarini tahlil qilishi va shaxsiy muloqot ko‘nikmalarini takomillashtirishi mumkin.

Natijada, oliy ta’lim tizimi va pedagogik-psixologik yondoshuvlarning uyg‘un qo‘llanishi yosh oilalarning nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham konfliktologik madaniyatini yuksaltirishga xizmat qiladi va bu jamiyatda sog‘lom oilaviy munosabatlarning shakllanishiga zamin yaratadi.

Oilaviy nizolarni oldini olishda yosh oila quruvchilarning konfliktologik madaniyatini rivojlantirish eng dolzarb vazifalardan biri ekanligi ko‘rinib turibdi. Jahon va mahalliy statistik ma’lumotlar oilalarda yuzaga keladigan nizolarning ko‘p qismi noto‘g‘ri muloqot, emotsional beqarorlik va empatiya yetishmasligi bilan bog‘liq ekanini ko‘rsatmoqda. Shu boisdan yoshlar o‘rtasida ongli muloqot ko‘nikmalari, emotsional intellekt, ijobiy fikrlash va murosaga kelish madaniyatini shakllantirish zarur.

Ta’lim muassasalarida oilaviy psixologiya va konfliktologiya asoslari bo‘yicha maxsus kurslarni joriy etish, yoshlar uchun treninglar, rolli mashg‘ulotlar va interaktiv metodlar orqali konfliktlarni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish tavsiya etiladi. Zamonaviy psixologik usullar — EFT, CBT, IBCT, Solution-Focused Therapy kabi yondoshuvlar, shuningdek, Gottman formulasi, fair fighting qoidalar va I-messages metodlari oilaviy barqarorlikni mustahkamlashda samarali vositalar hisoblanadi.

Bundan tashqari, mahalliy va xalqaro tajribalar asosida yosh oilalar uchun onlayn maslahat xizmatlari, mobil ilovalar va ConflictLens kabi sun‘iy intellektidan foydalanadigan platformalarni joriy etish ham muhim. Zero, oilaviy barqarorlik jamiyat taraqqiyotining poydevori bo‘lib, konfliktologik madaniyatni rivojlantirish har bir yosh oilaning ijtimoiy va psixologik farovonligini ta’minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Мирзиёев Ш. М. Янгича тараққиёт йўлида. Тошкент: Ўзбекистон, 2017.
2. Ўзбекистон Республикаси Оила кодекси. Тошкент: Адолат, 2019.
3. Gottman J. M. & Silver N. The Seven Principles for Making Marriage Work. New York: Harmony Books, 2015.
4. Johnson S. Emotionally Focused Couple Therapy with Trauma Survivors. New York: Guilford Press, 2002.
5. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Belmont: Cengage Learning, 2017.
6. Beck A. T. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: Penguin Books, 1999.
7. Nichols M. Family Therapy Concepts and Methods. Boston: Pearson, 2013.
8. Qodirova F. Oilaviy psixologiya. Toshkent: Tafakkur, 2021.
9. Karimova V. Sh. Psixologiya asoslari. Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
10. Halpern H. Couples in Conflict. London: Routledge, 2018.

OILAVIY HAYOT SIKLIDA OILAVIY NIZOLARNI BARTARAF ETISH USULLARI

*Xudayberdiyeva Sevara Bohodir qizi,
Diplomat University "Ijtimoiy va Siyosiy" kafedrası psixologiya fan
o'qituvchisi.*

Kirish. Oilaviy hayotni tizimli tarzda tasavvur etib, uning psixologik xususiyatlarini o'rganishga jazm etgan olimlardan biri amerikalik tadqiqotchi Virjiniya Satir (1992,2000) hisoblanadi. U oilaviy hayotni tavsiflash uchun quyidagi tushunchalarni ishlatadi: oila energetikasi, oila tizimi, chegarasi va funksional xususiyatlari.

Bu bilan u kelib chiqishi nuqtai nazaridan biologik hisoblangan ijtimoiy institutga texnologik metodologiyani tadbiiq etishga urinadi. Bunday yondashuv XX asr o'rtalariga xos bo'lib, u tufayli olim oilani tushunish borasida nafaqat yangi yo'nalishga asos soldi, tushunish borasida nafaqat yangi yo'nalishga asos soldi, balki uni davolash, bu boradagi tibbiy muammolarni ham o'rganishni boshlab berdi.

Oila energetikasi tushunchasi o'z ichiga ko'plab jabhalarni, xususan, oilaning tibbiy-biologik xususiyatlaridan tortib, uning psixologik mavjudligini belgilovchi omillar, ekologik shart-sharoitlardan boshlab, tiriklikning mezonlari bo'lmish ovqatlanish hamda har bir oila a'zosining xatti-harakatlarining namoyon bo'lishigacha qamrab oldi.

Oilaviy hayotning psixologik energetikasini tavsiflash uchun Satir "oilaning emotsional qozoni" tushunchasini ishlatadi, ya'ni, oila a'zolarining kundalik muloqot, muomala jarayonlarini u guyoki "bir qozonda qaynovchilarning birgalikda yashashida namoyon bo'ladigan hissiyotlar ko'zgusiday" tasavvur etadi.

Bu "qozonda"gi his-kechinmalar hayotning muayyan davrlarida o'ta jo'shqin va boy bo'lsa, boshqa bir davrda mazmunan tor yoki tarang ham bo'lishi mumkin. Oila a'zolarining bir-birlariga mehr-muhabbati, yaqinligi, hamkorligi ma'lum davrlarda kuchli ijobiy bo'lsa, boshqa davrda kimnidir kimdandir tobeligi bois yoki kimningdir qattiqqo'lligi bois torroq mazmunsizroq bo'lishi ham kuzatiladi.

Oilaviy munosabatlar tizimi,²⁵ V.Satir ta'rifida oila a'zolarining muayyan rollar doirasida u yoki bu holatlarda o'zligini namoyon etishi yoki ijrosi emas, balki, bu har bir oilaga xos bo'lgan o'zaro munosabatlar "xaritasi" dir. Bu xaritaga ayni shu oila a'zolaridan tashqari, ularning yaqinlarining ta'siri ham kiradi.

Masalan, agar erkak kishi oilada qandaydir ajrab qolgan bo'lib, xotini va farzandlari bilan yashagan taqdirda ham uning xotiniga bo'lgan real munosabatlariga boshqa uyda yashaydigan onasining ta'siri bo'lsa, demak, oilaviy munosabatlar

83 Сатир В. Как строить себя и свою семью: Пер. с англ.: улучш. изд - М.: Педагогика-Пресс, 1992. - 192 с

xaritasida qaynonaning ta'siri ham albatta nazarda tutilishi shart. Yoki, birinchi nikohidan ajralgan ayol sobiq erining farzandi bilan birga yashayotganligi bois, hamisha uni eslab turishi bolasining istagiga ko'ra, sobiq eri bilan ko'rishib turishi, hattoki, moliyaviy jihatdan unga tobe ham bo'lishi mumkin. Bu tabiiy, ayni paytda real oilaviy munosabatlarga ta'sir etmay qolmaydi.

Oilaning funksional xususiyatlari-bu oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarining sifatiiy taraflarini tavsiflaydi.

V.Satir o'zining psixoterapevtik tajribasidan kelib chiqqan holda oilaviy munosabatlar jarayonida ko'zga tashlanadigan muloqotning 5 xil uslubini ajratadiki,ulardan to'rttasini u samarasiz deb ataydi, bittasi yetarli darajada tajriba va bilimiga ega bo'lgan yetuk muloqot uslubiga kiradi. Dastlabki to'rttasi odatda muomala jarayonida biror muammo yoki to'siqni yengishga, o'zini ataylab yaxshi ko'rsatishga, kimgadir yoqishga yoki aksincha, kimnidir namagadir ayblashga, tanqid qilishga xizmat qiluvchi uslublardir. Masalan,

Xushomadgo'ylik uslubi kimlarga dir ataylab yoqish maqsadida barcha oila a'zolarining xatti-harakatlaridan andoza olish, o'zini yerga urib bo'lsada, o'zgalar bilan kelishib yashash, bu bilan o'zini hamisha yerga urishni nazarda tutadi.

Ayblovchi uslub doimo kimnidir nimagadir o'rgataverish, tanqid va nazorat qilish, faqat o'zining kuchli odam oldidagina biroz o'zini tortish bilan bog'liq kommunikativ harakatlarni o'z ichiga oladi. Birinchi va ikkinchi uslublar go'yoki bir-birini to'ldiradi.

Hisob-kitobli muomala uslubi shundayki, unga ko'ra odam hamisha va har qanday vaziyatda aniq, bexato harakatlar qilishga intiladi, chunki bunday odam adashmay, doimo "to'g'ri, benuqson" bo'lishga intiladi, shuning uchun bunday insonning harakatlari doimo sun'iy holatday, his-tuyg'ulari esa mazmunsiz, doimo tazyiq ostiga olinganday bo'ladi.

Taniqli amerikalik oilaviy psixoterapevt ²⁶Salvador Minuxin ham o'ziga xos konsepsiyaning asoschisidir.(Minuxin.S, Fishman Ch., 1998). Uning fikricha, oila-murakkab tuzilishga ega bo'lib, tarkibiga ayrim alohida individlarni, bir qator tizimlarni qamrab oladi. Ichki tuzilmalar koalitsiyalarga birlashib, oila doirasida turli hodisa va jarayonlarni keltirib chiqaradi. Bundan tashqari, har qanday oila boshqa o'ziga o'xshash tuzilmalar bilan murakkab munosabatlarni o'rgatadiki, bu tashqi tizimlar ba'zan oilani qo'llab-quvvatlash vazifasini ham bajaradi.

Munosabatlar tarangligi nafaqat shu oilaning ichida, balki yangi turar joyga kelib yangi tengdosh o'rtoqlar va sinfdoshlar orttiradigan bolalarga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi tabiiydir.

Chetlashtirilgan muomala uslubi o'zini nima qilib bo'lsa-da o'zgalaridan uzoqda,

84-Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. - Москва: Гардарики, 2005. - 320 с. - [ISBN 5-8297-0189-8](#).

muayyan masofada tutishga qaratilgan, odamoviday boshqalarning nazaridan ham, ularning ta'siridan ham o'zini tortadi (masalan, bizda odatda yangi kelinchak o'zini ana shunday tutadi):

Yetuk, adaptiv muomala usulbida esa inson hamisha o'z oiladoshlari bilan to'g'ri, samimiy, ochiq munosabatlarga tayyor bo'ladi. Bunday odam o'zining barcha fazilatlarini bilgani va saqlagani holda boshqalarning ham shaxs ekanligini, individualligini unutmagan tarzda muloqotga kirishadi. U gapirishni ham maromida eplaydi, o'zgalarni tinglashni ham biladi, shu sababli, unga qandaydir kommunikativ to'siqlar xatarli emas.

Psixoterapevtik amaliyotda Satir ham Karl Rogers kabi barcha muomala uslublarini tahlil qilar ekan, bir insonning boshqa bir insonni tinglay olishiga alohida e'tibor qaratadi. Asosiy maqsad shunday iboratki, har bir oila a'zosini o'z tartib-qoidalarini buzmagani holda muomala madaniyatiga o'rgatishdir.

Masalan, oilaning muayyan tartib-qoidalariga quyidagilar kirishi mumkin: "Yakshanba kunlari hamma to'planib, birga tushlik qilishadi", "Otamiz uxlagan paytda unga hech kim halaqit bermaydi", "Maktab harakatlari uchun bolalarga muayyan miqdorda pul beriladi" va hokazo.

Ochiq tartib-qoidalaridan tashqari, har bir oilaning yashirin qoidalar ham mavjudki, ular ham oilaviy munosabatlarning yaxshi bo'lishida katta rol o'ynaydi.

Odatda bunday qoidalar muayyan mavzularning oila davrasida ko'tarilmasligi yoki ma'lum tarzda xis-kechinmalarining namoyon etmasligida ko'rinadi.

Masalan, otasining oldingi nikohdan farzandlari borligi mavzusi, oilada nogiron borligi, bolaning qandaydir falokat tufayli ruhan yoki jismonan dardman bo'lib qolgani, kimnidir qamalib ketganligi, ota va onaning birga yotmayotganligi, otaning spirtli ichimliklarga ruju qo'yganligi kabilar odatda oila a'zolari to'plangan paytda ochiq muhokama qilinmaydi. Chunki rasman taomil bo'yicha bunday holatlarga bevosita bolalarning aloqasi ham aybi ham bo'lmaydi, shuning uchun ularda shu kabi salbiy tajriba paydo bo'lishidan saqlagan tarzda bu kabi holatlar muhokama qilinmaydi.

Oilaning chegarasi va xududi deyilganda, odatda oilaning boshqa sotsiomadaniy muhit vakillari bilan aloqasi, ularga bog'liqligi darajasi nazarda tutiladi. V. Satirning fikricha, shunday oilalar ham bo'ladiki, ular boshqalar bilan deyarli muloqotga kirmaydi, bu oilaga darvozadan ham, devoridan oshib ham kirib bo'lmaydi.

U go'yoki o'z qobig'iga o'ralib olganday, o'z navbatida u boshqa oilalarga ham qiziqmaydi, oilaviy tantanalarga yaqin qo'shnilarini ham chaqirmaydi, o'qishi yoki ishxonasini hisobga olmaganda, boshqa ijtimoiy muassasalarga masalan, teatr, kino, klublarga ham bormaydi. Odatda bunday "yopiq" turdagi oilalar unchalik inoq-ittifoq ham yashamaydi. Bizning sharoitimizda mahalla-kuyning tadbirlari ham ularsiz o'tadi. Shuning uchun ochiq turdagi keng muloqotlarga asoslangan oila baxtli va mustahkam hisoblanadi. Bu oilalarning dahlsizligiga ham zarar yetkazmaydi.

Oiladagi nizolarni hal qilish usullari asosan jamiyatning muayyan hujayrasi

doirasida qanday janjal yuzaga kelganiga bog'liq.

Ota-ona munosabatlari va nikoh tushunchalari bolalarda bo'lgan oiladagi nizolar juda salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ikki kishining fikrlari yoki istaklari bilan to'qnashganda, natijada ular umumiy yo'nalishni topishni istashganida, oiladagi nizolarni tabiiy jarayon deb biladi. Hatto janjallar janjal paytida janjallashishlariga qaramay, janjallar er-xotinning birligini anglatadi, deyish mumkin. Birinchidan, agar er-xotinlar janjallashayotgan bo'lsa, demak, ular bilan baham ko'radigan narsa bor.

Va odamlar har doim ham umumiy mulkni emas, balki erkinlikni, shaxsiy hududni, bolalarni va boshqalarni baham ko'rishadi. Boshqacha qilib aytganda, er-xotinlar janjal mavzusi ular uchun muhim bo'lgan taqdirdagina janjallashadilar. Bundan tashqari, qarama-qarshi tomon bilan janjallashishni istamagan odam mojaro yuzaga keladi. Bunday paradoks: odamlar o'zlariga zarar etkazmasdan, bir-birlarini xafa qilishni istamasliklari sababli janjal qilishadi. Ikkinchidan, mojaro shuni ko'rsatadiki, er-xotinlar hali ham o'sha yo'lda harakat qilishmoqda.

Mojaro – bu, ikki kishi borishga tayyor bo'lgan yo'lning yo'qligi. Aynan janjal paytida ular uni topishga harakat qilishdi. Bu shuni anglatadiki, odamlar birgalikda harakat qilishni istaydilar, shuning uchun ular hozirgacha eng yaxshi variant deb o'ylagan narsani bir-birlariga majbur qilish uchun juda ko'p harakat qilishadi. Psixologlar oilaviy janjallarni normal holat deb bilishadi.

Qarama-qarshiliklar tufayli er-xotinlar bir-birlarini yomon ko'rishni boshlaydilar, hatto undan ham ko'proq ajralishadi. Shuning uchun har doim paydo bo'ladigan oiladagi nizolarni qanday hal qilish masalasi juda muhim bo'lib qoladi. Odamlar janjallashishi tabiiy, ayniqsa bu odamlar turmush o'rtog'i va mehribon sherik bo'lsa. Sizning munosabatlaringizda hech qachon janjal bo'lmaydi deb umid qilish ahmoqlikdir, chunki dunyoda bir xil ikkita odam yo'q. Siz qanchalik yaqin va sevikli bo'lishingizdan qat'iy nazar, har doim sizning fikringiz sherikingiz bilan mos kelmaydigan savollar mavjud.

Odamlar odatda bahsli masalalarni qanday hal qilishadi. Ular qichqiradi, tanqid qiladi, qoralaydi, janjal qiladi, hatto idishlarni sindirib, yugurib keladi. Hech kimga sir emaski, muammolarni hal qilishning bunday usullari nafaqat sevuvchilarning munosabatlarida iz qoldiradi. Biroq, odamlar ba'zi bir tushunchalar bo'yicha kelisha olmasalar, hamma qichqiradi va qichqiradi. Ammo bitta haqiqatni yodda tutish kerak: qichqirganni eshitish mumkin emas.

Shuning uchun janjal va qichqiriqdan so'ng, sheriklar bir-birlari bilan tinch ohangda muloqot qilishni boshlamaguncha, muammo hal qilinmaydi. Oiladagi nizolarning turlari.

Konstruktiv to'qnashuvlar. Turli sabablarga ko'ra bunday toqnashuvlar mavjud, ammo ularning yechimi ikkala uzumchiga qoniqish hissi tug'diradi, boshqacha qilib aytganda, bu o'zaro kelishmovchiliklarni hal qilish uchun kelishuvga aylangan. Bu yosh oilada yoki uzoq yillar tajribaga ega oilada nizo bo'ladimi, natijasi doimo gullab

yashnaydi.

Yomon nizolar. Bunday to'qnashuvlar juda xavflidir, chunki ularning natijasi ikki tomonni qoniqtirmaydi va ko'p yillar davomida davom ettirishga, nikohlari bilan qoniqish hisini kamaytirishga, uzoq vaqt yoqimsiz depozit qoldirib ketishga majbur qiladi. Bunday to'qnashuvlarning tez-tez takrorlanishi ajralishga olib kelishi mumkin. Oilaviy mojaro yuzaga kelishining sabablari bor ko'p miqdorda, chunki nikoh nafaqat qo'shma uyni saqlash va farzand ko'rish, balki ularning istaklarini ro'yobga chiqarish, ehtiyojlarini qondirish va baxtli yashash istagini ham o'z ichiga oladi. Erkak va ayol turmush qurishni davom ettirish orqali hayotlarini yaxshilashni xohlaydigan odamlar bo'lib qolmoqdalar.

RAHBAR AYOLLAR MUVAFFAQIYATGA ERISHISHINING IJTIMOIY VA PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna,
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti professor v.b.*

So'nggi yillardagi ijtimoiy voqelik ijtimoiy qadriyatlar va xulq-atvor normalari tizimida yangi ko'rsatmalarning paydo bo'lishini, yangi ehtiyojlarning rivojlanishini, yangi hayotiy maqsadlarni shakllantirishni rag'batlantirmoqda. Zamonaviy sharoitda inson salohiyatini rivojlantirish va undan foydalanish muammosi sifat jihatidan yangi shaklda paydo bo'ladi, jamiyatda sodir bo'layotgan o'zgarishlar tufayli shaxsning mustaqilligi va tashabbuskorligiga yuqori talablar qo'yiladi.

Shaxsga o'z qobiliyatlarini, shaxsiy va ishbilarmonlik fazilatlarini ochib berish va namoyish etish imkonini beradigan sohalardan biri bu kasbiy faoliyatdir. Bu erda martaba alohida rol o'ynaydi.

Karyera – bu, istalgan maqomga, tegishli daraja va hayot sifatiga erishish uchun ma'muriy, ijtimoiy, kasbiy, mulkiy va boshqa ierarxiyalar zinapoyasida muvaffaqiyatli ko'tarilishning uzluksiz jarayoni.

Yaqin o'tmishda bu kontseptsiya ko'pchilik uchun salbiy ma'noga ega bo'lib, karerizm (hech qanday vositani rad etmasdan etakchilik mavqeini egallash istagi) kabi hodisa bilan bog'liq edi.

Endi martaba bilan shug'ullanayotgan shaxs ko'proq shaxsiy va kasbiy salohiyatini ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan deb hisoblanadi. Muvaffaqiyatli qurilgan martaba insonga o'zining o'ziga xosligini, boshqa odamlar, umuman jamiyat uchun ahamiyatini tan olishga va ma'lum bir tovon ko'rinishida tasdiqlashga imkon beradi. Shunday qilib, martaba inson uchun jozibador bo'lib, u yoki bu darajada uning kasbiy faoliyatining tarkibiy qismidir. Bu erkaklar va ayollar uchun bir xil darajada amal qiladi.

Jamoatchilik ongida martaba ko'tarilishi, korxona va tashkilotlarni boshqarish ko'p jihatdan erkak vakillar bilan bog'liq. Shu bilan birga, ayollar emansipatsiyasining

kuchayishi ko'plab ayollarning mustaqil va o'zini o'zi ta'minlash, kasbiy faoliyatda o'z qobiliyatlarini namoyish etish, martaba qilish imkoniyatiga ega bo'lishni xohlashlariga olib keladi.

Shunga qaramay, martaba sohasidagi aksariyat tadqiqotlar erkaklar yoki juda kam hollarda aralash namunalar bo'yicha olib borilgan va hozir ham olib borilmoqda.

Aytish joizki, xorijda ayollarning kasbiy faoliyati psixologiyasiga oid tadqiqotlar qariyb o'ttiz yillik tarixga ega. Bu vaqt ichida ayollarning karyerasi rivojlanishi modellari yaratildi (Astin, 1984; Fermer, 1985; Betz & Fitzgerald, 1987), ayollarning ishdan qoniqish aspektlari o'rganildi (Veroff, Douvan, & Kulka, 1984; Lemkau va Pottick, 1984), ish joyini tanlash muammosi ko'rib chiqildi. (Shinar, 1975; Albrecht, 1976; Pose & Stone, 1978; Gutek, Morasch & Coher, 1983; Fitzgerald va boshqalar, 1988), ayollarning martaba rivojlanishiga sotsializatsiya jarayonining ta'siri o'rganildi (Watley & Kaplan, 1977, 1971; 1982 va boshqalar) va ayollarning muvaffaqiyatli martaba yo'lidagi to'siqlar tahlil qilindi (Homer, 1972; McLure & Piel, 1972; Epstein, 1971), martaba qurayotgan ayollarning psixologik xususiyatlari o'rganildi (Bingham & Walsh, 1978; Munley, 1974; 1977; Stroud, 1981; Jenkins, 1989), shu jumladan, an'anaviy "ayol" yoki "erkak" sohalarida (Mazen & Lemkau, 1990; ICriger, 1972) va ayollarning etakchilik uslublari (Rozener, 1993, 1995; Instons, 198d). Xorijiy tadqiqotlarda "mehnat-oila" o'rtasidagi ziddiyat roliga e'tibor qaratilgan (Grinxaus va boshqalar, 1989, 1987; Stefiy va Jons, 1988; Greller, Parsons va Mitchell, 1990; Sekaran, 1983; Epstein, 1971), shuningdek, stressni kuchaytirish, stress bilan bog'liq. 1989; Rosin & Korabik, 1989; Sekaran, 1983 va boshqalar). Ayollar kasbining turli jihatlarini o'rganilganini ko'rish qiyin emas.

Mamlakatimizda gender tadqiqotlariga qiziqish ortib borayotganiga qaramay, mansabning turli jihatlarini o'rganish hanzugacha asosan erkaklar namunalarida olib borilmoqda.

Shu bilan birga, 1992 yil iyun oyida bo'lib o'tgan BMT konferentsiyasi qoidalarini amalga oshirish 2000 yilga kelib rahbarlik lavozimlarida ishlaydigan ayollar salmog'ini 45-50 foizgacha oshirishni ko'rsatmoqda, bu esa ayollar menejerlarini tayyorlashning muhim vazifasini qo'yadi.

Ularni tayyorlash ayollarning kasbiy faoliyati psixologiyasini, kasbga yo'naltirilgan ayollarning ustun xarakter xususiyatlarini, ayollarning yetakchilik xususiyatlari va ayolning muvaffaqiyatli martabasiga yordam beradigan yoki aksincha, to'sqinlik qiluvchi omillarni bilishni talab qiladi.

Muvaffaqiyatli karyerada shaxsning tashkiliy va kommunikativ quyi tuzilmasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin bo'lgan fazilatlar ham katta ahamiyatga ega: guruh me'yorlariga yo'naltirilganlik, jamoaviy o'zaro ta'sir, shaxslararo muloqotning dinamikligi, ishbilarmonlik va tashkiliy ko'nikmalarga ega bo'lish, turli xil psixologik ta'sirlarni amalga oshirish qobiliyati.

Psixologik tadqiqotlar ma'lumotlarini umumlashtirgan holda, biz butun dunyo

bo'ylab kasbiy muvaffaqiyatni belgilaydigan professionallikning invariantlari sifatida qabul qilinadigan fazilatlarni ajratib ko'rsatishimiz mumkin:

- tizimli va analitik fikrlash, vaziyatning rivojlanishini bashorat qilish, qarorlar natijasini oldindan ko'ra bilish, keng miqyosda va ayni paytda real fikrlash qobiliyati.
- Muloqot ko'nikmalari, samarali shaxslararo o'zaro ta'sir ko'nikmalari, tushuncha, psixologik ta'sir ko'rsatish va boshqa odamlarga ta'sir qilish qobiliyati.
- O'z-o'zini tartibga solishning yuqori darajasi: o'z holatini boshqarish qobiliyati, rivojlangan o'z-o'zini nazorat qilish, stressga chidamlilik.
- Biznesga yo'naltirilganlik: faollik, tashkilotchilik, qat'iyat va qat'iylilik, qaror qabul qilishga e'tibor qaratish, nostandart muammolar va vazifalarni hal qilish qobiliyati, kasbiy kompetentsiyani doimiy ravishda oshirish istagi.
- Aniq "Men-kontsepsiya", o'z qobiliyat va imkoniyatlarini real idrok etish, o'zini yuqori (adekvat) baholash.

O'z qobiliyatlarini namoyon etgan va o'z potentsialini ro'yobga chiqarishni istagan ayol qiyin qarorga duch keladi: uni boshqa odamlarning jamiyatdagi o'zni haqidagi an'anaviy qarashlari bilan muqarrar ravishda qarama-qarshilikka olib keladigan va ehtimol, o'zini shaxs sifatidagi g'oyasi bilan ziddiyatga olib keladigan karyera boshlash kerakmi?

Shuningdek, u erkaklar odatda kutadigan mukofotlarni izlash yoki izlash to'g'risida qaror qabul qilishi kerak: pul, obro'-e'tibor, kuch, ishdan qoniqish. Ayolning qarori qanday bo'lishidan qat'i nazar, bu ayolning shaxsiy va oilaviy hayoti va uning karyerasi o'rtasida murosaga kelishi mumkin. Ayolning qarori qanday bo'lishidan qat'i nazar, jamiyat unga erkaklar bilan rasmiy tenglikni va'da qiladi.

Mansabga ko'tarilish yo'lidagi huquqiy to'siqlar ayollar va erkaklarning ishga qabul qilish va martaba ko'tarilishida teng huquqliligini kafolatlovchi huquqiy me'yorlar va asosan yosh, baquvvat erkaklar rahbarlik lavozimlariga ko'tarilishi, ayollarga esa "hurmatli" yoshga yetgandan keyingina tashkilotda ko'tarilish imkoniyati beriladigan amaldagi amaliyot o'rtasidagi tafovutni aks ettiradi. Mamlakatimizda huquqiy to'siqlar ayniqsa dolzarb bo'lib bormoqda, chunki ishlab chiqarishning qisqarishi tufayli ayollar nufuzli lavozimlardan (erkaklar egallagan) majburan chetlashtirilmoqda va ishga qabul qilishda ayollarni kamsitish tendentsiyasi yuzaga keldi.

Ayollarning rahbarlikka ko'tarilishidagi yana bir to'siq bu psixologik to'siqdir. Bir tomondan, bu ayol menejer bilan ishlashni istamaydigan erkaklarning "korporativ" kayfiyatida namoyon bo'ladi. Boshqa tomondan, bu ayollarning oila va ishni uyg'unlashtirish qobiliyatiga shubhalari, o'z imkoniyatlarini yetarlicha baholamaslik, martaba ko'tarilish mexanizmlari to'g'risida ma'lumot yo'qligi, an'anaviy ayol roli xulq-atvori bilan bog'liq bo'lgan ijtimoiy ma'qullashga e'tibor berish, muvaffaqiyatdan qo'rqish tufayli uning nomaqbul ijtimoiy oqibatlarining vujudga kelishi.

Shuningdek, oila ayolga katta bosim o'tkazadi. Turmushga chiqqan ayolning

rahbarlikka erishishida erining ba'zi oilaviy majburiyatlarni o'z zimmasiga olishga intilishi va xotining kasbiy muvaffaqiyatiga bag'rikenglik munosabati ma'lum darajada ta'sir qiladi. Maishiy omil jiddiy to'siq bo'lib qoladi, chunki ishda va uyda ikki baravar ish yuki ayolga menejer ishini to'liq bajarishga imkon bermaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V.M., Hayitov O.E. Ma'muriy boshqaruv organlari rahbarlarining lavozimga loyiqligini baholashga oid test va metodikalar to'plami. Metodik qo'llanma // Prof. V.M. Karimovanning umumiy tahriri ostida. – T., 2008.
2. Karimova V.M., Hayitov O.E., Djalalova S.M. Boshqaruv psixologiyasi. O'quv qo'llanma. Oliy o'quv yurtlari magistratura bosqichi talabalari uchun // Prof. V.M. Karimovanning umumiy tahriri ostida. – T., 2008.
3. Karimova V.M., Hayitov O.E., Umarova N.SH. Boshqaruv sohasidagi professional kompetensiya asoslari: Monografiya. / Prof. V.M. Karimova tahriri ostida. – T.: "Fan va texnologiya", 2008.
4. Karimova V.M., Hayitov O.E., Umarova N.SH. Boshqaruv sohasidagi professional kompetensiya asoslari: Monografiya. / Prof. V.M. Karimova tahriri ostida. – T., 2008.
5. Maxmudov I.I. Boshqaruv psixologiyasi: O'quv qo'llanma / Mas'ul muharrir: A.Xolbekov. – T., 2006.
6. Narzulla Boymurodov. Rahbar psixologiyasi: Oliy ta'lim, xalq ta'limi, sog'liqni saqlash, o'rta maxsus kasb-hunar ta'limi boshqarmalarining ma'muriy xodimlari uchun qo'llanma. – T., 2007.
7. Психология менеджмента / Под ред. проф. Г.С.Никифорова. – 3-е изд. – Харьков, 2007.

OTA-ONANING STRESS OMILLARI VA ULARNING BOLA RUHIYATINING SHAKLLANISHIGA TA'SIRI

*Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi,
Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Oilaviy stress holatlari ota-onaning farzand bilan bo'lgan munosabatida o'z aksini topib, bola ruhiyatining shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onaning uzoq davom etuvchi stress holatida bo'lishi bolalarning emotsional barqarorligi, o'z-o'zini boshqarish qobiliyati va shaxs sifatida rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Bu jarayonda ayniqsa onaning hissiy holati bola psixikasining barqarorligida muhim omil hisoblanadi. Shuning uchun ham ota-onalarning stress holatlarini aniqlash, ularning oilaviy muhitga va farzandlar ruhiyatiga bo'lgan ta'sirini tahlil qilish bugungi

psixologik tadqiqotlar doirasida dolzarb masala sanaladi.

Ushbu maqolada ota-onalarning stress holatlari va ularning bolalar psixikasi, xususan hissiy holati, o'ziga bo'lgan ishonchi va ijtimoiy moslashuviga ko'rsatadigan ta'siri o'rganiladi.

Stress – bu, organizmning tashqi yoki ichki salbiy omillarga nisbatan moslashuv reaksiyasi bo'lib, u jismoniy, ruhiy va emotsional darajada namoyon bo'ladi. Ota-onalar, ayniqsa farzand tarbiyasi uchun javobgar shaxslar sifatida, kundalik hayotda turli xil stress omillariga duch keladilar.

Bu omillar ishdagi bosim, moliyaviy muammolar, oila ichidagi nizolar, sog'liq muammolari, yoki ijtimoiy qo'llab-quvvatlov yetishmovchiligi kabi sabablarga bog'liq bo'lishi mumkin. Ota-onaning stress holatlari bola bilan bo'ladigan emotsional va ijtimoiy aloqalarning buzilishiga olib keladi.

Tadqiqotlarga ko'ra, doimiy stress ostida bo'lgan ota-onalar farzandlariga nisbatan kamroq mehr ko'rsatishadi, ularning ehtiyojlariga yetarlicha e'tibor qaratolmaydilar, va ko'pincha keskin, intizomsiz yoki befarq yondashuvni namoyon qiladilar. Bunday muhitda ulg'ayayotgan bolalarda o'zini qadrlash darajasi pasayadi, xavotirlik, depressiv holatlar, ijtimoiy ajralish va tajovuzkorlik belgilari kuzatiladi.

Ayniqsa, emotsional jihatdan barqaror bo'lmagan oilalarda o'sayotgan bolalar xavf guruhiga kiradi. Ular ota-onaning holatini sezadi, tushunmasa-da, ichki stressni "yuqtiradi" va bu ularning shaxsiy rivojlanishida salbiy iz qoldiradi. Bola stressga chalingan onaning noaniq yoki ziddiyatli tarbiya uslubidan aziyat chekadi. Masalan, kezi kelganda mehr va qo'llab-quvvatlash o'rniga befarqlik yoki haddan ortiq talabchanlik namoyon bo'lishi mumkin. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalarning stressni boshqarish qobiliyati farzandlar ruhiy salomatligini saqlashda muhim rol o'ynaydi.

Stressni boshqarishga qaratilgan dasturlar, psixologik maslahatlar, oilaviy terapiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari ota-onaga nafaqat o'z holatini yengillashtirishga, balki sog'lom tarbiya muhitini yaratishga yordam beradi. Shuningdek, bola stressga qanday javob berishi ko'p jihatdan ota-onaning unga ko'rsatgan munosabatiga bog'liq.

Agarda ota-ona o'z emotsiyalarini boshqarishni o'rganmagan bo'lsa, bu farzandga ham o'rnak bo'ladi.

Aksincha, emotsional jihatdan sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi muhitda ulg'aygan bola o'z his-tuyg'ularini anglab, boshqarishni o'rganadi. Hozirgi kunda oilaviy hayotda uchrayotgan turli ijtimoiy-iqtisodiy muammolar, mehnat bosimi, zamonaviy turmush sur'atlari va psixologik bosimlar ota-onalarning stress holatlarini kuchaytirmoqda. Ushbu stress holatlari nafaqat ota-onaning sog'lig'iga, balki to'g'ridan-to'g'ri bolalarning psixologik rivojlanishiga ham ta'sir qiladi.

Stressga uchragan ota-onalar o'z farzandlariga yetarli e'tibor, mehr yoki barqaror emotsional qo'llab-quvvatlashni bera olmasligi mumkin.

Ota-onalardagi asosiy stress omillari — moliyaviy qiyinchiliklar, ishdagi zo'riqish, oilaviy kelishmovchiliklar va ijtimoiy bosimlar tahlil qilinadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu omillar bolaning o'zini tutishida agressivlik, xavotir, o'ziga ishonchsizlik, yakkalanish kabi holatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Ayniqsa, yosh davridagi bolalarda ota-onaning ruhiy holati ularning emotsional va ijtimoiy shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi.

Xulosa sifatida ta'kidlash joizki, ota-onalarning ruhiy salomatligi -bola ruhiyati uchun muhim asosdir. Shu sababli oilalarda stressni kamaytirishga qaratilgan psixologik yordam, oilaviy maslahatlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa nafaqat bolalar ruhiyatining sog'lom shakllanishini, balki umumiy oilaviy barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Абдукаримова З. М. Oilaviy muhit va bola psixologiyasi: zamonaviy yondashuvlar. Toshkent: O'zR FA Psixologiya instituti. 2022.
2. Karimova V. Oila psixologiyasi. Toshkent: Fan va texnologiyalar nashriyoti. 2007.
3. G'aniyeva G. M. "Oilada stress va uning bola rivojlanishiga ta'siri". // Pedagogik ta'lim muammolari ilmiy jurnali, №2, B.45-50. 2021.
5. Mirsidikova A. Kommunikativ tolerantlik va uning rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar. Innovative Development in Educational Activities, 3(13), B.27-31. 2024.
6. Khusanbayeva Z. Psychological characteristics of father's influence on children's education in the family. Frontline Social Sciences and History Journal, 4(04), P.32-37. 2024.

O'QISHGA BO'LGAN INTILISHLARNI OSHIRISHDA QIZIQISHLARNING AHAMIYATI

*Xusanboyeva Shodiyona Akmaljon qizi,
University of Business and Science
2-kurs talabasi*

Ota-bobolarimiz qadimdan bebaho boylik bo'lmish ilmu-ma'rifat, ta'lim-tarbiyani inson kamoloti, millat ravnaqining eng asosiy sharti va garovi deb bilgan. Ana shu fikrga tayangan holda, davlatimiz miqyosida ta'lim va tarbiya, ilm-fan, kasb-hunarga o'rgatish tizimining samaradorlik darajasi, yutuq va kamchiliklari muntazam tahlil etib kelinmoqda.

Qiziquvchanlik va o'qishga bo'lgan intilishlar inson hayotida muhim o'rin tutadi. O'qish, bilim olish va o'z-o'zini rivojlantirish jarayonida qiziqishlarimizni oshirish,

yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish va o'z imkoniyatlarimizni kengaytirish uchun zarurdir. Ushbu jarayonda qiziquvchanlik, insonning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, yangi g'oyalar va fikrlarni shakllantirishga yordam beradi.

O'qishga bo'lgan intilishlarimizni oshiruvchi omillar ko'p, jumladan, muhit, motivatsiya, o'qituvchilar va do'stlar ta'siri. Har bir insonning o'qishga bo'lgan qiziqishi va intilishi uning shaxsiy xususiyatlariga, hayotiy tajribalariga va maqsadlariga bog'liqdir. Shuning uchun, qiziquvchanlikni rag'batlantirish va o'qishga bo'lgan intilishlarni oshirish uchun turli xil usullarni qo'llash juda muhimdir.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning yoshlarimizga munosib ta'lim berish, ularning ilm-fanga bo'lgan intilishlarini ro'yobga chiqarish, ta'lim tizimini rivojlantirish hamda o'rta va oliy o'quv yurtlarining moddiy-texnik bazasini, ilmiy va o'quv jarayonlari sifatini tubdan yaxshilash masalasiga alohida urg'u berilayotganligi jamiyatning yuksak taraqqiyotida ta'limning roli alohida ahamiyatga ega ekanligini ifodalaydi.

O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" talablari asosida kichik maktab yoshidagi o'quvchilarga ta'lim-tarbiya berishning maqsadi yosh avlodni sog'lom, har tomonlama rivojlangan shaxs sifatida tarbiyalash va ularni boshlang'ich sinf ta'lim-tarbiyasiga qo'yilgan davlat talablariga muvofiq tayyorlashdan iboratdir.

Boshlang'ich ta'lim sog'lom, har tomonlama yetuk bolalarni tarbiyalash uchun zaruriy tashkiliy, uslubiy, psixologik, pedagogik shart-sharoit yaratadi, bolalarni maktabda muntazam ravishda ta'lim olishga tayyorlashda ota-onalarga yordam beradi.

Kichik maktab yoshidagi bolalar psixologiyasida va qiziqishlarida juda tez sifat o'zgarishlari kuzatiladi. Bola rivojlanish jarayonida o'z ajdodlari tomonidan yaratilgan ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi, atrof-muhitdagi narsalar va hodisalar bilan muloqotga kirishadi. Bu bolada faoliyat mayllarining rivojlanishi yordamida amalga oshiriladigan xatti-harakatlarni, tilni, odamlar to'g'risidagi munosabatlarni egallab olishi, qobiliyatlarning o'sishida namoyon bo'ladi. Bu jarayonda unga katta yoshdagilar: ota-onalar, bobo-buvilar, o'qituvchilar, aka-opalari yaqindan yordam beradi. Asosan shu davrdan boshlab bolaning mustaqil faoliyati kuchayadi.

Kichik maktab yoshi davri bolada bilish jarayonlarining va qiziqishlarning rivojlanishi uchun ham eng qulay davr hisoblanadi. Kattalar bilan bevosita muloqot jarayoni, ta'lim-tarbiya ishlari bolaning bilish faoliyatiga xos bo'lgan individual xususiyatlarni rivojlantirib boradi.

Qiziqish shaxsning muhim psixologik jabhalaridan biri hisoblanib, unda insonning individual xususiyati bevosita mujassamlashadi. Qiziqish – insonlarning dunyoqarashi, e'tiqodlari, ideallari, uning oliy maqsadlari, orzu niyatlari, orzu umidlari bilan bevosita muhim rol o'ynaydi hamda ularning muvaffaqiyatli kechishini ta'minlash uchun xizmat qiladi.

Qiziqish bilimlarni ongli, puxta, barqaror, anglagan holda o'zlashtirishda, shaxs

qobiliyati, zehni, uquvchanligini rivojlantirishga, olamni mukammalroq tushunishga, bilim saviyasining kengayishiga yordam beradi. Qiziqish motiv singari borliqning mo''jizakor tomonlarini bilishga, fan asoslarini egallashga, faoliyatning turli tuman shakllariga nisbatan ijodiy yondashishni vujudga keltiradi, mehnatga, ta'limga mas'uliyat bilan munosabatda bo'lishni shakllantiradi, har qaysi yakkahol (individual) shaxsga ishchanlik, g'ayrat-shijoat, uengilmas irodani tarkib toptirishga puxta psixologik shart-sharoitlarni yaratadi.

Qiziqishning psixologik mohiyatidan kelib chiqqan holda yondashilganda, qiziqish, insonga intilish, faollik, ichki turtki ehtiyojni ro'yobga chiqarish manbai, rolini bajaradi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining qiziqishlari juda xilma xilligi va o'zgaruvchanligi bilan ajralib turadi. Xali bu yosh davridagi o'quvchilarning psixik jihatdan to'liq shakllanib ulgurmaganliklari hamda qiziqish mahsulini, uning oqibatini anglash, tasavvur etish orqaligina ob'ektiv borliqdagi narsa va hodisalarga ongli, tanlab olishdagi mavxumlik ularda bir vaqtning o'zida bir necha narsalarga nisbatan intilishni paydo qiladi.

Boshlang'ich ta'lim o'quvchilar bilim olishining poydevori hisoblanar ekan, mazkur sinfdan boshlab, o'quvchilarda bilishga bo'lgan qiziqishlarni rivojlantirishni taqozo etadi. Zero, 1-4 sinf o'quvchilarida qiziqishlarni rivojlantirishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini e'tiborga olish, ta'limni samarali tashkil etishda darslarni noan'anaviy tarzda o'tkazish, darslarda innovatsion metodlardan foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'quvchilarda intellektuallik, mustaqil va erkin fikrga egalik, yuksak onglik va intellektual madaniyatlik kabi hislatlarni shakllantirish eng muhim vazifalarimizdan biri bo'lishi kerak. Maktab ta'limining dastlabki yillarida qiziqishlar, xususan tevarak-atrofdagi olamni bilishga bo'lgan qiziqish sezilarli ravishda rivojlanadi.

Psixologlarning ta'kidlashlariga ko'ra, dastavval ayrim faktlarga, boshqa narsalardan ajratib olingan yolg'iz hodisalarga nisbatan qiziqishlar hosil bo'ladi. Undan keyin esa, sabablarni, qonuniyatlarni, hodisalar o'rtasidagi aloqa va o'zaro bog'liliklarni bilib olish uchun bo'lgan qiziqishlar rivojlanadi.

O'qituvchining tegishli bahosi bilan aniqlanadigan bolaning o'qishdagi o'z muvaffaqiyatlarini, qo'lga kiritgan yutuqlarini ichdan his qilish katta ahamiyatga egadir. Boshlang'ich sinf o'qituvchisi o'quvchilarda o'qishga nisbatan qiziqishini rivojlantirishda quyidagi asosiy qoidalariga tayanishi lozim:

1. O'quvchilardagi bilishga nisbatan qiziqishini hamda aqliy mehnat jarayoniga nisbatan muhabbatni rivojlantirish uchun o'quv jarayoni shunday tashkil etilishi kerakki, unda o'quvchi faol harakat qilishi, mustaqil izlanishi, yangi bilimlarni o'zi "kashf etishi" va muammoli harakterdagi masalalarni yechish uchun sharoit izlashi kerak.

2. Boshqa mehnat singari aqliy mehnat ham ko'p qirrali bo'lgan taqdirdagina qiziqarli bo'lishi mumkin. Bir turdagi ma'lumotlar va bir hil o'qitish o'quvchining juda

tez zerikishiga sabab bo'ladi.

3. O'rganilayotgan fanga nisbatan qiziqishini namoyon etishi uchun ayni shu fan yoki bo'lim o'quvchining o'zi uchun qanchalar kerakligi, ahamiyati, foydaliligini bilishi juda muhim.

4. Yangi material qanchalar o'quvchi tomonidan avval o'zlashtirilgan bilimlar bilan bog'liq bo'lsa, u o'quvchi uchun shunchalar qiziqarli bo'ladi.

5. Haddan ziyod oson va haddan ziyod qiyin material o'quvchida qiziqish uyg'otmaydi. Berilayotgan bilimlar qiyin, lekin o'quvchining kuchi yetadigan darajada bo'lishi lozim.

Tajribali o'qituvchilar tomonidan o'rganilayotgan mavzu yoki bo'limning ahamiyatini ko'rsatish, o'quvchining o'quv faolligini oshirish uchun qiziqarli misollar, aqliy o'yinlardan keng foydalaniladi. Lekin ta'limdagi har bir beriladigan bilim yorqin, qiziqarli bo'lavermaydi. Shuning uchun o'quvchilarda iroda qat'iyatlilik, mehnatsevarlik kabi hislatlarni komol toptirilishi nihoyatda zarurdir. Ana shu hislatlar o'quvchining kelgusida o'z-o'zini nazorat qilishga, o'z-o'zini baholashiga va mustaqil ta'lim olishiga asos bo'lishi kerak.

Foydalanilagan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasining «Ta'lim to'g'risida»gi 2020 yil 23 sentabrda gi avgustdagi qonuni

2. Abdullajonova M. Boshlang'ich ta'lim o'quvchilarining o'zlashtira olmaslik sabablari G'G' Xalq ta'limi, 2002.- № 6.- B. 51-53.

3. Davletshin M.G, M. Mavlonov, S. Tuychieva «Yosh davrlari va pedagogik psixologiya» Toshkent-2004 y.

4. Орифбоева Д. Д. ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ // Форум молодых ученых. 2017. №6 (10). URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/optimizatsiya-uchebno-poznavatelno-go-protssessa-v-sredney-shkole> (дата обращения: 04.09.2025).

BOLALAR IJTIMOIYLASHUVIGA INDIVIDUAL XUSUSIYATLARINING TA'SIR MEXANIZMLARI

Xusanova Nigina Baxtiyor qizi

*Chirchiq davlat Pedagogika Universiteti
Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Kirish. Bola shaxsining rivojlanishida ijtimoiylashuv jarayoni alohida ahamiyatga ega. Ijtimoiylashuv – bu bolaning jamiyatdagi me'yorlar, qadriyatlar, xulq-

atvor qoidalari hamda ijtimoiy rollarni o'zlashtirish jarayonidir.

Mazkur jarayonning samaradorligi ko'plab ichki va tashqi omillar bilan belgilanadi. Shulardan biri bolaning individual xususiyatlari hisoblanadi. Individual xususiyatlar – bu temperament, xarakter, hissiy-intellektual rivojlanish darajasi, qiziqishlar va motivatsion omillarni o'z ichiga olgan kompleks tushunchadir. Bolalik davri inson hayotidagi eng muhim ijtimoiylashuv bosqichi hisoblanib, bu davrda asosiy shaxsiy va ijtimoiy fazilatlar, shu jumladan, kommunikativlik, empatiya, mas'uliyat hissi va boshqalar shakllanadi. Shu bilan birga, har bir bola o'ziga xos individual-psixologik xususiyatlar majmuiga ega bo'lib, ularning ijtimoiylashuv jarayoniga ta'siri beqiyos va ko'p jihatlidir.

Zamonaviy psixologiya va pedagogika fanlarida bolalar ijtimoiylashuvining umumiy qonuniyatlari yaxshi o'rganilgan bo'lsa-da, bu jarayonga individual xususiyatlarning (masalan, temperament, xarakter, motivasiya, qobiliyatlar) ta'sir etishning aniq mexanizmlari hali ham dolzarb ilmiy muammo sifatida qolmoqda. Aynan ushbu mexanizmlarni ochib berish har bir bolaning shaxsiy potensialini to'liq ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni ishlab chiqish imkonini beradi.

Asosiy qism. Ijtimoiylashuv jarayoni — bolaning (va umuman shaxsning) jamiyat me'yorlari, qadriyatlari, rollari va xulq-atvor standartlarini o'zlashtirib, ijtimoiy kompetensiya hamda shaxsiy identitetni shakllantirish jarayonidir. Yuqorida ta'kidlab o'tganimizdek bolalarning ijtimoiylashuviga nafaqat atrof-muhit balki shaxsiy individual xususiyatlari ya'ni, uning temperamenti, xarakter xususiyati, hissiy-emotsional sohasi, qiziqishlari, ichki va tashqi motivatsiyasi ham katta ta'sir o'tkazadi. Keling bularni qisqacha tahlil qilib o'tamiz.

Bolaning temperament turi uning ijtimoiylashuv jarayonida tashqi ta'sirlarga qanday javob berishini belgilaydi. Xarakteri esa temperament xususiyatiga qarab tashqi olamga javob reaksiyasini namoyon qilishda asosiy omil bo'lib hizmat qiladi. Masalan:

- **Sangvinik** bolalar ochiqko'ngil, faol, yangi muhitga tez moslashadi va muloqotdan zavq oladi.
- **Xolerik** tipdagi bolalar tashabbuskor, biroq hissiyotlarini boshqarishda qiynalishi mumkin.
- **Flegmatik** bolalar ijtimoiylashuvga asta-sekin kirishadi, biroq barqaror va izchil xulq ko'rsatadi.

Melanxolik bolalarda esa yangi muhitga moslashuv jarayoni uzoqroq davom etadi, ularga psixologik qo'llab-quvvatlash muhimdir.

Ya'ni biz bola tipiga qarab ijtimoiylashning jadal yoki sekin kechishini oldindan bilishimiz, tahmin qilishimiz va ularga bu jarayonni boshidan kechirayotganlarida maslahat va yordam berishimiz mumkin.

Bolaning ijtimoiy munosabatlarga kirishish darajasi uning emotsional sezgirligi va intellektual salohiyatiga bog'liq. Hissiy-intellektual rivojlangan bola: ijtimoiy

vaziyatlarni tez anglaydi; tengdoshlarining hissiyotlarini tushunib, empatiya ko'rsatadi; moslashuvchan va muammolarni hal qilishda faol bo'ladi.

Qiziqishlar ijtimoiylashuv jarayonining tabiiy drayveri sifatida uning ijtimoiy rivojlanishida asosiy harakatlantiruvchi kuch hisoblanadi. Faoliyatga nisbatan kuchli qiziqishga ega bola yangi bilimlarni o'zlashtirishga intiladi, guruhiiy ishlarda faol ishtirok etadi va ijtimoiy aloqalar doirasini kengaytiradi. Shu jarayonda motivatsion omillar bolaning ijtimoiy faollikka bo'lgan ichki ehtiyojini shakllantiradi va rivojlantiradi. "Qiziqishlar bolalarda ijtimoiylashuv jarayonining tabiiy drayveri sifatida qaraladi: faoliyatga nisbatan ichki qiziqish bola ijtimoiy faoliyatga faollashib, guruhiiy ishlarda ishtirok etish va yangi ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish imkonini oshiradi (Bandura nazariyasiga ko'ra). Shu bilan birga, individual xususiyatlar asosan oila, tengdoshlar, ta'lim muassasalari hamda kengroq madaniy muhit ta'sirida shakllanadi. Urie Bronfenbrennerning yozishicha, "shaxsning rivojlanish yo'li uning oilasi, do'stlari, maktabi, madaniyati kabi atrof-dagi omillar ta'sirida shakllanadi".

Bola shaxsining individual xususiyatlari tabiiy holatda emas, balki ma'lum ijtimoiy sharoitlar ta'sirida shakllanadi. Oilaviy tarbiya, tengdoshlar bilan o'zaro muloqot, ta'lim muassasalari va kengroq ijtimoiy muhit bolaning psixologik rivojlanishida hal qiluvchi omillardir. Shu sababli zamonaviy pedagogik yondashuvlarda bolaning individual farqlarini chuqur hisobga olish, ularga mos rivojlantiruvchi strategiyalarni qo'llash dolzarb vazifa hisoblanadi.

Xulosa. Bolalar ijtimoiylashuviga ta'sir etuvchi individual xususiyatlar murakkab, ko'p qirrali va dinamik jarayon sifatida namoyon bo'ladi.

Har bir bolaning shaxsiy rivojlanishi uning temperament tipi, hissiy-intellektual salohiyati, qiziqish doirasi, ehtiyojlari hamda motivatsion omillari bilan uzviy bog'liqdir. Mazkur omillar bolaning ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayoniga, guruhiiy faoliyatda ishtirok etish darajasiga va kommunikativ kompetensiyalarining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Oila va mikromuhitning o'rni alohida ahamiyatga ega bo'lib, ular bolaning ijtimoiy moslashuvi uchun asosiy ijtimoiy kontekstni yaratadi. Oiladagi tarbiyaviy qadriyatlar, emotsional qo'llab-quvvatlash darajasi, tengdoshlar bilan muloqot sifati va maktab muhitining psixologik iqlimi bolaning ijtimoiylashuv tezligi va sifatiga bevosita ta'sir qiladi.

Shu bilan birga, pedagogik amaliyotda individual yondashuv tamoyillarini qo'llash, differensial ta'lim metodlarini tatbiq etish va shaxsiy farqlarni hisobga olish bolalarda ijtimoiy kompetensiyani muvaffaqiyatli shakllantirishning zaruriy shartidir.

Umuman olganda, ijtimoiylashuv jarayonining samaradorligi bolaning individual psixologik xususiyatlari bilan bir qatorda, uning atrof-muhit bilan o'zaro ta'sir sifatiga ham bog'liqdir. Shu sababli ijtimoiylashuv mexanizmlarini chuqur o'rganish, individual farqlarni inobatga oluvchi innovatsion pedagogik strategiyalarni ishlab chiqish va ularni amaliyotga joriy etish zamonaviy ta'lim tizimining dolzarb vazifasidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

- 1.Jo‘rayev, U. T. (2019). Pedagogik psixologiya. Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
- 2.Karimova, R. A. (2021). Bola shaxsining ijtimoiylashuvi: psixologik-pedagogik asoslar. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
- 3.Khusanova, N. (2024). Treatment of various psychological changes manifested in preschool children through "Fairy Tale Therapy". International Bulletin of Applied Science and Technology, 4(11), 254–256.
- 4.Xusanova, N. B. Sharq mutafakkirlarining oila tarbiyasi haqidagi fikrlari. Development and Innovations in Science: International Scientific-Online Conference.
- 5.Yo‘ldosheva, N. (2020). Bola shaxsida ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlari. Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar jurnali, (3), 45–52. <https://ta’lim-innovatsiya.uz/jurnal/2020-3/45>

**MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING RIVOJLANISHIDA
KUZATILADIGAN PSIXOLOGIK O‘ZGARISHLAR: MUAMMO VA
YECHIMLAR**

Xusanova Nigina Baxtiyor qizi
Chirchiq davlat Pedagogika Universiteti
Psixologiya kafedrasida o‘qituvchisi

Kirish. Maktabgacha yosh davri – inson psixologik, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishning boshlang‘ich poydevorini tashkil etadi. Aynan shu bosqichda bolaning hissiy barqarorligi, nutq salohiyati, bilish funksiyalari va ijtimoiy ko‘nikmalar shakllanadi. Shuning uchun bu davrda amalga oshiriladigan pedagogik va psixologik intervensiyalar bolalikdan kelgusidagi ijtimoiy va akademik muvaffaqiyatlar uchun asosiy determinantdir.

Xususan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan imzolangan bir qator farmon va qarorlar maktabgacha ta’lim sohasining salohiyatini oshirishga qaratilgan yondashuvni ko‘rsatmoqda. Masalan: 2024-yil 2-iyuldagi PF-98-sonli Farmonda maktabgacha va maktab ta’limi sohasida davlat boshqaruvi tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari belgilangan bo‘lsa, 2024-yil 2-fevraldagi PQ-53 va PQ-54-son qarorlar orqali xorijiy til va zamonaviy kasblarga o‘qitish, shuningdek ta’lim loyihalari markazi faoliyatini tartibga solish masalalari ko‘rib chiqilgan. 2025-yil 19-martdagi PF-51-sonli Farmon esa maktabgacha va maktab ta’limi sohasidagi boshqaruv tizimining samaradorligini oshirishga qaratilgan qo‘shimcha chora-tadbirlarni amaliyotga tatbiq etishni ko‘zda tutadi. Unga muvofiq, maktab direktorlarining bazaviy tarif stavkalari

oshirildi va KPI asosida rag‘batlantirish tizimi joriy qilinishi belgilandi. Shuningdek, 2022-yil 1-apreldan boshlab

“Oila va xotin-qizlarni tizimli qo‘llab-quvvatlashga doir ishlarni jadallashtirish” farmoni bolali oilalarga, ayniqsa boquvchisini yo‘qotganlar, maktabgacha ta‘minotdan ozodlik va subsidiya bilan qamrovni kengaytirishga imkon yaratdi.

Guvohi bo‘lganingizdek, Yurtboshimiz bu borada ko‘plab imkoniyatlarni yaratib bermoqdalar. Bolajonlarimizning har tomonlama sog‘lom bo‘lishi va kelajak hayotlariga ta’sir o‘tkazmasligi dolzarb va muhim masalalardan biri hisoblanadi.

Asosiy qism. Psixologik o‘zgarishlarning asosiy yo‘nalishlari bola rivojining turli tomonlarini qamrab oladi. Hissiy rivojlanishda bola quvonch, g‘azab, qo‘rquv, hayajon kabi his-tuyg‘ularni boshqarishni o‘rganadi, empatiya va boshqalarga nisbatan mehr-muruvvat kabi hissiy ko‘nikmalar shakllanadi.

Bilish jarayonlarida esa diqqat, xotira, tafakkur va tasavvur rivojlanadi; bola atrofidagi hodisalarni tahlil qilish va o‘rganishga qiziqadi, mustaqil izlanishga intiladi. Nutq rivoji ham maktabgacha davrda jadallashadi, lug‘at boyligi kengayadi, grammatik jihatdan to‘g‘ri gap tuzish, fikrni ifodalash va muloqot qilish malakalari shakllanadi. Ijtimoiy rivojlanish esa bolaning jamoada o‘z o‘rnini topishi, tengdoshlar bilan hamkorlikda o‘ynashi, o‘zini tutish qoidalarini o‘zlashtirishi va irodaviy sifatlarini shakllantirish orqali namoyon bo‘ladi.

Shu bilan birga, maktabgacha yoshdagi bolalarda qator psixologik muammolar ham uchraydi. Hissiy beqarorlik, qo‘rquv, xavotir, tez yig‘lash yoki jahl chiqarish, diqqat va xotiraning sustligi, nutqdagi orqada qolish, ijtimoiylashuvdagi qiyinchiliklar, haddan tashqari uyatchanlik yoki agressivlik kabi holatlar keng tarqalgan. Bu muammolar erta aniqlanmasa, keyinchalik bolaning o‘qishga bo‘lgan qiziqishi, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Bunday holatlarda samarali yechimlar qo‘llash muhim ahamiyatga ega. O‘yin terapiyasi, dramatik o‘yinlar va ijtimoiy-hissiy ta’lim dasturlari bolalarda empatiya, hamkorlik, muloqot va o‘zini ifodalash ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Nutq terapiyasi, ertak aytish, she’r yodlash va savol-javobli mashg‘ulotlar bolaning til qobiliyatini oshiradi. Musiqa terapiyasi, rangli rasm chizish, qo‘g‘irchoq teatri orqali hissiy tarbiya olib borish bolalarning hissiy barqarorligini ta’minlaydi. Shuningdek, ota-onalar va tarbiyachilarning bolaga nisbatan e’tiborli, mehribon va qo‘llab-quvvatlovchi munosabatda bo‘lishi muammolarni bartaraf etishda eng muhim omillardan biridir.

Davlat siyosati, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar ishlab chiqilishi zarur. Ta’lim muassasalarida ijtimoiy-hissiy ta’lim dasturlarini joriy qilish, ota-onalar uchun psixologik maslahatlar tashkil etish, bolalarda diqqat va xotira mashqlari, mustaqil fikrlash va ijodkorlikni rag‘batlantiruvchi usullarni qo‘llash bu yo‘nalishdagi samarali choralar sirasiga kiradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik rivojlanishini chuqur o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham ega bo'lib, bu jarayonni qo'llab-quvvatlash orqali jamiyatning kelajakdagi intellektual va ma'naviy salohiyatini yuksaltirish mumkin. Shu bois, bolalarda yuzaga keladigan psixologik o'zgarishlarni tizimli tahlil qilish, muammolarni erta aniqlash va ularni bartaraf etish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

Xulosa. Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik rivojlanish jarayoni ularning kelajakdagi shaxsiyati, bilish salohiyati va ijtimoiy faolligining asosini belgilab beradi. Ushbu davrda yuzaga keladigan hissiy, nutqiy, bilish va xulq-atvor o'zgarishlarini o'z vaqtida aniqlash, ularni ilmiy asoslangan usullar yordamida qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'yin faoliyati, ijtimoiy-hissiy ta'lim, nutq terapiyasi va ota-ona hamda pedagoglar hamkorligi bolaning sog'lom rivojlanishida hal qiluvchi omillardir. Shuningdek, uyqu sifati, hissiy qo'llab-quvvatlash va barqaror psixologik muhit ham bu jarayonga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Demak, maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik rivojlanishini chuqur o'rganish nafaqat ilmiy, balki amaliy jihatdan ham katta ahamiyatga ega bo'lib, kelajak avlodning intellektual va hissiy yetukligini ta'minlashda muhim o'rin tutadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

- 1.N.B.Xusanova. 6-7 yoshli bolalardagi xavotirli holatlarning psixologik xususiyatlari // Mug'allim ham yzliksiz bilimlendirio', 2024-yil, 475-477 betlar.
<https://lib.cspu.uz/index.php?newsid=11379>
- 2.N.B.Xusanova. Maktabgacha yoshdagi turli temperamentli bolalarning psixologik xususiyatlari. Yangi O'zbekiston Pedagoglari Axborotnomasi. Volume 3 Issue, 02 YO'PA 2025. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14870465>
- 3.Raximova, D. T. (2022). *Maktabgacha yoshdagi bolalar rivojida zamonaviy pedagogik yondashuvlar*. Toshkent: Innovatsion rivojlanish nashriyoti.
- 4.Tursunova, S. S. (2021). *Bolalar psixologiyasi va tarbiya metodlari*. Toshkent: Fan va texnologiya.

ERGASH G'OZIYEVNING YONDASHUVI ASOSIDA SHAXS RIVOJLANISHINI O'RGANISH

Yorlaqobov Husniddin Uzoqboy o'g'li
Guliston davlat universiteti doktoranti

Shaxs rivojlanishi psixologiya fanining muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, insonning tug'ilishidan to umrining oxirigacha bo'lgan davrda uning psixik

xususiyatlaridagi o'zgarishlarni o'rganadi.

O'zbek psixologiya fanida shaxs rivojlanishi masalalariga katta e'tibor qaratilgan bo'lib, bu sohada Ergash G'oziyevning ilmiy ishlari muhim o'rin tutadi. Ergash G'oziyev o'zbek psixologiya fanining taniqli vakili sifatida shaxs rivojlanishini o'rganishga o'ziga xos yondashuvni ishlab chiqqan.

Ergash G'oziyev shaxs rivojlanishini o'rganishga kompleks yondashuvni ilgari surgan. Uning fikricha, shaxs rivojlanishi biologik, ijtimoiy va psixologik omillar ta'sirida sodir bo'ladi. Ergash G'oziyev shaxsning faolligi, o'zini anglashi, ijtimoiy munosabatlari va faoliyatining shaxs rivojlanishidagi rolini alohida ta'kidlagan.

Ergash G'oziyevning nazariy qarashlarining asosiy jihatlar:

- Yosh davrlari psixologiyasi: Ergash G'oziyev yosh davrlari psixologiyasiga katta e'tibor qaratgan va har bir yosh davrining o'ziga xos xususiyatlarini, shaxs rivojlanishidagi o'rnini o'rgangan.

- Shaxsning individual xususiyatlari: Ergash G'oziyev shaxsning temperamenti, xarakteri, qobiliyatlari kabi individual xususiyatlarining rivojlanish qonuniyatlarini tadqiq qilgan.

- Faoliyatning shaxs rivojlanishidagi roli: Ergash G'oziyev faoliyatning shaxs rivojlanishidagi ahamiyatini alohida ta'kidlagan va faoliyatning turli shakllari (o'yin, o'qish, mehnat) shaxsning shakllanishiga qanday ta'sir qilishini o'rgangan.

- Ijtimoiy munosabatlarning shaxs rivojlanishidagi o'rni: Ergash G'oziyev shaxsning oila, maktab, do'stlar bilan bo'lgan munosabatlarining uning rivojlanishiga ta'sirini tadqiq qilgan.

G'oziyevning ilmiy ishlariga yuzlansak, uning erishgan yutuqlarini masalan talim jarayonida o'quvchilarning tafakkurini o'sishi, o'quv faoliyatini boshqarish, tafakkur, xotira, shaxs psixologiyasi masalalari, bilish nazariyasini psixologik muammolari, komil insonni tarbiyalashning psixologik asoslari kabi masalalarga e'tibor berganini ta'kidlab o'tish kerak.

Shaxs bu o'z ajdodlari takrorlagan tarixiy va sifatiy o'zgarish yo'lini bosib o'tayotgan vaqtda psixologik va jismoniy rivojlanishni har hil ko'rsatkichlarini namoyon etadigan individni shaxs deb ataymiz. Shaxs bu ijtimoiy jamiyatning mahsuli sanaladi.

G'oziyevning talqiniga ko'ra katta yoshdagi ruhiy sog'lom odam ham, chaqaloq ham nutqi yo'q oddiy ma'lumotni o'zlashtira olmaydigan aqli zaiflar ham barchasi individ hisoblanadi. Biroq bularning barchasiga shaxs deb qarash an'anaga aylanib qolgan, chunki o'sha zotgina ijtimoiy mavjudot, ijtimoiy munosabatlar mahsuli, ijtimoiy taraqqiyotning faol qatnashchisi deb hisoblanadi.

Individ sifatida yorug' dunyoga kelgan odam keyinchalik ijtimoiy muhit ta'sirida shaxsga aylandi.

Ergash G'oziyev shaxsni bolalik chog'laridanoq individ sifatida muayyan ijtimoiy munosabatlar tizimiga tortilishini, bunday munosabatlar tarzi tarixiy

shakllangan bo'lib, u yoshligidanoq shu tayyor munosabatlar, muomala, muloqot tizimi bilan tanisha borishini ta'kidlagan, Shuningdek, o'zining "Umumiy psixologiya" asarida chet el psixologiyasida, sobiq savet psixologiyasida shaxs tushunchasini, uning nazariyalarini ilgari surgan, kashfiyotlar qilgan olimlar haqida va ularning nazariyalarining qisqacha tahlilini yoritib beradi.

Bundan tashqari u endopsixika va ekzopsixikaga alohida urg'u berib o'tadi. "Rivojlanish" so'zi bu oddiy darajadan murakkabga, quyidan yuqoriga, eski sifatlarni o'zgarib yoki yo'qolib o'rniga yangilarini paydo bo'lishiga aytiladi. Hamma narsa rivojlanishga intilgani singari, shaxs ham rivojlanishga, o'sishga intiladi. Uning rivojlanishini tushuntirish uchun davrlarga ajratiladi. Shaxning rivojlanishini yosh davrlarda deyarli barcha olimlar ifodalagan ularning asosiy birlashtirib turadigan ma'lumotlaridan olingan statistik tahlilga ko'ra G'oziyev o'zining asarlarida quyidagi davrlarni eng muqobili deb belgilagan. Ular:

1. Go'daklik davri, 1 oylikdan bir yoshgacha;
2. Bog'chagacha bo'lgan yosh davri. 1 yoshdan 3 yoshgacha;
3. Maktabgacha talim davri. 3 yoshdan 7 yoshgacha.
4. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar 7-12 yoshgacha;
5. O'rta dava o'quvchilari. 14-15 yosh davrlari;
6. Katta yoshdagi davr. O'spirinlar davri 16-17 yosh.

Eng so'nggi davr o'spirinlik davrida jinsiy yetilish, mustaqillik davri boshlanadi. Bu yoshda yoshlar o'z fikrlarini mustaqil ifodalashga kirishadilar va shaxslik hislatlarini ifodalashga harakat qiladilar. Aynan shu davrgacha rivojlanayotgan shaxs hayotida qo'llaydigan ko'plab odat va xarakterlarini o'zlashtirib olgan bo'ladi.

Shaxsning rivojlanishi bevosita ontogenez bilan bog'liq hisoblanadi. Psixika ontogenezi insonning tug'ilganidan to umrining yakunigacha davom etadigan uzluksiz rivojlanish sanaladi. Insonning psixikasini rivojlantiruvchi ikkita omil mavjud birinchisi biologik, ikkinchisi sotsial omillar.

Bu omillar individning shaxs bo'lib shakllanishida muhim ro'l o'ynaydi. Jamiyat va muhit bo'lmasa individ hech qachon shaxs bo'lib shakllana olmaydi. Inson jamiyatning mahsuli o'laroq boshqa shaxslar bilan muloqotga kirishadi, axborot almashadi, munosabatlar o'rnatadi. Agar ijtimoiy muhit bo'lmasa individ o'zgarmasdan qoladi, agarda individ shaxs bo'lib rivojlangan bo'lsa, u holda o'zi o'zining individ darajasiga tushmaslikka harakat qiladi.

Inson shaxs bo'lib shakllanar ekan uning hayotida nutqning o'zni katta ahamiyat kasb etadi. Nutq yordamida shaxs tashqi muhit bilan ma'lumot almashadi, o'z his-tuyg'ularini nutq orqali bayon qiladi. Nutq rivojlanmagan insonlarda aqliy rivojlanishdan orqada qolish kuztiladi.

Individning shaxs bo'lib rivojlanishida uning psixikasi katta ro'l o'ynaydi. Ruhan sog'lom ammo jismonan imkoniyati cheklangan odam bilan ruhiy hasta insonni nisbiy qilib oladigan bo'lsak, ruhiy sog'lom inson ancha oldinda turadi.

Bundan ko'rinib turibdiki ruhiyat shaxs rivojlanishida katta ahamiyatga ega. Insonning ruhiyati biologik, irsiy, ijtimoiy omillar asosida shakllanadi, ammo ulardan eng muhimi, shaxs ruhiyatiga tasir qiluvchi kuch bu-muhit hisoblanadi.

Bu qanday muhit bo'lishidan qat'iy nazar, rivojlanish uchun zarur bo'lgan birlamchi omil sanaladi. Bu dunyoga kelgan individ yillar davomida qanday shaxs bo'lishini, u tug'ilib o'sgan, ayni vaqtda yashayotgan muhit belgilaydi. Shunday ekan shaxsning rivojlanishi jamiyatni rivojlanishi, o'z o'rinida jamiyatning ham shaxs rivojlanish psixologiyasida o'rni katta. Ular bir biri bilan uzviy bog'liqdir.

Shaxs rivojlanishida u yashab istiqomat qilayotgan muhit, psixologik xususiyatlar katta ahamiyat kasb etadi. Bola tug'ilganidan boshlab, shaxs bo'lib rivojlangunga qadar bo'lgan davrda unga sog'lom muhit yaratib berish, unda sog'lom psixologik tushunchalarni shakllantirish zarur. Har bir bolaning o'ziga, yoshiga mos holda psixikasini shakllantirish lozim.

Ergash G'oziyevning shaxs rivojlanishini o'rganishga oid yondashuvi o'zbek psixologiya fani uchun bebaho hissa hisoblanadi. Uning nazariy qarashlari, metodologik yondashuvi va ilmiy ishlari shaxs rivojlanishini chuqur tushunish, ta'lim va tarbiya jarayonini takomillashtirish imkonini beradi. Ergash G'oziyevning ilmiy merosi o'zbek psixologiya fanini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi va kelajak avlod psixologlari uchun ilhom manbai bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ergash G'oziyev-“Ontogenez psixologiyasi” _ Toshkent 2010.
2. Ergash G'oziyev-“Umumiy psixologiya” _ Toshkent 2002.
3. <https://lib.jbnuu.uz/author/363>
4. <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01000079634?page=10&rotate=0&theme=white>

JAMOAVIY QARORLAR SAMARADORLIGINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Yuldasheva Mahliyo Bahtiyorovna
FDU, Psixologiya kafedrası dotsenti*

Kirish. Inson faoliyati jarayonida qaror qabul qilish muhim ahamiyatga ega bo'lgan psixologik va ijtimoiy hodisalardan biridir. Ayniqsa, jamoaviy qarorlar qabul qilish jarayoni shaxslararo muloqot, ijtimoiy ta'sir, yetakchilik, konformizm va guruh dinamikasi kabi omillar bilan chambarchas bog'liqdir. Shu boisdan jamoaviy qarorlarning samaradorligini aniqlash nafaqat psixologiya, balki menejment, pedagogika, sotsiologiya hamda amaliy hayotning turli sohalarida dolzarb masalalardan biri sifatida qaraladi.

Ijtimoiy psixologik tadqiqotlarda jamoaviy qarorlar samaradorligi bir necha mezonlar asosida o'rganiladi: qarorning ratsionalligi, uning ijro imkoniyatlari, guruh

a'zolarining ishtirok darajasi, qarorga nisbatan qoniqish darajasi va natijaviylik. Shuningdek, qarorlar qabul qilish jarayonida guruh tafakkuri, ijtimoiy sustkashlik, ierarxiya va rollar taqsimoti kabi psixologik hodisalar sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Mazkur mavzuni o'rganishning dolzarbligi shundaki, jamoalarda samarali qaror qabul qilish orqali nafaqat guruhning umumiy faoliyati, balki har bir a'zoning motivatsiyasi, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishi ham ta'minlanadi. Bugungi globallashuv va tezkor axborot almashinuvi sharoitida jamoaviy qarorlarning sifatli bo'lishi turli tashkilotlar, ta'lim muassasalari va boshqaruv tizimlarining muvaffaqiyatida hal qiluvchi omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Shunday qilib, jamoaviy qarorlar samaradorligining ijtimoiy-psixologik asoslarini tadqiq etish, ushbu jarayonga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash va samarali strategiyalarni ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb vazifadir.

Tadqiqotning maqsadi jamoaviy qarorlar samaradorligining ijtimoiy-psixologik asoslarini tahlil qilish, guruhdagi qaror qabul qilish jarayoniga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash va samarali qarorlarni ta'minlovchi psixologik shart-sharoitlarni ochib berishdan iborat.

Tadqiqotning predmeti jamoaviy qarorlar samaradorligiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar (yetakchilik uslubi, guruh tafakkuri, konformizm, shaxslararo muloqot sifati, motivatsiya va boshqalar).

Tadqiqotning vazifalari:

1. Qaror qabul qilish jarayonining psixologik asoslarini nazariy jihatdan tahlil qilish.
2. Jamoaviy qarorlar samaradorligini belgilovchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash.
3. Guruh tafakkuri, konformizm, ijtimoiy ta'sir kabi hodisalar qaror sifatiga qanday ta'sir ko'rsatishini o'rganish.
4. Samarali qaror qabul qilishni ta'minlovchi psixologik sharoit va uslublarni asoslash.
5. Olingan natijalarning amaliy ahamiyatini ko'rsatish.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi

- Jamoaviy qarorlar samaradorligi masalasi ijtimoiy-psixologik nazariya asosida tizimli ravishda tahlil qilinadi.
- Qaror qabul qilish jarayoniga ta'sir etuvchi omillar o'zaro taqqoslanadi va kompleks ko'rinishda o'rganiladi.
- Samarali qarorlarni ta'minlovchi psixologik shart-sharoitlar haqida yangi ilmiy xulosalar ishlab chiqiladi.

Ilmiy adabiyotlar sharhi. Jamoaviy qarorlar samaradorligini o'rganish ijtimoiy psixologiyada muhim ilmiy yo'nalishlardan biri bo'lib, bu jarayon guruh dinamikasi, shaxslararo ta'sir, konformizm va yetakchilik kabi omillar bilan bog'liq holda tahlil etiladi.

Jamoaviy qarorlarni o'rganishda K.Levinning "guruh dinamikasi" (Clark TimothyR., 2020) haqidagi nazariy qarashlari asosiy manbalardan hisoblanadi. Unga ko'ra, har bir guruhning ichki kuchlar muvozanati, a'zolararo munosabatlar va umumiy maqsadga yo'naltirilganlik qaror qabul qilish jarayonining sifatiga ta'sir qiladi. Levin guruhni "dinamik tizim" sifatida ko'rib, qaror samaradorligi guruhdagi o'zaro bog'liqlik darajasiga bevosita taalluqli ekanligini ta'kidlagan.

L.Festinger (Фестингер Л., 1999) va S.Ash (Kinney William J., 2017) tadqiqotlarida konformizm fenomeni jamoaviy qarorlarning sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi isbotlangan. Ashning mashhur eksperimentlari shuni ko'rsatdiki, shaxs o'zining aniq fikridan voz kechib, guruh fikriga qo'shilishi mumkin. Bu hodisa qarorlarning ratsionalligi va samaradorligini pasaytirishi mumkin. Shu bilan birga, ijtimoiy ta'sirning konstruktiv shakllari (ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, motivatsion rag'bat) qarorlarni yanada mukammal qilishga yordam beradi.

I.Jeynis (Janis I., 1972) tomonidan ishlab chiqilgan "guruh tafakkuri" konsepsiyasi jamoaviy qaror qabul qilish jarayonidagi asosiy psixologik muammolardan birini ko'rsatadi. Guruh a'zolari o'rtasida murosasizlikdan qochish, bir ovozdan qaror qabul qilishga intilish natijasida qarorlarning sifati pasayishi mumkin. Bu holatda alternativ variantlar ko'rib chiqilmaydi, tanqidiy fikr susayadi, shaxsiy mas'uliyat kamayadi.

Jamoaviy qarorlar samaradorligi guruhdagi yetakchilik uslublariga ham bevosita bog'liq. K.Levin va boshqa tadqiqotchilar yetakchilikni avtoritar, demokratik va liberal tiplarga ajratib, ayniqsa demokratik uslub jamoaviy qarorlar samaradorligini oshirishda muhim ekanini ta'kidlaydilar. Chunki demokratik uslub har bir a'zoning faol ishtirokini ta'minlaydi, mas'uliyatni bo'lishadi va qarorga qoniqish darajasi ortadi.

Shuningdek, bir qator tadqiqotchilarning izlanishlari jamoalarda "ijtimoiy sustkashlik" (social loafing) hodisasi mavjudligini ko'rsatgan (Jackson J. M. & Williams K. D., 1985). Bunda ayrim a'zolar jamoada ishlayotganda shaxsiy mas'uliyat hissini yo'qotib, faoliyatini susaytiradi. Bu esa qaror samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois samarali qaror qabul qilish uchun motivatsiya va shaxsiy mas'uliyatni oshirish mexanizmlari muhimdir.

Bugungi kunda jamoaviy qarorlarni o'rganishda kognitiv psixologiya va tashkiliy psixologiya yo'nalishlari ham qo'shilmoqda. Xususan, "evristik qarorlar" nazariyasi, zamonaviy menejment psixologiyasi va neyropsixologik tadqiqotlar qaror qabul qilish jarayonida tezkor intuitiv fikrlashning ham o'rnini ko'rsatmoqda.

O'zbekiston ijtimoiy psixologiya maktabida bu masalaga bevosita va bilvosita e'tibor qaratgan olimlar mavjud.

Ularning ishlari ko'proq guruh psixologiyasi, jamoaviy faoliyat, ijtimoiy ong va boshqaruv psixologiyasi doirasida olib borilgan. Jumladan, V.M.Karimova, M.G.Davletshin, G'.B.Shoumarov, R.R.Gaynutdinov kabi olimlar ijtimoiy psixologiya, shaxslararo munosabatlar va guruh jarayonlarini o'rganganlar; jamoaviy faoliyat va

psixologik muhit masalalariga e'tibor qaratganlar; ta'lim psixologiyasi va ijtimoiy psixologiya sohalarida ishlagan, guruhdagi o'zaro munosabatlar, shaxs rivojida ijtimoiy omillarning ahamiyatini tadqiq qilganlar; yoshlar ijtimoiy psixologiyasi, ijtimoiy ong va jamoaviy faoliyat samaradorligi masalalarini o'rganganlar.

So'nggi yillarda Yangi O'zbekiston muhitida jamoada qarorlar qabul qilishning ijtimoiy-psixologik jihatlari yoritilgan bir qator ilmiy ishlar mavjud. G.A.Davurova qaror qabul qilishning kognitiv hamda ijtimoiy-psixologik tabiatini rahbar va guruh kontekstida nazariy tahlil qiladi (Davurova G.A., 2022). S.S.Teshayev Rahbar shaxsining qarorlar samaradorligiga ta'sir qiluvchi motivatsiya, xavfga munosabat, kommunikatsiya kabi omillar haqida mulohaza yuritadi (Teshayev S.S., 2024). A.Sharofitdinov tashkiliy boshqaruvda qaror bosqichlari, rahbar kompetensiyalari va jamoa bilan hamkorlik masalalariga e'tiborni qaratadi (Sharofitdinov A., 2022).

G.Z.Rajabova talabalarda ijtimoiy vaziyatlarda qaror qabul qilish kompetensiyasini trening, refleksiya, ijtimoiy mas'uliyat orqali shakllantirish bo'yicha empirik natijalar beradi (Rajabova G.Z., 2025). A.S.Nazarov qaror qabul qilishga ijtimoiy-madaniy omillar ta'sirini tahlil qiladi. (Nazarov A.S., 2022).

Xulosa. Yuqoridagi nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, jamoaviy qarorlar samaradorligi ko'plab ijtimoiy-psixologik omillar bilan belgilanadi. Guruh dinamikasi, shaxslararo munosabatlar, konformizm, ijtimoiy ta'sir, yetakchilik uslubi va motivatsiya kabi omillar qaror sifatiga bevosita ta'sir qiladi.

K.Levinning guruh dinamikasi haqidagi qarashlari, L.Festinger va S.Ashning konformizm haqidagi tadqiqotlari, I.Jeynisning guruhiy tafakkur nazariyasi hamda zamonaviy menejment psixologiyasi tadqiqotlari jamoaviy qarorlarning samaradorligini oshirish yoki pasaytiruvchi psixologik mexanizmlarni chuqur yoritib beradi.

Shuningdek, jamoaviy qarorlarning samaradorligi faqat qarorning natijaviyligida emas, balki qaror qabul qilish jarayonida har bir a'zoning ishtiroki, qoniqishi va shaxsiy mas'uliyati darajasida ham namoyon bo'ladi. Shu bois samarali qarorlar uchun tanqidiy fikrlash, erkin muloqot va konstruktiv ijtimoiy ta'sir alohida ahamiyat kasb etadi.

Tavsiyalar: 1. Yetakchilikda demokratik uslubni qo'llash – har bir a'zoning fikrini inobatga olish, mas'uliyatni taqsimlash va qarorga nisbatan umumiy qoniqishni oshirishga yordam beradi.

2. Tanqidiy fikrlashni rag'batlantirish – qaror qabul qilish jarayonida alternativ variantlarni ko'rib chiqish zarur.

3. Motivatsiyani kuchaytirish – ijtimoiy sustkashlikni oldini olish uchun individual mas'uliyatni oshiruvchi mexanizmlarni (shaxsiy vazifalarni aniq belgilash, natijaga qo'shilgan hissani baholash) qo'llash kerak.

4. Ijtimoiy ta'sirni konstruktiv shaklda yo'naltirish – qo'llab-quvvatlash va ijobiy rag'bat orqali qaror qabul qilish jarayonida faol ishtirokni ta'minlash muhim.

5. Axborot almashinuvi ochiqligini ta'minlash – qaror samaradorligini oshirish uchun guruh ichida shaffof muloqot va erkin fikr bildirish imkoniyatlarini yaratish

lozim.

6. Psixologik treninglar va mashg‘ulotlar – jamoalarda samarali qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun maxsus treninglar o‘tkazish foydalidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Davurova G.A. Zamonaviy psixologiya talqinida qaror qabul qilish jarayonlari. // Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. 2022. B. 294-305

2. Nazarov A.S. Rahbar faoliyatida qaror qabul qilishning diniy va ijtimoiy-psixologik xususiyatlarining tahlili. // Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. 2022. B.204-209

3. Teshaev S.S. Rahbar faoliyatida qaror qabul qilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. // Inter education & Global study. № 4 (2). B.461-467

4. Sharofitdinov A. Boshqaruv jarayonida qaror qabul qilishning psixologik xususiyatlari. Педагогика и психология в современном образовании. № 2. 2022.

5. Ражабова Г.З. Механизмы формирования компетенции принятия решений в социальных ситуациях у студентов. // Research Focus International Scientific Journal. 2025. B.186-189

6. Clark, Timothy R. The 4 Stages of Psychological Safety: Defining the Path to Inclusion and Innovation. — Berrett-Koehler, March 2020. — ISBN 9781523087686.

7. Фестингер Л. Введение в теорию диссонанса. // Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса.[1] — СПб.: Ювента, 1999. — С.15-52.

8. Kinney, William J. (2017). Asch Experiments. In Ritzer, George (ed.). The Blackwell Encyclopedia of Sociology (англ.). John Wiley & Sons, Ltd doi:10.1002/9781405165518.wbeosa068.pub2

9. Janis I. Victims of group-think. — Houghton Mifflin, 1972.

10. Jackson, J. M. & Williams, K. D. (1985). Social loafing on difficult tasks. Journal of Personality and Social Psychology, 49, C.937-942.

KASBIY FAOLIYATNING PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK JIHATLARI

*ChDPU Psixolgiya kafedrası
katta o‘qituvchisi Yuldasheva S.M*

Shaxsning kasbiy kamoloti masalasi uning hayotida muhim o‘rin tutadigan faoliyat yo‘nalishidir. Bu faoliyat yo‘nalishini to‘g‘ri tanlash va belgilash keng ko‘lamdagi shaxsiy muammolarni hal etishga olib keladi. Shunga ko‘ra, quyidagi mulohazaga e‘tibor qaratish ancha muhimdir. “Kasb tanlash – kasb talablaridan kelib chiqib, bir qancha variantlar orasidan shaxsiy xususiyatlari va xislatlari ustuvorligiga ko‘ra munosibrog‘ini tanlashni bildiradi. Kasb tanlash kasbiy yo‘nalganlikka nisbatan

bir muncha murakkabrog' jarayon.

Chunki shaxsda kasbga xos xususiyatlar – muayyan kasbni egallashga tayyorgarlik (bilim, tajriba, dunyoqarash doirasining kengligini) darajasining mavjudligini aniqlash talab etiladi. Kasbiy shakllanish va kasbiy faoliyat muammolarini tadqiq etish dolzarb va keng qamrovli psixologik - pedagogik muammo sifatida baholash uchun barcha asoslar mavjud. Mazkur muammo ijtimoiy - iqtisodiy o'zgarishlar sharoitida shaxs oldiga yanada kattaroq talablar qo'yadi.

XXI asrning boshidagi kasb-korlikka doir axborotlar ko'lamining ortganligi, inson ehtiyojlarining o'sib borayotganligi, yangi sohalarining paydo bo'layotganligi, kasb yo'nalishlarining o'zgarib borishi va shaxsning hayotga munosabatining o'zgarayotganligi sifatlari bilan xarakterlanadi.

Ma'lumki, shaxsning kasbiy shakllanishi to'rt asosiy bosqichdan iborat bo'lib, ularga quyidagilarni kiritish mumkin: a) kasbiy intilishlarning shakllanishi; b) kasbiy ta'lim; v) kasbiy moslashish; g) shaxsning kasbiy faoliyatda qisman va to'liq o'zini-o'zi bag'ishlashi. Mazkur bosqichlarga mos holda kasbiy o'zini o'zi aniqlash jarayoni ham sodir bo'ladi. Kasbiy o'zini o'zi aniqlash jarayoni psixologik adabiyotlarda etarli darajada chuqur yoritilgan bo'lib, ayniqsa, psixologlar kasbiy intilishning shakllanishi va kasb tanlash bosqichlariga alohida e'tibor qaratganlar.

Respublikamizda olib borilayotgan ijtimoiy – iqtisodiy islohotlar aholidan yuksak madaniyatni, o'z kasbining mohir ustasi bo'lishni talab etadi.

Shu nuqtai nazardan kasbiy faoliyatning ikki xil jihati psixologik va pedagogik jihatlari farqlanadi. Kasbiy faoliyatning psixologik jihatlari xodimlarning kelajakda o'z burch va majburiyatlarini samarali bajarishlari uchun ularga zarur bo'lgan psixologik – pedagogik tamoymlar, kategoriyalar va tushunchalarni singdirish hamda kasb madaniyati va etikasi talablariga muvofiq hatti – harakatlarini izohlash, xizmat vazifalarini to'g'ri bajarishga o'rgatish, o'z kasbiga mehr – muhabbat, insonga hurmat bilan qarashni tarbiyalashda namoyon bo'ladi.

Kasbiy faoliyatning pedagogik jihatlari esa xodimlar xulqidagi mavjud axloqiy – siyosiy xususiyatlarda aks etib, axloqiy prinsiplar va me'yorlarning shaxs ongida qanday hosil bo'lishi bilan belgilanadi. Axloqning shakllanishida atrofdagi turli xulq – atvordagi kishilar, shaxsiy tajriba, muayyan tiplar to'g'risidagi ma'lumotlar, ommaviy axborot vositalarida yoritilayotgan faktlar katta ahamiyatga ega.

Ilmiy manbalarning tahlili shundan dalolat beradiki, kasb tanlash, kasbga yo'naltirish, kasbiy o'zlikni anglash va aniqlashga taalluqli umummetodologik va nazariy muammolar borasida qator izlanishlar olib borilgan, bular: L.A.Aza, G.M. Belokrilova, A.E. Golomshtok, V.I. Jukovskaya, Ye.A. Klimov, M.X. Titma, P.A. Shavir, M.G. Davletshin, N.Sh. Shodiev, B.R. Qodirov, E. G'. G'oziev va boshqalar[1-14].

Qator tadqiqotlar kasb tanlash, kasbiy faoliyatga yaroqlilik va shaxsning kasbiy o'zligini anglashi masalalari, kasbiy faoliyatning psixologik talablari va individ

faoliyatining psixofiziologik asoslari, kasbiy qiziqishlarning shakllanishini o'rganishga bag'ishlangan. Bu yo'nalishlarda M.X.Titma, Ye.A.Klimov, V.G.Maksimov, A.P.Chernyavchaya, Ye.A.Golomshtok, K.M. Gurievich, N.D.Levitov va boshqalarning olib borgan tadqiqot ishlarini misol qilib keltirish mumkin[7-10].

orqali shaxsni aynan kasbiy o'z o'zini aniqlash jarayonini bosqichma bosqich ko'rib chiqishimiz zarur bo'ladi. Shunday qilib, kasbiy o'z o'zini aniqlash beshta bosqichni o'z ichiga qamrab oladi:

1. Kasbni ilk tanlash bosqichi. Bu bosqichda bola kasblar olami haqida etarlicha tasavvurga ega bo'ladi, o'z ichki imkoniyatlari haqida kam biladi, uning kasbiy intilishi hali sust darajada bo'ladi. Bu bosqich kichik maktab yoshiga taalluqli bo'lib, unda kasbning mazmuni va ish sharoitlari haqida bolada savollar tug'ilmaydi.

2. Kasbiy jihatdan o'z-o'zini aniqlash bosqichi katta maktab yoshiga to'g'ri keladi (15-17 yoshlar). Bu bosqichda ilk professional intilishlar paydo bo'ladi va rivojlanadi hamda mehnatning turli xil sohalari ichidan o'ziga ma'qulini tanlash jarayoni kuzatiladi.

3. Kasbiy ta'lim bosqichida tanlangan kasbni o'zlashtirish jarayoni sodir bo'ladi.

4. Kasbiy moslashish bosqichi kasbiy faoliyatning individual uslubining paydo bo'lishi hamda kishining ishlab chiqarish va ijtimoiy munosabatlar tizimiga bog'lanishi bilan xarakterlanadi.

5. Mehnatda o'zini ko'rsatish bosqichi (qisman yoki butunlay) kasbiy mehnatga taalluqli bo'lgan talablarning (kutilmalarning) bajarilishi yoki bajarilmasligi bilan bog'liq holda kechadi.

Shunday qilib, kasbiy jihatdan o'z o'zini aniqlash - shaxs kasbiy faoliyatining barcha davrlarini, ya'ni kasbiy intilishning paydo bo'lishidan tortib to mehnat faoliyatidan butunlay ozod bo'lgungacha bo'lgan davrlarni o'zida mujassamlashtirgan jarayondir. Aytish mumkinki, u insonning butun hayot yo'lini qamrab oladi.

Albatta, bu jarayonning eng muhim bosqichlaridan biri kasb tanlash amalga oshiriladigan bosqichdir. To'g'ri tanlangan kasb, bir tomondan, shaxsning ichki imkoniyatlariga mos tushadi va uning insoniy baxti hamda kamolotini belgilaydi, ikkinchi tomondan esa yaxshi kasb egasining samarali mehnati ta'sirida jamiyat rivoji jadallashadi.

Shunday qilib, kasbiy o'zini-o'zi aniqlash o'zida quyidagi psixologik muammolarni mujassamlashtiradi: kasb tanlash, kasbiy yo'nalganlik, psixologik tayyorgarlik masalalaridan xabardorlik.

Xulosa va tavsiya. Umuman olganda kasb tanlash muammosi bilan bog'liq barcha jarayonlar quyidagi holatlarda o'z echimini topishi ko'zda tutiladi:

1. Kasb tanlash, kasbga o'zining mosligini aniqlash, kasbiy shakllanish, kasbiy rivojlanish uzluksiz davom etuvchi muammo bo'lib, davrning o'zgarishiga qarab unga ta'sir ko'rsatuvchi omillarning rolini aniqlash zarurdir.

2. Kasb tanlash, kasbga o'zining mosligini aniqlash, kasbiy shakllanish, kasbiy rivojlanish uzluksiz davom etuvchi muammo bo'lib, davrning o'zgarishiga qarab unga ta'sir ko'rsatuvchi omillarning rolini aniqlash zarurdir.

3. Talabalarning kasb tanlash va kasbiy shakllanishdagi tasavvurlari atrofda qilarning ta'sirida va mustaqil qaror qabul qilish layoqatiga ega emasligi tufayli yuz bermoqda. Natijada kasbiy shakllanish yo'nalishi bilan kasbiy maqsad o'rtasida moslik yo'qolgan.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Avlaev O. U. Gender differences of social intelligence in student development. Scientific journal "Psychology". 2021. № Pages 1, 34-41.

2. Абрамова Г.С. Практическауа психологиуа. Учебник длуа студентов вузов. – Изд., 6-е., перераб. и доп.- М.: Академический Проект, 2001.- 480 с.

3. Аза Л.А. Особенности профессионального самоопределения молодёжи. Философскауа и социологическауа мысл.-1989.-№ 6.-С 3-10.

4. Ананев Б.Г. О проблемах современного человекознаниуа. -М., 1977. - 287 с.

5. Burkhanov A., Avlaev O., Abdusalilova Sh. Responsibility as a criterion for determining personal maturity / E3S Web of Conferences 2021.

6. Давлетшин М.Г. , Захарина М.С. Профессионалнауа ориентатсиуа ушащихсуа. –Ташкент: Укитувчи, 1986.-82 с.

7. Зеер Э.Ф. Психологиуа профессий. Екатеринбург, 1999.-184 с.

8. Климов Е.А. Психологиуа профессионал'ного самоопределения. Ростов. Н.Д., 1996.-382 с.

9. Шавир Н.Ш. Психологиуа профессионального самоопределения в ранней уиности.-М., 1980-96 с.

10. Ғозив Э.Ғ., Жабборов А.М. Фаолият ва хулқ-атвор мотивацияси.- Тошкент, Университет, 2003.-167 б.

МАКТАБГАЧА YOSH DAVRDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Yuldasheva S.M

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti
“Psixologiya” kafedrasi katta o'qituvchisi*

Pisixologiya fanining bir qator tarmoqlari ,sohalari mavjud.Ular orasida esa maktabgacha yoshdagi bolalar pisixologiyasi alohida ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda yosh psixologiyasiga quyidagilarni kiritamiz.

Bolalar pisixologiyasi

Kichik yoshdagi bolalar psixologiyasi

O'smirlik davri psixologiyasi

O'spirinlik davri psixologiyasi

Katta yoshdagi bolalar psixologiyasi

Qarilik psixologiyasi

Yosh psixologiyasining asoslarini bilmay turib, talim tarbiyaning xech qanday nazariy hamda amaliy masalalarni muaffaqiyatli xal qilib bo'lmaydi. Bolalar psixik taraqqiyotiga keladigan bolsak aslini olganda 2 yashar bolaning so'z boyligi taxminan 250tadan 400 tagacha , 3yashar bolaning so'z boyligi esa 1000 tadan 1200 tagacha ,7 yashar bolaning so'z zaxirasi esa 4000 tagacha yetadi.

Demak bog'cha Yoshi davrida bolaning nutqi ham sifat jihatdan ancha takomillashadi. Bog'cha yoshdagi bolalar nutqining o'sishi oilaning madaniy salohiyatiga ham bog'liq. Ontogenezda 3dan 7 yoshgacha bo'lgan davr bog'cha

Yoshi davri yoki maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasida juda tez sifat o'zgarishlari bo'lishini inobatga olgan holda 3 davrga (3-4yosh) kichik maktabgacha davr (kichik bog'cha davr 4-5yosh) o'rta maktabgacha davr (6-7yosh) katta maktabgacha davrga ajratish mumkin. Bola rivojlanish jarayonida kishilik avlodi tomonidan yaratilgan predmet va hodisalar olami bilan munosabatga kirishadi. Bola insoniyat qo'lga kiritgan barcha yutuqlarni faol ravishda o'zlashtirib, egallab boradi.

Bunda predmetlar olamini ular yordamida amalga oshiriladigan xatti-harakatlarni, tilni, odamlar orasidagi munosabatlarni egallab olishi, faoliyat motivlarining rivojlanishi, qobiliyatlarning o'sib borishi, katta yoshli kishilarning yordamida amalga oshirilib borilmog'i kerak. Asosan, shu davrdan boshlab bolaning mustaqil faoliyati kuchaya boshlaydi.

Bog'cha yoshdagi bolalarga beriladigan tarbiya, ularning murakkab harakatlarini o'zlashtirish, elementar gigiena, madaniy va mehnat malakalarini shakllantirish, nutqini rivojlantirish hamda ijtimoiy ahloq va estetik didining dastlabki kurtaklarini hosil qilishga qaratilishi lozim. Mashxur rus pedagogi Lesgaftning fikricha, insonning bog'cha yoshidagi davr shunday bir bosqichki bu davrda bolalarda xarakter xislatlarning asoslari yuzaga keladi. Bog'cha yoshidagi bolalar nutqini bir muncha to'la o'zlashtirganlari va haddan tashqari harakatchanligi tufayli ularda o'zlariga yaqin bolgan katta odamlar va tengdoshlari bilan munosabatda bo'lish ehtiyoji tug'iladi. Ular endi bog'chadagi o'rtoqlari va qo'ni-qo'shnilarining bolalari bilan ham jamoa bo'lib o'ynashga harakat qiladilar.

Hamma narsani bilib olishga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi. Bog'cha yoshidagi bola tabiatiga xos bo'lgan kuchli ehtiyojlardan yana biri uning har narsani yangilik sifatida ko'rib, uni har tomonlama bilib olishga intilishdir.

Bolaning kamol topishida qiziqishning ahamiyati shundaki, bola qiziqqan narsasini mumkin qadar chuqurroq bilishga intiladi va uzoq vaqt davomida qiziqqan narsasi bilan shug'ullanishdan zerikmaydi. Bu esa o'z navbatida bolaning diqqati hamda

irodasi kabi muhim xislatlarni o'stirishga va mustahkamlashiga yordam beradi. 3-7yoshli bolalarning psixik rivojlanishida badiiy-ijodiy faoliyat turi bo'lgan musiqaning ahamiyati ham juda kattadir. Musiqa orqali bolalar ashula aytishga musiqa ohangiga mos ritmik harakatlar qilishga o'rganadilar.

Maktabgacha yoshdagi bolalar o'yining psixalogik xususiyatlari.

Malumki bolaning yosh ulg'ayib mustaqil harakat qilish imkomiyati oshgan sari, uning atrofidagi narsa va hodisalar bo'yicha dunyoqarashi kengayib boradi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning yetakchi faoliyati o'yindir.

Bu yoshdagi bolalarning o'yinlarini 3 ga bo'lish mumkin.

Predmetli o'yinlar (15-20 min)

Syujetli-rolli o'yinlar (30-60min)

Qoidali o'yinlar (1 soatdan 2 kungacha)davom etishi mumkin.

Bu yoshdagi bolalar o'z vaqtining ko'p qismini o'yin bilan o'tkazadi. Ayniqsa 3 yoshdan 6-7 yoshgacha o'yinlar ahamiyatli taraqqiyot yo'lini bosib o'tadi; predmetli-boshqaruv va ramziy o'yinlardan tortib to qoidali syujetli-rolli o'yinlargacha. Bu yosh davrida barcha o'yin turlarini ko'rish mumkin.

Masalan „poezd“ o'yinini olaylik, bunda mashinist parovozga ko'mir yoquvchi, provodniklar, kassir, stansiya xodimlari va yo'lovchilar bo'ladi. Bolalarning mana shu kabi jamoa o'yinlari artistlarning faoliyatiga o'xshaydi. Chunki jamoa o'yinidagi har bir bola o'z rolini yaxshi ado etishga intilishi bilan birga, o'yinning umumiy mazmunidan ham chetga chiqib ketmaslikka tirishadi.

Bu esa har bir boladan o'zining butun qobiliyatini ishga solishni talab etadi. Eng asosiysi bu o'yinlarda kattalarning predmetli dunyoga nisbatan xulq-atvori takrorlanmaydi, odamlar orasidagi munosabatlarga xususan rollariga (imitatsiya) taqlid qilinadi.

Bolalar tarafidan o'yinda qayta ijro etiladigan rollar-oilaviy (ota ona buvi buva o'gil qiz va h.k) yoki tarbiyaviy (enaga bog'cha opa tarbiyachi) yoki ertak qahramonlari (bori tulki quyon echki) kasbiy (shifokor futbolchi uchuvchi) Rollarni ijro etuvchilar kattalar yoki bolalar yoki ularning o'rnini bosuvchi o'yinchoqlar, qog'irchoqlar bolishi mumkin Ushbu yosh davri taraqqiyot uchun zarur bolga 2 ta faoliyat turning boshlanishi bilan bog'langan.yani mehnat va o'qish

N.A. Menchinskaya B.C Muhinalarning oqilona mulohazalariga qaraganda bolalardagi inijliklarning bosh omili atrofdagi odamlarning ular shahsiga adolatsiz notog'ri mensimay munosabatda bo'lishidan iboratdir. Bizningcha o'zini tan oldirishga intilish ham bunga sabab. Yani bola esini tanib boshlashi bilan o'z hukmini o'tkazishga harakat qiladilar. O'zi xohlagan o'yinchoqni yasashi yoki buzishi mumkin. Boringki bola biror narsaga qiziqish bildirdi (masalan o'yinchoq va bola o'yinchoqni buzmoqchi)Siz esa uning qo'lidagi buzmoqchi bolgan o'yinchoqni olib qoysangiz, u xarhasha qilishni boshlaydi. Bu ham bolaning oz hukmini o'tqazishga bir misol. Bazi bolalar buzg'unchilik orqali o'z iqtidorini namoyon qiladi. Bola qiziquvchan bo'lganligidan shu

o'yinchoqni buzib tuzatishga va uni qayta yashashga qiziqadi.

Bunday bolalardan kelajakda kashfiyotchi chiqsa ham ajab emas. Bolalarning psixologiyasini o'rganish uchun oddiygina bog'chada tashkil etiladigan turli o'yinlarni olsak o'zini erkin tutadigan bolalar o'zlariga ijobiy va kuchli rollarni tanlab olishga harakat qilishadi. Uyatchang bolalar esa tarbiyachi opalari qaysi rolni bersa shu rolni ijro etib ketaveradilar.

Bolaning o'zini erkin tutishi oiladagi muhitga ham bog'liq, ota-ona bolaga qanchalik erkin muloqot qilishni o'rgatsa, bola shu narsaga ko'nikadi va omma oldida buni namoyon qiladi. Kamgap bolalarning bazilari esa oilada ota-ona tomonidan unchalik e'tibor ko'rmagan, shuning natijasida esa bu xolat yuzaga kelgan bolishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. SH.A.Do'stmuhammedova E.T.Nishanova S.X.Jalilova SH.T.Karimova SH.T.Alimbayeva Yosh davrlari va pedagogic psixologiya
2. Ergash G'oziyev Ontogenez psixologiyasi
3. <http://fayllar.org> Maktabgacha yosh davrida psixik rivojlanish xususiyatlari

OILAVIY PSIXOLOGIK KONSULTATSIYA VA UNING USULLARI

*Yunusova Go'zal Sultonovna,
FarDU psixologiya kafedrası dotsenti*

Bugungi globallashuv, axborot oqimining kuchayishi va turmush tarzining jadallashuvi sharoitida oilaning psixologik muammolari ham tobora murakkablashib bormoqda. Oila – shaxsning ijtimoiylashuvi, ma'naviy qadriyatlar va madaniy me'yorlarning shakllanishida asosiy muhit hisoblanadi. Shu bois oilada yuzaga keladigan nizolar, tushunmovchiliklar, tarbiyaviy xatoliklar va kommunikativ muammolar nafaqat oila a'zolari, balki butun jamiyatning barqarorligiga ham ta'sir ko'rsatadi.

Oila – jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo'lib, insonning shaxsiy rivojlanishi, ma'naviy va psixologik barqarorligi uchun poydevor hisoblanadi. Zamonaviy davrda oilalarda yuzaga kelayotgan ijtimoiy-iqtisodiy qiyinchiliklar, kommunikativ muammolar, tarbiya jarayonidagi nizolar psixologik yordamga bo'lgan ehtiyojni sezilarli darajada kuchaytirmoqda. Shu nuqtayi nazardan, oilaviy psixologik konsultatsiya nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb masalalardan biridir.

Oilaviy konsultatsiya individual, juftlik yoki guruh shaklida o'tkazilishi mumkin. Psixologning asosiy vazifasi – oila a'zolariga o'z muammolarini turli nuqtayi nazardan ko'rib chiqishga yordam berish, kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish, nizolarni konstruktiv hal etish va ijobiy psixologik muhitni shakllantirishdir.

Oilaviy maslahatning maqsadi va turlari:

Oilaviy konsultatsiyaning maqsadlari:

- aloqa ko'nikmalarini shakllantirish;
- oilaviy nizolarni hal qilish;
- inqiroz davrida psixologik qo'llab-quvvatlash;
- stress va depressiyani yengishga ko'maklashish;
- qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish.

Maslahat turlari esa oilaviy terapiya, juftlik (nikoh) terapiyasi, shaxsiy maslahat va guruh maslahati ko'rinishida amalga oshiriladi.

Oilaviy konsultatsiyaning bosqichlari

1. Baholash va diagnostika – oila haqida ma'lumot yig'ish, muammoni aniqlash.
2. Maqsadlarni belgilash – oila bilan birgalikda rejani ishlab chiqish.
3. Konsultatsiya jarayoni – psixologik usullar asosida bevosita ishlash.
4. Taraqqiyotni baholash va tuzatish – erishilgan natijalarni tahlil qilish.
5. Maslahatni yakunlash – mustaqil faoliyat uchun tavsiyalar berish.

Oilaviy psixologik maslahatning usullari

- Tizimli terapiya – oilani yagona tizim sifatida ko'rib chiqish.
- Genogramma – oilaning tarixini tahlil qilish orqali muammolar ildizini aniqlash.
- Psixodrama – muammoli vaziyatlarni sahnalashtirish orqali qayta tajriba qilish.
- Tranzaksion tahlil – oila a'zolarining rollarini tahlil qilish.
- Dumaloq intervyu – barcha a'zolar fikrini teng darajada olish.

Bundan tashqari, “oilaviy haykaltaroshlik”, “oilaviy xoreografiya”, “sotsiogramma” kabi ijodiy psixotexnikalar ham qo'llaniladi.

Keling, oilaviy masalalar bo'yicha psixologik maslahatning muvaffaqiyati uchun ba'zi maxsus shartlarni ko'rib chiqaylik. Bu yerda maslahat berishni boshlagan psixolog, eng avvalo, ushbu qonuniyatlarni hisobga olgan holda mijozlarga asosli va asosli amaliy tavsiyalar berish uchun oilaning shakllanishi va oilaviy munosabatlarning rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini bilishi kerak.

Ushbu turdagi eng muhim qonunlar quyidagilardir:

Oila endigina tashkil etilayotgan bir paytda (bu birinchi navbatda yosh oilalarga taalluqlidir), bo'lajak turmush o'rtoqlar, qoida tariqasida, bir-biriga nisbatan xolis va xolis munosabatda bo'la olmaydilar.

Ular ma'lum darajada subyektivdir va, qoida tariqasida, bir-birini idealizatsiya qiladi, bir-biriga noto'g'ri munosabatda bo'ladi, qadr-qimmatini oshirib yuboradi, kamchiliklarni kamaytiradi yoki umuman sezmaydi. Shu va boshqa bir qator holatlar tufayli yosh oilada birmuncha vaqt o'tgach, yosh turmush o'rtoqlarning bir-biriga nisbatan o'zaro sovuqlashishi sodir bo'ladi.

Bu, xususan, vaqt o'tishi bilan yorqin hissiy kechinmalar zerikarli bo'lib, odamlarning bir-biriga ko'nikish davri boshlanishi bilan bog'liq.

Bundan tashqari, ular nafaqat birgalikda yashashning ijobiy hayotiy tajribasiga ega bo'lishlari sababli, yosh turmush o'rtoqlar nafaqat ijobiy tomondan, balki bir-

birlarini yaxshiroq bilishadi. Gap shundaki, ularda mavjud bo'lgan ijobiy tomonlarning aksariyati, qoida tariqasida, turmush qurishdan oldin ularga ma'lum bo'lgan va ulardagi salbiy tomonlarning ko'pini ular o'zlari anglamaganlar yoki ko'rsatmaganlar. bir-biridan yashiringan do'st.

Ko'pincha, turmush o'rtoqlarning munosabatlarida vaqtinchalik o'zaro sovitish davri birinchi farzandi tug'ilgandan keyin boshlanadi, odatda nikohning ikkinchi yoki uchinchi yilida. Bu, xususan, birinchi farzand tug'ilgandan so'ng, onaning turmush o'rtog'idan ko'ra unga ko'proq e'tibor va vaqt ajrata boshlaganligi va ikkinchisiga nisbatan talablari bir vaqtning o'zida kuchayishi bilan bog'liq.

Biroq, keyinchalik, taxminan 3-4 yoshga kelib, yuqorida ko'rsatilgan sabablarga ko'ra yomonlashgan oiladagi vaziyat, qoida tariqasida, normal holatga qaytadi.

Shu sababli, ushbu qonunlar bevosita bog'liq bo'lgan yosh oilalarga psixologik maslahatlar o'tkazishda, turmush o'rtoqlarga ular bilan sodir bo'layotgan voqealar, garchi yoqimsiz bo'lsa ham, tabiiy hodisa ekanligini tushuntirish kerak. falokat. Aksincha, sabr-toqatli bo'lish va o'zaro yon berish, murosaga kelish kerak va tez orada oilada hamma narsa joyiga tushadi. joylar.

Qanchalik psixologik jihatdan o'xshash odamlar turmush o'rtog'i bo'lishidan qat'i nazar, ularning birgalikdagi hayoti uchun muhim bo'lgan narsada ular baribir bir-biridan farq qiladi va bu ertami-kechmi ular o'rtasida kelishmovchiliklarga olib keladi. Oila a'zolari o'rtasida bir xil masalalar bo'yicha turli nuqtayi nazarlarning mavjudligi undan og'ishdan ko'ra ko'proq norma hisoblanadi.

Er-xotinlar o'rtasidagi qarama-qarshiliklar ertami-kechmi har qanday oilada paydo bo'ladi va shu nuqtayi nazardan, farovon oilalar nosog'lom oilalardan farq qiladi, chunki birinchisida - farovon - turmush o'rtoqlar bu qarama-qarshiliklarni oddiy hodisa sifatida qabul qilishni tezda o'rganadilar, o'zaro yon berishadi, ikkinchisida - dissfunksional nizolarga boring va qanday qilib murosaga kelishni bilmayman.

Oilaning har bir a'zosi alohida shaxs sifatida oilaga mansub bo'lib, ayni paytda o'z manfaatlariga ega, oila bilan har doim ham to'liq bog'liq bo'lmagan, butunlay mustaqil, mustaqil shaxsdir. Oila a'zosi sifatida u uning oldida muayyan majburiyatlarni olishi kerak, lekin mustaqil shaxs sifatida u oilada nisbatan harakat erkinligiga ega bo'lishi mumkin va bo'lishi kerak.

Zamonaviy Evropa oilasining farovonligi uchun odatiy holat - bu, bir tomondan, har bir oila a'zosining unga nisbatan huquq va majburiyatlari, go'yo muvozanatli bo'lsa, boshqa tomondan, bu oilaning barcha a'zolari. oila, istisnosiz, bir xil huquqlarga ega va undagi majburiyatlar tengdir.

Oila a'zolaridan birining va boshqa a'zolarining ixtiyoriy roziligi bilan ular o'rtasida oilaviy majburiyatlarning notekis taqsimlanishiga yo'l qo'yiladi, lekin oila a'zolaridan birortasining huquqlarini uning boshqa a'zolari foydasiga adolatsiz taqsimlash yoki cheklash har qanday holatlarga olib keladi:

Oilaviy psixologik konsultatsiya oilaviy munosabatlarni mustahkamlash,

nizolarni hal qilish, shaxsiy farovonlikni ta'minlash va jamiyatda barqaror oilaviy muhit yaratishda muhim ahamiyatga ega. Konsultatsiya samaradorligi psixologning kasbiy tayyorgarligi, oilarning hamkorlikka tayyorligi hamda qo'llaniladigan metodlarning to'g'ri tanlanishiga bog'liqdir. Shu sababli oilaviy psixologlarning malakasini oshirish, zamonaviy psixoterapiya yondashuvlaridan samarali foydalanish va konsultatsiya usullarini takomillashtirish bugungi kunning dolzarb vazifasidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ғозиев Э. Г. Психология. – Т.: Университет, 2010.
2. Karimov A. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Noshir, 2018.
3. Satir V. Conjoint Family Therapy. – Palo Alto: Science and Behavior Books, 1964.
4. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice. – New York: Jason Aronson, 1978.
5. Minuchin S. Families and Family Therapy. – Harvard University Press, 1974.
6. Yusupova M., Abdullaeva G. Oilada psixologik madaniyatni shakllantirish. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.

PSIXOLOGIK XIZMATNI TASHKIL ETISHDA PSIXOGIMNASTIKA USULINI QO'LLASH

*Zakirova Muxabbat Sabirovna,
Farg'ona davlat universiteti psixologiya kafedrasi dotsenti*

Kirish. Bugungi kunda turli jabhalarda psixolog xizmatiga bo'lgan talab ortib bormoqda. Buni hisobga olgan holda psixolog kadrlarni tayyorlash, uni sifatini oshirish va amaliy faoliyatga tayyorlash masalasiga alohida e'tibor berilmoqda.

Psixogimnastika mashqlarini psixologining amaliy faoliyatida psixik rivojlantirish va psixokorreksiya, psixologik maslahatlar tashkillash, psixologik ma'orif va ma'rifat, psixoprofilaktika ishlarini olib borish jarayonida qo'llash ijobiy samara beradi. Ushbu nuqtai nazardan hozirgi kunda psixologning amaliy faoliyatga tayyorlash va tashkillashda psixogimnastika usulini nazariy, amaliy jihatdan o'rganib chiqish zarurati tug'iladi.

Tadqiqotimizni olib borishda o'z oldimizga psixologik xizmatni tashkil etishda psixogimnastika usulini qo'llashning nazariy va amaliy jihatdan o'rganishni maqsad qilib qo'ydik

Tadqiqotimizni olib borishda chet el olimlari M. Depfner, A. Vilda-Kizel, K. Izard, rus olimlari M.I. Chistyakovalarning psixogimnastika va uni psixologik xizmat jarayonida qo'llash bo'yicha nazariy va amaliy ishlari, o'zbek olim V.Karimovanning

ijtimoiy psixologik treninglar borasidagi nazariy asoslarini psixogimnastikaga tadbiq etilishi tadqiqotimizning metodologik asosi bo'lib xizmat qiladi.

Psixologik xizmatni tashkil etishda psixogimnastika usulini qo'llash samarali usullardan biri bo'lishi va uni psixodiagnostika, psixokorreksiya, psixik rivojlantirish, psixoterapiyada qo'llash orqali ijobiy samaralarga erishish mumkin.

Tadqiqotimizni Qo'shtepa tuman 32- sonli MTTning o'rta, katta guruhdagi 35 nafar bolalar va ularning ota-onalari, Farg'ona shahar XTB ga qarashli 15-sonli maktabgacha ta'lim muassasasida tarbiyalanayotgan katta guruhning 15 nafar bolalari, psixologik xizmat uchun murojat etgan mijozlar.

Tadqiqotimiz metodlari. Eksperiment, kuzatish, anketa, matematik, statistik va mantiqiy tahlil metodi. Psixogimnastika usullari.

-psixologik xizmat uchun murojat etgan mijozlar bilan olib borilgan jarayonni kuzatish;

- bolalarni emotsional holatlarni farqlash va boshqalar kechinmalarini his qila olish darajasini aniqlash uchun "Piktogramma" metodikasidan foydalanish;

- ota-onalar bilan bolada emotsionalikini namoyon bo'lishini o'rganish uchun I. B. Dermanovning "Bolada emotsionalikini namoyon bo'lishini baholash" metodikasidan foydalanildi;

- bolalardagi asossiz qo'rquv holatini aniqlash uchun ota-onalari bilan anketa so'rovnomalari o'tkazib, bu bolalar bilan suhbat o'tkazildi;

- bolalarga 5ta emotsional holat ifodalash va har bir holatni ifodalash bilan bog'liq tuzilgan hikoyalar bo'yicha "Piktogramma" metodikasidan foydalandik;

- bolaning turli emotsional holatini muvofiqlashtirish uchun psixogimnastika mashqlaridan foydalandik.

Biz psixologik xizmatni tashkil etishda psixogimnastika usulini qo'llash masalasini o'rnanisni maqsad etib qo'ygan ekanmiz, bunda psixogimnastika usulining mohiyati va uning o'ziga xos xususiyatlarini yoritishga e'tiborni qaratdik.

Psixogimnastika—shunday metodki unda qatnashuvchilar o'zini namoyon qiladi va buni so'zsiz namoyon etadi.

"Psixogimnastika" terminini ham tor ham, keng manoda talqin etish mumkin. Tor ma'noda psixogimnastikaning mohiyatini guruhviy muloqot vositasi bo'lgan ta'sirchan harakatlar asosida o'yin, etyudlardan foydalanishga yo'naltirgan. Psixogimnastikalar guruhviy psixokorreksion muammolarni yechimini topishga qaratilgan. Masalan; kontakni o'rnatish, taranglikni bartaraf etish, qaytuvchi aloqaga ishlob berish va h.k.

Psixogimnastikaning keng ma'nodagi mohiyati kishining ham bilish, ham emotsional sohasini o'z ichiga olgan, turli psixik jabhalarni rivojlantirish va korreksiya qilishga yo'naltirilgan mahsus mashg'ulotlarning kirsidir.

Psixogimnastika bu guruhviy noverbal metod bo'lib, kechinmalar, emotsional holatni harakatlar, mimika, orqali ifodalashdan iborat. Bunda mijoz o'zini namoyon qiladi. Bu metod mijozning anglashi va shaxs xususiyatlarini o'zgartirish maqsadida

qayta quruvchi psixokorreksiya qilish.(Чистякова М.И. 1995.)

Psixogimnastika mustaqil topshiriqlar va shaxsiy metodik usullar bilan xarakterlanadigan uch qismni o'z ichiga oladi.

1.Tayyorlov bosqichi.

2.Asosiy qism.

3.Yakunlovchi qism.

Psixogimnastika mashg'ulotlarini maqsadi:

- guruh qatnashchilarining tarangligini kamaytirish;
- qo'rquv va taqiqlarni bartaraf etish;
- diqqatni rivojlantirish;
- o'z hatti harakatlari va boshqalar faolligiga nisbatan sezgirlikni oshirish;
- guruh ishtirokchilari o'rtasida emotsional masofani qisqartirish;
- o'z hissiyotlari , emotsional holati va muammolarini so'zsiz ifodalash, boshqa kishilarning noverbal xulqini tushuna olish qobiliyatlarini shakllantirish.

Psixogimnastika mashg'ulotlarining tayyorlov bosqichini diqqat e'tiborni yo'naltirish va rivojlantirish mashqlari bilan boshlash maqsadga muvofiqdir.

Bunday mashqlarga xos bo'lgan xususiyatlar quyidagicha:

- barcha guruh qatnashchilari baravar odatiy gimnastika mashqini takrorlaydilar va mashq tempi sekin-asta tezlashib boradi;

- ritmni aylana bo'ylab berib borishi. Guruhning bir qatnashchisi tasavvur asosida harakatni boshlaydiki, bu harakatni davom ettirish mumkin bo'lishi kerak. Ikkinchi ishtirokchi harakatni shunday uzatadi. Shu tariqa birinchi tasavvur aylana bo'ylab berib boriladi;

-oyna. ishtirokchilar juftliklarga yoki guruhchalarga bo'linib birgalikda ishlaydilar.

Mashg'ulotlarning yana bir turi emotsionallikni bartaraf etishga yo'naltirgan bo'lishi mumkin. Bunday mashg'ulotlarda turli ko'rinishdagi harakatli o'yinlardan foydalanish mumkin.

Bu mashg'ulotlar ma'lum bir sxema asosida va bir necha zveno yoki fazalardan tuziladi.

1. Mimika va psixomimikali etyudlar. Buning maqsadi kechinmalarning jismoniy va psixik ko'nikkanligi bilan bog'liq alohida emotsional holatlarni ifodalash tasvirlay olishdan iborat. Bolalar ifodali harakatlar; mimika imo-ishora, holat, yurishning elementlari bilan tanishadilar.

2. Etyud va o'yinlar. Bu shaxsning alohida sifatlari va emotsiyalarni ifodalashga yo'naltirilgan.

3. Bir bola yoki butun bir guruh a'zolariga terapevtik yo'naltirilgan etyud va o'yinlar. Buning maqsadi bola karakteridagi alohida sifatlarni, kayfiyatini korreksiya qilish standartni vaziyatlarni modellashtirishdan iborat.

4. Psixomuskullarni mashq qildirish fazasi. Buning maqsadi emotsional

zo'riqishni bartaraf etish, istalgan kayfiyat va xulqni his qilishdan iborat (Н.Ю.Хрящевой, 1998).

Psixogimnastika mashg'ulotlaridagi muhim vaziyatlarga diqqatni qaratsak.

1. Mashqlarning tanlanishi.
2. Yo'riqnoma.
3. To'xtatish va muhokama.

Biz psixologik xizmatni tashkil etishda psixogimnastiani qo'llash bilan bog'liq tadqiqot ishlarni o'rganishni o'z oldimizga qo'yat ekanmiz, bunda maktabgacha yosh davrda emotsional holatlarini rivojlantirish va korreksiya qilishda psixogimnastika mashg'ulotlarini tashkil etilishni o'rganishga va namunaviy mashg'ulotlarini tahlil etishga diqqatimizni qaratdik.

Avvalo biz maktabgacha yosh davrdagi bolalar emotsional sohasini korreksiya qilishda o'tkazilgan psixogimnastika mashg'ulotlarini va ularni o'tkazish texnologiyalarini tahlil etmoqchimiz. Turli emotsional holatlarni bolalar tomonidan imitatsiya qilinishi psixogimnastik xakterga ega.

Birinchidan, hissiyotda faol mimik va pantamimikaning namoyon bo'lishi ba'zi emotsiyadagi patologiyani bartaraf etadi.

Ikkinchidan, yuz va tana muskullarining ishlashi, emotsiyalarning faol quvvatlanishni ta'minlaydi.

Uchinchidan, bolada xarakatning ixtiyoriy ravishda ifodalanishi bilan ma'lum bir emotsiyaga tegishli holatni jonlanishi yuzaga keldi.

Buni asab zo'riqishiga olib kelgan, avvalgi boshqara olinmagan kechinmalar haqida yorqin hotiralarni paydo qiladi.

Tadqiqotimizning birinchi bosqichida 35 nafar bolalarning ota-onalari bilan so'rovnoma o'tkazdik. Bunda I. B. Dermanovning "Bolada emotsionalikini namoyon bo'lishini baholash" metodikasidan foydalandik.

Bolalarning emotsionalikni namoyon bo'lishini baholash shkalasi bo'yicha olgan umumiy ballari qo'yidagi ko'rsatkichni ko'rsatdi.

Natijalarni tahlil etar ekanmiz emotsionallikning namoyon bo'lishiga ko'ra eng yuqori ko'rsatkichni ko'rsatgan bolalarni ajratib oldik. Savolnomadagi javoblarni ko'rib chiqishda holatning qachon, qanday xolatda, nima uchun yuzaga kelishiga e'tiborni qaratdik.

Bunda emotsional salbiy holatlarning asosli ravishda yuzaga kelishi yoki asossiz ravishda bolaning kundalik holatiga aylanib qolayotganligini e'tiborga oldik. Shu asosda ko'rsatkichi yuqori bo'lgan bolalarni ajratib oldik.

35 nafar boladan emotsional tarang bo'lgan 9 nafar bolalar olinib ular bilan psixogimnastika mashg'ulotlarini o'tkazish rejalashtirildi.

Emotsional taranglikni bartaraf etish maqsadida psixokorreksiyaga yo'naltirilgan psixogimnastika mashg'ulotlarini uch bosqichda o'tkazish rejalashtirildi.

Mashg'ulotlarimizning birinchi bosqichi bir haftaga mo'ljallangan bo'lib, bunda

bolaning mushaklar ustida ishlab, asab tizimini muvofiqlashtirishga erishish nazarda tutilgan.

Mashg'ulotlarimizning ikkinchi bosqichida emotsional holatni barqarorlashtiruvchi va muvofiqlashtiruvchi, taranglikni bartaraf etuvchi mashqlar o'tkazish.

Mashg'ulotlarimizning uchinchi bosqichida mustahkamlovchi, umumiy rivojlantiruvchi mashqlar o'tkazish.

Psixogimnastika mashg'ulotlarimizning ikkinchi va uchinchi bosqichlarni muddatini bolalar holatidagi o'zgarishlar bilan bog'lab belgilashni rejalashtirdik.

Mashg'ulotlarimizning uchinchi bosqichida mustahkamlovchi, umumiy rivojlantiruvchi mashg'ulot tashkil etildi. Mashg'ulot oldindan tayyorlangan ssenariy asosida olib borildi. Ushbu psixogimnastika mashg'ulotlaridan so'ng bolalarning emotsionallikning namoyon bo'lishini qaytadan tekshirildi va natijalar tahlil etildi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, ma'lum vaqt oralig'ida o'tkazilgan psixogimnastika mashg'ulotlaridan so'ng bolalarning emotsional holatlarida taranglik darajasi sezilarli ravishda pasaygani va emotsional holatlarning ma'lum darajada muvofiqlashuviga erishildi. Shunday ekan psixologlar o'z faoliyatlarida psixokorreksiya maqsadida psixogimnastika mashqlaridan foydalanib borishlari samarali usullardan biri ekan. Bir oy muddatda reja asosida tashkillangan psixogimnastika mashg'ulotlarida bolalarning natijalari sezilarli darajada o'zgarishlar yuzaga keldi. Bu bolalar bilan yana psixogimnastika mashg'ulotlarini davom ettirish maqsadga muvofiqdir.

Uchinchi bosqichda ushbu bolalarning ota-onalari bilan anketa so'rovnomalari o'tkazilib asossiz qo'rquv holatini aniqlab, bu bolalar bilan suhbat o'tkazishni rejalashtirdik. O'tkazilgan anketa so'rovnomasi natijalarini tahlil etgan holda asossiz qo'rqadigan bolalarni ajratib olib ular bilan suhbat o'tkazib, nimadan, qanday darajada qo'rqishini yana bir bor aniqladik.

Ota-onalar bilan o'tkazilgan anketa so'rovmasi va bolalar bilan suhbat natijasida ko'proq bolalar qorong'ilikdan asossiz ravishda qo'rqishlari, qorong'u joyga umuman kirmasliklari, hatto qorong'u uyda uxlamasliklari, qorong'idaku umuman yolg'iz qolmasliklarini ta'kidlashgan.

Shu asosda qorong'ulikdan asossiz qo'rqadigan bolalarni ajratib oldik. Ota-onalar bilan o'tkazilgan suhbatda ayrim bolalarda qo'rquv holatini bartaraf etishda bu usul samara berayotganligini nazorat qilib bordik.

Ikkinchi bosqichda bolalar bilan qorong'ulik aks etuvchi etyud o'ynaldi.

"Piktogramma" metodikasi bo'yicha topshiriq berilganda bolalar g'azab, qo'rquv, quvonch, hayratlanish, qayg'urish holatlarini ayrim bola nomlarni aytishda qiynaldilar, uni qisman tushuntirib berdilar. Bolaga bu holatni yuz ifodasida ifodalashda biroz ko'rsatmalar berishga to'g'ri keldi. Bunda bolalar bilan bunday piktogramma birinchi bor o'tkazilayotgani va kishilarning emotsional holatlari shartli shakllarda ifodalanganligiga e'tibor berdik.

Ikkinchi qismining birinchi bosqichida 15 nafar katta guruh bolalarining emotsional holatlarni anglab etish darajalarini aniqlashda “Piktogramma” metodikasining birinchi topshirig‘ida bolalarga 5ta emotsional holat ifodalash bo‘yicha jami 33 ball yiqqan bo‘lsalar, ikkinchi topshiriqda ushbu holatni ifodalash bilan bog‘liq hikoyalar tuzish bo‘yicha jami 16 ball yiqqan bo‘lib, jami 49 ball ko‘rsatkichni ko‘rsatganlar.

Shu o‘rinda bolalarga 5ta emotsional holat ifodalash va har bir holatni ifodalash bilan bog‘liq tuzilgan hikoyalar bo‘yicha berilgan topshiriqlar bo‘yicha avvalgi va psixogimnastika mashg‘ulotlaridan keyingi natijalarni taqqoslasak.

Guruhda tashkil qilingan psixogimnastika mashg‘ultolaridan so‘ng emotsional holatlarni anglab etish darajalarini aniqlashda “Piktogramma” metodikasining qayta o‘tkazilgandan so‘ng emotsional holatlarni anglab etish darajalarida sezilarli o‘zgarish yuzaga kelgan. Bunda birinchi topshiriq 5ta emotsional holat ifodalash bo‘yicha jami 52 ball yiqqan bo‘lsalar, ikkinchi topshiriqda ushbu holatni ifodalash bilan bog‘liq hikoyalar tuzish bo‘yicha jami 23 ball yiqqan bo‘lib, jami 75 ball ko‘rsatkichni ko‘rsatganlar. Psixogimnastika mashg‘ultolaridan avvalgi va keyingi farq 26 ballni tashkil etgan.

Metodikani qayta o‘tkazilganda bolalar emotsional holatlarni tezroq topa olishgan, o‘zlarida bu holatni yuz ifodasini aniqroq ifodalab berganlar. Ikkinchi topshiriq bo‘yicha sifat o‘zgarishi kuzatildi. Hikoyalar mazmundorligi, emotsional holatlarga urg‘u berilganligi bilan birinchi bosqichdagi hikoyalardan farq qildi. Yana shunisi muhimki trener tomondan ko‘rsatmalar soni kamaydi.

Bundan shunday xulosaga kelish mumkinki, psixogimnastika mashg‘ulotlaridan psixologik xizmatda psixik rivojlantirishda foydalanish ijobiy samaralar berishi mumkin. Bolalar psixogimnastika mashg‘ulotlarida emotsional kechinmalarni o‘z boshlaridan kechirishlari tufayli bu holatlarni yaxshiroq anglay olishar ekan, hamda bu holatlarni boshidan kechirayotgan kishilar holatini yaxshiroq tushunib borishar ekan. Bu bolalar bilan bunlay mashg‘ulotlarni davomiy tashkillash tavsiya etildi. Bundan quyidagi xulosalarga keldik:

1. Psixologlar o‘z faoliyatlarida psixokorreksiya maqsadida psixogimnastika mashqlaridan foydalanib borishlari samarali usullardan biri. Uning o‘ziga xosligi shundan iboratki bu mashg‘ulotlarda bolalar ixtiyoriy ravishda bajonidil qatnashadilar, psixik hodisalar va hulqida adekvatlashuvga erishiladi.

2. Psixologik xizmat ko‘rsatishda psixoterapiyaga yo‘naltirilgan psixogimnastika mashg‘ulotlarini o‘tkazish orqali ijobiy natijalarga erishish mumkin. Kishinig psixik sohasidagi buzilishlar barham topadi va muvofiqlashuv yuzaga keladi.

3. Psixogimnastika mashg‘ulotlaridan psixologik xizmatda psixik rivojlantirishda foydalanish ijobiy samaralar beradi.

4. Bolalar psixogimnastika mashg'ulotlarida emotsional kechinmalarni o'z boshlaridan kechirishlari tufayli bu holatlarni yaxshiroq anglay olishadi, hamda bu holatlarni boshidan kechirayotgan kishilar holatini yaxshiroq tushunib borishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Е.А.Алябьева. Занятия по психогимнастики с дошкольниками. Методическое пособие. – Москва, 2009. – С.160.
2. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция / Под ред В.В.Лебединского О.С.Никольской, Е. Р. Баенской, М. М. Либинг. – М 1990. С.165.
3. Крюкова С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь – М.:»Генезис», 1999. С.198.
4. **Психогимнастика в тренинге под ред. Н.Ю.Хрящевой** – М., 1998. С.102.
5. Чистякова М.И. Психогимнастика – М.: Просвещение, 1995. С.126.

Научные взгляды В. М. Каримовой о социализации и социальной адаптации и семейной жизни в условиях глобальных изменений в обществе

Абдукадирова Лаура Юльбарсовна

И.о. доцента кафедры социальных наук университета точных и социальных наук (г. Ташкент), PhD по психологическим наукам

Научное сообщество богато именами, но лишь немногим учёным удаётся не только создать фундаментальные труды, но и сформировать собственную научную школу, признанную в стране и за её пределами. В этом ряду особое место занимает первая в Узбекистане женщина-профессор психологии, доктор психологических наук Василя Маманасировна Каримова.

Её имя неразрывно связано с развитием социальной и семейной психологии, этнопсихологии, а также с подготовкой целого поколения педагогов и практических психологов, многие из которых сегодня продолжают её научные и образовательные традиции.

До настоящего времени профессор В.М. Каримова выступила научным консультантом при подготовке пяти докторов наук, а под её руководством успешно защитили свои диссертации более тридцати соискателей — кандидатов наук и докторов философии по психологии, которые продолжают вносить достойный вклад в развитие узбекской психологической науки.

Важно отметить руководство профессора В.М. Каримовой большими проектами о семье, ведь долгие годы с 2000 по 2011 годы она была руководителем научно-практического Центра “Семья” Республики Узбекистан. Ёе

организаторский талант проявился так же и в том, что она стала основателем научных изданий, которые сегодня известны в Узбекистане и за его пределами. Так, уже в 1994 году она выступила инициатором создания журнала «FarDU xabarlari», а в 2004 году стала соучредителем и главным редактором научно-просветительского, социально-психологического и иллюстрированного журнала «Oila».

Эти проекты позволили закрепить психологию как самостоятельную сферу знания, обеспечили ей постоянную площадку для обсуждения вопросов семьи, воспитания, социализации.

Не менее значителен её вклад в организацию высшего образования.

В 1991 году именно благодаря усилиям профессора Каримовой в Ферганском государственном университете был открыт первый факультет психологии и прикладной социологии, где она долгие годы работала в качестве профессора и организатора учебного процесса. Этот шаг стал важнейшим рубежом для становления психологического образования в стране. В 1998 году под её руководством при Ташкентском государственном экономическом университете впервые была создана кафедра социальной психологии и открыта аспирантура, что фактически положило начало формированию собственной национальной научной школы в данной области.

Профессор В.М. Каримова стала основателем независимой узбекской научной школы психологической мысли, где ключевой акцент сделан на культурно-чувствительном подходе к социализации личности и психологическим механизмам семейной жизни.

Она последовательно связала академическую психологию с жизнью семьи, школы и общества. В отечественной историографии она фигурирует как создатель научной школы по социальной психологии и этнопсихологии, является автором сотен публикаций и множества учебников, на которых выросли поколения психологов, педагогов и других специалистов.

В настоящее время профессор В. М. Каримова является автором более чем 306 научных трудов, среди которых — 11 учебников и учебно-методических пособий, 13 научных монографий и брошюр. Её труды, среди которых «Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot» (1999), учебник «Psixologiya» (2000, 2002), «Oilaviy hayot psixologiyasi» (2006), фундаментальный курс «Oila psixologiyasi» (2007, 2008), «Ijtimoiy psixologiya» (2012), а также редакторский проект «Oila: ijtimoiy himoya omillari» (2007), заняли прочное место в образовательной и практической психологии.

Эти издания не только определили направления исследований, но и задали методологическую основу преподавания психологии в высшей школе, превратившись в настольные книги студентов, педагогов и консультантов.

Если смотреть на её наследие содержательно, то его сердцевину образуют

два спаянных направления: социальная психология в локальном (узбекском) культурном контексте и психология семьи как поле, где макросоциальные перемены «переводятся» в язык отношений, ролей и идентичностей. Уже в конце 1990-х В.М. Каримова публикует «*Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot*» — первый систематический курс социальной психологии для университетов и педвузов, где социально-психологические закономерности объясняются через реальные практики совместной деятельности и коммуникации. Этот учебник оказался важен не только как вводный курс: он задал методологический стиль Каримовой — объяснять сложное через наблюдаемое, соединять теорию с ситуациями аудитории и класса, двора и махалли, семьи и трудового коллектива.

На рубеже 2000-х выходит целая «линейка» учебно-методических трудов, среди которых — базовый курс «*Psixologiya*» (варианты 2000 и 2002 гг., в т. ч. в соавторстве), задавший ясную, практико-ориентированную структуру преподавания общей психологии для непсихологических и педагогических специальностей. В этих книгах чувствуется авторская «педагогическая инженерия»: технология дискуссионных занятий, алгоритмы анализа случая, приёмы включения студента в рефлекссию — всё то, что сегодня мы назвали бы *evidence-informed teaching* в психологии.

Главным достижением второго крупного направления явилась семейная психология, в рамках которого создано концептуально цельное руководство «*Oilaviy hayot psixologiyasi*» (2006). В данном труде брак и семейные роли рассматриваются через призму жизненного цикла, норм и ценностей, этнопсихологических особенностей и реальных конфликтных сценариев. Автор очень тонко соединяет классические подходы (от динамики ролей до психогигиены брака) с локальными культурными проблемами и потребностями молодёжи. По этой причине это пособие так быстро вошло в главный источник консультантов и педагогов-психологов.

Вслед за этим пособием В.М. Каримова в 2007 году выпускает полноценный университетский учебник «*Oila psixologiyasi*» (последующие переиздания 2008 и далее), ставший, без преувеличения, фундаментом национального курса семейной психологии, сочетая в себе строгую учебную логику с широкой эмпирической базой и ясным языком, что делает этот учебник популярным и среди университетских преподавателей и студентов, и среди практикующих психологов. Туда органично встроены результаты отечественных исследований семьи, а также аналитика государственной семейной политики рубежа 1990-х–2000-х (от «Года семьи» до институционализации служб консультационной помощи), что делает текст не просто учебником, а своего рода настольной книгой для практикующего психолога.

В 2012 году В.М. Каримова возвращается к «ядру» социальной психологии с новым, переработанным курсом «*Ijtimoiy psixologiya*» — уже как зрелый синтез

дисциплины в координатах постсоветской образовательной реформы. Этот учебник ценят за аккуратную операционализацию понятий (от конформизма до групповой динамики) и за постоянные мостики к аудитории: задания, кейсы, микроисследования, развивающие у студентов не только знание терминов, но и навык критической интерпретации социальной реальности.

В данном труде подчёркивается, что социализация — это не механическое присвоение внешних норм, а активный, динамичный процесс, в котором человек не только усваивает социальный опыт, но и перерабатывает его через призму своего внутреннего мира, психического состояния, индивидуального опыта и ценностных установок. Этот взгляд сближает её подход с современными теориями конструктивистской психологии и феноменологического анализа, где акцент делается на субъективности восприятия социальной реальности.

Важно, что В.М. Каримова рассматривает социализацию как интеграцию личности в общество через взаимодействие и сотрудничество в разных видах деятельности, что делает этот процесс двусторонним: общество воздействует на личность, а личность вносит свой вклад в общественное развитие.

Показательно издание «Oila: ijtimoiy himoya omillari» (2007) — сборника научно-популярных материалов под редакцией В.М.Каримовой: здесь легко прочитывается её социально-психологическая оптика, соединяющая язык исследования и язык профилактики, работу с рисками и уважение к ценностям семьи. Не случайно именно её приглашали научным рецензентом к массовым учебным пособиям по семейной психологии для академических лицеев и колледжей: практическая адекватность текстов была для неё не менее важна, чем теоретическая безукоризненность.

Если суммировать корпус работ В.М.Каримовой (от «Ijtimoiy psixologiya asoslari» и ранних методических материалов до зрелых учебников по социальной и семейной психологии, а также здравоохранительной и образовательной проблематике), вырисовываются несколько устойчивых авторских принципов.

Первый — культурно-чувствительная психология: понятия и методы не «импортируются» безоговорочно, а переводятся на язык местных норм и практик (это и есть подлинная этнопсихология, вокруг которой она выстроила свою научную школу). Второй — педагогическая инженерия: каждое теоретическое положение получает дидактическую форму — вопрос, кейс, процедуру обсуждения — так, чтобы у студентов рождался собственный аналитический голос. Третий — мост между исследованием и сервисом: тексты профессора В.М.Каримовой читаются одинаково продуктивно в аудитории, в кабинете школьного психолога и в консультации по семейным отношениям.

Именно поэтому её персональный вклад специалисты связывают не только с количеством публикаций, но и с институциональным эффектом — подготовкой кадров и расширением поля психологической практики в стране.

Говоря строго академическим языком, Василя Маманасировна Каримова — классический «институтостроитель» дисциплины: автор учебников, формирующих учебные планы; редактор и рецензент, задающий планку качества; руководитель научной школы, которая оформила в узбекской психологии собственный голос социальной и семейной проблематики.

Говоря простым языком, она — тот редкий профессор, чьи книги не пылятся на полках: «Oilaviy hayot psixologiyasi» берут в руки молодые супруги, «Ijtimoiy psixologiya» — будущие учителя и психологи, а «Oila psixologiyasi» остаётся настольной для тех, кто ежедневно работает с семьями. Такое уникальное соединение гуманитарной строгости и профессиональной добротности — и есть главный вклад профессора В.М. Каримовой в науку и образование Узбекистана.

Таким образом, обращение к научному наследию В. М. Каримовой означает признание её уникальной роли как институтостроителя дисциплины и лидера научной школы, чьё влияние ощущается в теории и практике воспитания личности в условиях глобальных социальных изменений.

Научные взгляды профессора, доктора психологических наук В.М.Каримовой на процессы социализации, социальной адаптации и семейной жизни в условиях глобальных изменений в обществе занимают особое место в современной психологии и смежных дисциплинах. Её подход отличается целостностью, междисциплинарностью и глубоким пониманием закономерностей взаимодействия личности и социума.

Особое внимание в её исследованиях уделено проблеме психологического благополучия, особенно в студенческом возрасте, когда формируются ключевые качества личности. В работе 2020 года «Глобал ўзгаришлар шароитида ёшлар маънавий онги ва хулқиға таъсир кўрсатишнинг психологик шакл ва услублари» профессор выделяет такие «стержневые качества», как самосознание, честность, социальная активность, правовая сознательность, ответственность, способность ясно выражать мысли на родном языке, образованность и научная эрудированность.

Эти качества служат своеобразным психологическим иммунитетом, который обеспечивает устойчивость личности в условиях кризисов и глобальных вызовов, а также создают основу для успешной самореализации в профессиональной и личной жизни.

Не менее значим её вклад в исследование психологии семьи в контексте экологической проблематики. В тезисах 2021 года о «Экологических знаниях как социально-психологическом факторе оздоровления семьи»

Каримова рассматривает семью как важнейший институт социализации, в котором экологическая культура и экологическое мышление становятся не только фактором сохранения здоровья, но и условием гармоничных межличностных отношений. Здесь она впервые связывает психологию семьи с экологическим

подходом, что открывает новые перспективы для понимания адаптации семей в условиях экологических и социальных кризисов.

Эта идея особенно актуальна в контексте глобальных изменений: рост миграции, урбанизация, изменение климата напрямую влияют на устойчивость семейных систем, а значит, требуют от психологической науки поиска новых моделей поддержки.

Если рассматривать её идеи в междисциплинарном ключе, то они выходят далеко за рамки классической психологии. С точки зрения педагогики, В.М.Каримова подчёркивает важность непрерывного духовно-нравственного воспитания в вузовской среде, что позволяет формировать устойчивые ценностные ориентиры у молодёжи.

В экономическом измерении её подходы подводят к пониманию того, что психологическое благополучие и высокая социальная адаптивность студентов напрямую связаны с их будущей продуктивностью и конкурентоспособностью на рынке труда. В области социологии труды Каримовой демонстрируют, что успешная социализация является условием социальной интеграции, профилактики девиантного поведения и формирования гражданской ответственности.

Экологический же аспект её исследований придаёт дополнительную глубину, показывая, что устойчивое развитие общества невозможно без формирования экологически ответственного поведения, начинающегося в семье и образовательных институтах.

Таким образом, научное наследие профессора В. М. Каримовой можно охарактеризовать как системное и инновационное. Её труды формируют методологическую основу для анализа и практики психологической помощи в образовательных учреждениях и семье в условиях глобальных изменений.

Она предложила концептуальные модели, которые соединяют психологию, педагогику, социологию, экономику и экологию, и тем самым задала новые векторы для развития гуманитарных наук в Узбекистане и за его пределами.

В условиях современных глобальных вызовов идеи доктора психологических наук, профессора В.М.Каримовой сохраняют высокую актуальность. Они ориентируют на воспитание личности, способной к гибкой адаптации, обладающей прочной системой ценностей и ответственным отношением к обществу и окружающей среде. Это позволяет утверждать, что её вклад выходит за рамки академической науки и имеет важнейшее практическое значение для построения устойчивого, гуманного и гармоничного общества.

Список использованной литературы:

1.Karimova V. M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. O'quv qo'llanma. Tashkent, 1999.

- 2.Karimova V. M. Psixologiya. Darslik. Toshkent, 2000.
- 3.Karimova V. M. Oilaviy hayot psixologiyasi. Tashkent, 2006.
- 4.Karimova V.M. Oila: Ijtimoiy himoya omillari. Ilmiyommabop maqolalar to'plamlari // Prof. Karimova V.M. tahriri ostida. –Тошкент: 2007. – 118 b.
- 5.Karimova V. M. Oila psixologiyasi. Darslik. Tashkent, 2007
- 6.V.Karimova, O.Hayitov, F.Akramova, N.Lutfullayeva. PSIXOLOGIYA: Nopedagogik va nopsixologik oliy o'quv yurtlari uchun darslik // V.M.Karimovaning umumiy tahriri ostida. – Toshkent. T.: TDIU, 2007. – 435 b
7. Каримова В. М. Ижтимоий психология. Дарслик//Т.:“Fan va texnologiyalar” нашриёти. – 2012. – Т. 172. – С. 26.
- 8.Каримова В. М. Глобал ўзгаришлар шароитида ёшлар маънавий онги ва хулқиға таъсир кўрсатишнинг психологик шакл ва услублари //Psixologiya-ilmiy jurnal,(1). – 2020. – С. 15-20.

ФОРМИРОВАНИЕ ОПЕРАЦИЙ МЫШЛЕНИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Алимова Гулчехра Кабелевна-
Доцент кафедры практической психологии
Национального педагогического
университета Узбекистана имени Низами*

В современной психологической науке в самом общем понимании мышление предстает в качестве процесса познавательной деятельности личности, который характеризуется опосредованным и обобщенным видом действительности, а также как высшая форма творческой активности. Адекватность отражения реальности психикой достигается при гармоничном единстве и сочетании абстрактно-логического и конкретно-чувственного мышления. По определению М.В. Карповой [1], основными логическими приемами формирования мышления являются операции – анализ, синтез, сравнение, классификация и обобщение.

К этапам формирования операций мышления относятся: целенаправленность формирования логических приемов и последовательность формирования логических приемов от элементарного к сложному. Поэтапность обучения показывает, что ребенок действует непосредственно с предметами, ощущает с помощью зрения, использует знаки/символы, выполняет действия со словесно заданными объектами, а также происходит выполнение действий в умственном плане.

Разберем каждый из них по этапам:

1) Практический этап. Ребенок действует предметно по заданному признаку – цвет, величина, размер и форма. Эта операция направлена на развитие операции анализа и синтеза [2, с. 99].

2) Зрительный этап. Ребенок смотрит сам на предмет или на изображение и может назвать части предмета и их признаки.

3) Этап моделирования анализа и синтеза. На этом этапе важно вести знаки, которые обозначают признаки и их проявления.

4) Внешнеречевой этап. На этом этапе дети должны найти конкретные предметы по представлению. Также им даются на отгадывание разнообразные загадки и возможность самим придумать загадки или составлять рассказы об обособленных предметах.

5) Умственный этап. На этом этапе дети выполняют действия синтеза и анализа в умственном плане.

Все названные этапы взаимосвязаны и исходят из того, что мозг дошкольника подвижен и податлив, открыт новым знаниям. Именно поэтому полезные привычки, желание заниматься спортом, музыкой, театральным и художественным искусством закладываются именно в дошкольный период. Для того чтобы ребенок мог анализировать и мыслить, необходимо постоянно ставить перед ним новые задачи, а также модернизировать и усложнять уже полученные им навыки.

Можно выделить несколько факторов, оказывающих сильное влияние на мышление ребенка:

1) круг общения. Чем старше ребёнок, тем больше вокруг него должно быть детей и взрослых. Он должен наблюдать разные модели поведения взрослых и детей;

2) развитие речи. Ребенок учится строить предложения и выражать свои мысли;

3) формирование аналитического мировосприятия. Дети дошкольного возраста характеризуются тем, что обращают внимание на формы, цвет, величину, пространственное расположение и временные рамки;

4) приобретение навыков и умений. Ребенок учится пересказывать, читать по слогам, петь;

5) становление личностных качеств: характер, адаптивность, инициативность, организованность – всё это формируется в результате воспитательных мероприятий;

6) формирование самооценки: развитый ребёнок способен оценивать себя;

7) появление самоконтроля: ребенок учится управлять своим поведением и поступками.

К стадиям развития мышления относятся: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.

Наглядно-действенное мышление формируется в возрасте 1-3 лет, когда он в результате своих действий начинает делать выводы «на будущее». В возрасте 3-7 лет формируется наглядно-образное мышление. Именно в этот период проявляются первые признаки анализа. Ближе к 6 годам появляются первые задатки словесно-логического мышления, когда ребенок начинает развернуто отвечать после анализа информации, способен выстраивать в правильном порядке последовательность событий.

Весь мыслительный процесс ребёнка можно поделить на стадии: сравнение, анализ, синтез и обобщение. Сравнивая, ребёнок учится находить одинаковое в разном, разное в одинаковом. На стадии анализа происходит выделение черт, качеств, свойств, используемых материалов и предметов. Стадия синтеза тесно связана со стадией анализа. Без анализа синтезировать не получится. Яркими признаками обобщения являются выделение общих признаков предметов, объединение в группы. Знание особенностей мышления ребёнка поможет его всестороннему развитию.

Список литературы

- 1.Режим доступа:
<http://cyberleninka.ru/article/n/psihologopedagogicheskieusloviya-formirovaniya-logicheskikh-priemov-myshleniya-u-detey/> (дата обращения: 10.05.2021).
2. Трофименко Ю.В. Организация дидактической игровой деятельности дошкольников при формировании навыков счетной деятельности // Вопросы дошкольной педагогики. М., 2016. № 3. С. 98-103.

Психологическая поддержка семьи как фактор гармоничного развития ребенка

*Алимова Елена Геннадьевна
Доктор философии (PhD) по психологическим наукам
Национальный педагогический
университет Узбекистана имени Низами*

Введение. Семья является важнейшим институтом социализации, обеспечивающим ребенку не только физическое, но и психологическое развитие. Современные исследования показывают, что эмоциональная атмосфера в семье напрямую влияет на формирование личности ребенка и его адаптацию в обществе [1].

Цель данного исследования — изучить роль психологической поддержки семьи в гармоничном развитии ребенка.

В условиях стремительных социальных изменений и роста

психологических нагрузок на личность вопрос психического здоровья детей и семейного благополучия приобретает особую актуальность. Семья рассматривается как первичная социальная среда, в которой закладываются основы личности, формируются навыки эмоционального самоконтроля и межличностного взаимодействия [2-3].

Современные исследования в области психологии семьи подчеркивают, что гармоничное развитие ребенка невозможно без адекватной психологической поддержки со стороны родителей [4]. Именно в семье ребенок учится базовому доверию к миру, развивает чувство принадлежности и уверенность в себе. Негативные факторы — конфликты, эмоциональная холодность, авторитарные методы воспитания — нередко приводят к формированию тревожности, агрессивности и снижению когнитивной активности у детей [2].

Вместе с тем позитивные примеры показывают, что внедрение практик семейного консультирования, развитие психологической грамотности родителей и создание благоприятного эмоционального климата способны значительно улучшить как внутрисемейные отношения, так и социальную адаптацию ребенка.

Методы. Исследование проводилось в Ташкенте среди 60 семей с детьми младшего школьного возраста (7–10 лет). Использовались следующие методы:

Анкетирование родителей для выявления стиля воспитания и уровня эмоциональной поддержки [3].

Наблюдение за детьми в учебной и игровой деятельности для оценки их эмоциональной стабильности и коммуникативных навыков.

Проективные методики («Несуществующее животное», рисунок семьи) для выявления скрытых эмоциональных переживаний [2].

Полуструктурированное интервью с частью родителей для уточнения воспитательных практик.

Результаты. В семьях, где родители применяли эмоциональную поддержку и конструктивное взаимодействие, дети демонстрировали высокий уровень уверенности, коммуникабельности и готовности к сотрудничеству [4].

В семьях с высоким уровнем конфликтности и низким уровнем психологической поддержки отмечалась повышенная тревожность, агрессивность и трудности в учебной деятельности [3].

Наличие семейного психолога или регулярные консультации способствовали снижению напряженности в отношениях и улучшению эмоционального климата.

Анализ собранных данных позволил выделить несколько ключевых тенденций:

1. Эмоциональная поддержка и гармоничное развитие личности.

В семьях, где родители демонстрировали высокий уровень эмоциональной вовлеченности — поддерживали инициативу ребенка, выражали теплоту и

одобрение, — дети характеризовались устойчивой самооценкой, развитой эмпатией и готовностью к сотрудничеству. Они легче адаптировались к школьной среде, проявляли лидерские качества и демонстрировали более высокий уровень познавательной активности.

2. Влияние семейных конфликтов.

Семейные конфликты, особенно в присутствии детей, оказывали выраженное негативное воздействие на их эмоциональное состояние. Дети демонстрировали повышенную раздражительность, эмоциональную нестабильность и склонность к замкнутости. Было выявлено, что длительные конфликты в семье формируют у ребенка чувство небезопасности и приводят к нарушению доверительных отношений с родителями.

3. Роль консультативной помощи.

В тех семьях, где родители хотя бы раз обращались за помощью к семейному психологу или участвовали в тренингах по эффективной коммуникации, наблюдалось улучшение эмоционального климата. Родители чаще использовали ненасильственные методы воспитания, а дети проявляли больше доверия, открытости и уверенности в будущем.

4. Факторы, укрепляющие семейное благополучие.

Особое значение имели совместные семейные практики — чтение, обсуждение школьных успехов, совместное планирование досуга. Эти практики формировали у детей чувство принадлежности и ценности, что, в свою очередь, снижало уровень стрессовых переживаний.

Выводы. Психологическая поддержка семьи играет ключевую роль в гармоничном развитии личности ребенка. Для укрепления психического здоровья подрастающего поколения необходимо внедрение программ семейного консультирования, тренингов по эффективному общению и профилактике конфликтов.

Список литературы

1. Абидов А. (2024). Семья и развитие личности ребенка. Ташкент
2. Бабаев Ш., Вахидов Ф. (2023). Психологическая помощь семье. Самарканд.
3. Инаятов Р., Хакимова Д., Юлдашев С. (2022). Психология развития личности. Ташкент.
4. Каримова В.М. (2020). Социально-психологическая поддержка семьи в Узбекистане. Ташкент: Университет.

Социально-психологические особенности профессионального выгорания

Арифджанова М. А
ООО Узакфамедлайн психолог

Синдром эмоционального выгорания развивается постепенно. Сначала наблюдается приглушение эмоций, исчезают острота чувств и сладость переживаний. Структура синдрома эмоционального выгорания, по В. В. Бойко, представляет собой последовательность трёх фаз:

1. Напряжение включает симптомы: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворённость собой, загнанность в клетку, тревогу и депрессию;

2 Резистенция включает симптомы: неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственную дезориентацию, расширение сферы экономии эмоций, редукцию профессиональных обязанностей;

3 Истощение включает симптомы – эмоциональный дефицит, эмоциональную отстранённость, личностную отстранённость (деперсонализацию), психосоматические и психовегетативные нарушения .

Б. Пельман и Е. Хартман выделили три главных компонента эмоционального выгорания:

1. Эмоциональное истощение проявляется в ощущениях эмоционального перенапряжения и в чувстве опустошённости, истощённости своих эмоциональных ресурсов.

2. Деперсонализация связана с возникновением равнодушного и даже негативного отношения к людям, обслуживаемым по роду работы. Контакты с ними становятся формальными, безличными; возникающие негативные установки могут поначалу иметь скрытый характер и проявляться во внутренне сдерживаемом раздражении, которое со временем прорывается наружу и приводит к конфликтам.

3. Сниженная рабочая продуктивность проявляется в снижении самооценки своей компетентности (в негативном восприятии себя как профессионала), недовольстве собой, негативном отношении к себе как личности.

Д. Дирендонк, В. Шауфели, Х. Сиксма провели исследования среди голландских медицинских сестёр и выявили, что в качестве специфических детерминант эмоционального выгорания выступает чувство несправедливости, социальной незащищённости, большая зависимость, как от пациентов, так и от руководства.

Согласно их подходу синдром эмоционального выгорания сводится к двумерной конструкции, состоящей из эмоционального истощения и

деперсонализации. Первый компонент «аффективный», относится к сфере жалоб на своё здоровье, физическое самочувствие, нервное напряжение, эмоциональное истощение. Второй компонент – деперсонализация проявляется в изменение отношения либо к пациентам, либо к себе. Он получил название «установочный». А. Пинес и Е. Аронсон рассматривают синдром эмоционального выгорания как одномерную конструкцию. Эмоциональное выгорание – это состояние физического и психического истощения, вызванное длительным пребыванием в эмоционально перегруженных ситуациях. А. Чиром считает эмоциональное выгорание комбинацией физического, эмоционального и когнитивного истощения или утомления. Он полагает, что главный фактор эмоционального выгорания – это эмоциональное истощение, а дополнительные компоненты являются следствием либо поведения (купирования стресса), ведущего к деперсонализации, либо собственно когнитивно-эмоционального выгорания, что выражается в редуцировании личных достижений (деформации субъективной оценки собственных возможностей).

И то и другое проявляется в деформации личности и имеет непосредственное значение для её социального здоровья. В противоположность предыдущим подходам, авторы одномерного подхода не ограничивают эмоциональное выгорание определённой группой специалистов.

П. Торнтон обращается к выявлению связи между уровнем эмоционального выгорания и типом поведения преодоления. Поведение преодоления обеспечивается когнитивными и поведенческими усилиями по регуляции специфических внутренних и внешних требований, которые, по субъективной оценке, исчерпывают или превосходят ресурсы личности. Выявлены три стратегии поведения преодоления: две активные (овладение ситуацией путём её преобразования и преодоления эмоционального дистресса путём изменения собственного отношения к ситуации) и одна пассивная (эскапизм или отказ от каких-либо попыток устранить обусловленные ситуацией трудности).

Путём факторного анализа на основе когнитивно-феноменологической теории стресса П. Торнтон выделено восемь подвидов поведения преодоления.

Если к пассивным отнесён только один подвид (эскапизм как уклонение от решения проблем), то к активным – семь, объединяя две (планомерное решение проблем и путь конфронтации) в проблемно-сфокусированные стратегии, а пять остальных (дистанцирование – изменение масштабов происходящего в сторону преуменьшения, самообладание, поиск социальной поддержки, принятие на себя ответственности за происходящее, позитивная оценка ценностей – отыскание положительного в происходящем) – в эмоционально-сфокусированные стратегии.

Противоречия обнаружились в данных в связи между типом поведения преодоления и уровнем эмоционального выгорания, полученных разными авторами. Так с низкой степенью эмоционального выгорания связывают активные

стратегии поведения преодоления, а с высокой степенью – пассивную и, наоборот, активные формы поведения преодоления указывают как не снижающие степень эмоционального выгорания, а эмоционально-сфокусированные стратегии поведения преодоления – как ассоциируемые с более высоким уровнем эмоционального выгорания.

В исследованиях российских менеджеров, проводимых Н. Е. Водопьяновой, А. Б. Серебряковой, Е. С. Старченковой изучалось влияние стилей поведения в проблемных ситуациях и личностных характеристик, на степень выраженности синдрома психического выгорания.

Было обнаружено, что наиболее высокое эмоциональное истощение и редуцирование личных достижений наблюдается у тех менеджеров, которые предпочитают «избегание», а так же чем больше истощение, тем ниже самооценка и больше деформация самоотношения. Эмоциональное истощение часто сопровождается мотивационной деформацией, что является защитной реакцией организма на психологические стрессы.

Развитие синдрома эмоционального выгорания носит стадийный характер. По мере развития синдрома эмоционального выгорания появляется чувство усталости, которое постепенно сменяется разочарованием, снижением интереса к своей работе.

Список литературы

1. *Авилов О.В., Попова М.Ю., Танцурова К.С.* Особенности мотивации труда и выраженности эмоционального «выгорания» у врачей Областного перинатального центра и Областной клинической больницы №3 города Челябинска. — Проблемы науки 2017.
2. *Арутюнов А.В.* Изучение синдрома эмоционального выгорания у врачей и методы его профилактики : автореф. дис. ... канд. мед. наук / Арутюнов А.В. ; [Ин-т повышения квалификации ФМБА России]. – М., 2004. – 27 с. 22.
3. *Баикуева Е.Ю.* Удовлетворенность врачебного персонала многопрофильной больницы как фактор повышения качества и безопасности медицинской деятельности // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 12(68). С. 30—34.
4. *Makhmudova D.A.* Psychological characteristics of professional training in the correctional effect on victims of human trafficking // Вестник интегративной психологии. – Бухара – Ярославль: МАПН. 2023. № 28. – С.181-184. (19.00.00. №2). ISBN 978-5-9527-02-16-5.

Барьеры, связанные с реасоциализацией родителей детей, больных онкологией

Асанова Гузаль Мухарамовна

*Национальный педагогический университет имени Низами
Кафедра «Практическая психология», Узбекистан, Ташкент*

Введение: Анализируются механизмы психологической адаптации, роль социальной поддержки, участие в группах взаимопомощи и влияние общественных инициатив. Выявляются необходимость комплексного подхода к реасоциализации, включающего психотерапевтические, образовательные и социальные меры. Полученные результаты могут быть использованы при разработке программ поддержки семей, оказавшихся в условиях онкологического кризиса, а также в практике медицинских и социальных учреждений.

Методология. Онкологические заболевания у детей - это не только медицинская проблема, но и серьезный вызов для всей семьи, особенно для родителей. Диагноз рака у ребенка приводит к глубокому эмоциональному стрессу, социальной изоляции и финансовым трудностям, что затрудняет реасоциализацию родителей - процесс их психологического восстановления и реинтеграции в повседневную жизнь. Актуальность темы обусловлена ростом числа случаев детской онкологии и недостаточным вниманием к психосоциальным аспектам поддержки родителей. По данным исследований, более 70% родителей испытывают трудности с балансом работы, семьи и ухода за ребенком во время лечения.

Цель статьи - выявить и проанализировать барьеры, связанные с реабилитацией родителей детей, больных онкологией.

Задачи: описать психологические, социальные и системные барьеры; проанализировать их влияние на процесс реасоциализации; предложить рекомендации по их преодолению.

Результаты: Анализ выявил несколько категорий барьеров, препятствующих реабилитации родителей.

Психологические барьеры. Родители часто сталкиваются с высокой неопределенностью болезни, которая усиливает симптомы депрессии и посттравматического стресса. Неопределенность выступает медиатором между барьерами к уходу и психологическим дистрессом: она объясняет до 15% вариации в симптомах посттравматического стресса. Кроме того, страх перед рецидивом и чувство вины приводят к эмоциональному истощению, затрудняя возвращение к нормальной жизни.

Социальная изоляция - распространенная проблема: родители отмечают потерю друзей, стигматизацию и ограничение контактов из-за лечения.

Около 30% родителей чувствуют одиночество, а стигматизация усиливает изоляцию. В семьях возникают конфликты: 25% родителей сообщают об ухудшении отношений с партнером, а сиблинги получают меньше внимания, вызывая чувство вины у родителей или же испытывают ревность по отношению больного ребёнка к родителю.

Более 70% родителей испытывают трудности с возвращением на работу: потеря дохода (40–50% случаев), сокращение часов или увольнение из-за ухода за ребенком. Финансовые проблемы усугубляются высокими затратами на лечение, что затрудняет реабилитацию. Барьеры включают молодой возраст детей, сменный график работы и дальние поездки.

Отсутствие осведомленности о услугах поддержки - ключевой фактор: родители не знают о психосоциальных программах, особенно в отдаленных районах. Другие барьеры: ограниченная доступность услуг (длинные расстояния, отсутствие локальных центров), проблемы с расписанием (множество назначений, бюрократия) и отказы от услуг из-за перегрузки. В результате родители часто отказываются от помощи, что замедляет реабилитацию.

Неоднократны случаи, когда родители, не доверяя медицине, обращаются к нетрадиционной медицине, что в дальнейшем усугубляет состояние ребёнка и в последствие выздоровление.

Вывод. Выявленные барьеры подтверждают, что реасоциализация родителей требует комплексного подхода. Психологическая неопределенность усиливает дистресс, что согласуется с моделями стресса Лазаруса. Социальные и финансовые проблемы подчеркивают необходимость программ, таких как семейно-ориентированная реабилитация, которая помогает восстановить энергию и связи. Системные барьеры указывают на пробелы в здравоохранении: нужно улучшить информирование и централизовать услуги.

Рекомендации: разработка образовательных кампаний для снижения стигмы, расширение онлайн-поддержки и интеграция финансовой помощи в программы реасоциализации. Это позволит улучшить качество жизни родителей и семей.

Социальная поддержка: Социальная поддержка является одним из наиболее значимых факторов, способствующих реасоциализации родителей. Она включает помощь со стороны семьи, друзей, коллег, а также профессиональных и социальных служб. Поддержка позволяет снизить уровень стресса, облегчить процесс адаптации и восстановить равновесие.

Психотерапевтическая поддержка: психологическая помощь и психотерапевтические вмешательства являются неотъемлемой частью реасоциализации родителей. Стресс, вызванный болезнью ребёнка, часто приводит к депрессии, тревожности и чувству беспомощности. Психотерапевты и консультанты могут помочь родителям пройти через эти эмоциональные

турбуленции, предлагая стратегии для снижения стресса и преодоления тревоги [1].

Список литературы

1. Асанова Г.М. «Процессы социально-психологической адаптации родителей детей, больных онкологией». “Oil ava gender” ilmiy-tadqiqot institute. Xalaro ilmiy jurnal. 2025/1 (14). 122-127 стр.
2. Твайкросс Р.Дж., Фрамpton Д.Р. Введение в паллиативную медицину // Собелл Пабликейшн, Черчилль Госпиталь Оксфорд ОХ37. – Великобритания.- 1992. – 35 с.
3. Цейтлин Г.Я., Гусева М.А., Антонов А.И., Румянцев А.Г. Медико-социальные проблемы семей, имеющих ребенка с онкологическим заболеванием, и пути их решения в практике детской онкологии. 173-181 стр.

Значение семейных отношений в развитии эмоциональной стабильности ребёнка

Асанова Гузаль Мухарамовна
 Преподаватель кафедры "Практическая психология"
 Национального педагогического университета имени Низами
 Абдуллина Аделина Маратовна
 Студентка 4-курса факультета
 «Педагогика-психология и инклюзивное образование»
 Национального педагогического университета имени Низами

Введение. Психологическое здоровье ребёнка является одним из ключевых аспектов его общего благополучия и успешного развития в будущем. Семья, как основная социальная среда, в которой растёт ребенок, играет важную роль в формировании психологического состояния. Семейные ценности, образцы поведения, которые ребёнок заимствует у своих родителей, и эмоциональная поддержка, предоставляемые семьей, оказывают глубокое влияние на развитие самооценки, уверенности в себе у молодого человека. В данном тезисе мы исследуем влияние семьи на психологическое здоровье молодого человека и рассмотрим ряд факторов, которые влияют на это взаимодействие.

Методы Процесс социализации неразрывно связан с общением и совместной деятельностью. По мнению Г.С.Саливан личность является относительно устойчивой моделью повторяющихся межличностных ситуаций. Основным механизмом развития и формирования у ребёнка является: 1) потребность в нежности и ласке. 2) стремление избежать тревоги. Ж.Пиаже говорил о том, что психика человека развивается в сотрудничестве с другими людьми. Сперва человек сотрудничает с другими людьми и лишь потом, на

основе этого, может регулировать собственное поведение.

В ходе исследования были проанализированы научные статьи, публикации и различные исследования, касающиеся роли семьи в формировании психологического здоровья молодого человека.

Были выделены основные аспекты, влияющие на психологическое благополучие: семейные отношения, коммуникация, эмоциональная поддержка и родительское воспитание. Родительская поддержка и эмоциональная связь с родителями оказывают положительное воздействие на психологическое благополучие молодых людей. Ребёнок, чувствующий поддержку и близость со стороны родителей, более уверен в себе, имеет более высокую самооценку и лучше справляется со стрессом. Кроме того, открытая и эффективная коммуникация внутри семьи способствует развитию здоровых межличностных отношений и укрепляет психологическую устойчивость.

Результаты В результате нашего исследования мы выявили следующие качества необходимые для полноценного формирования личности:

1. Семейные отношения: Качество семейных отношений играет ключевую роль в формировании психологического здоровья молодого человека. Любовь, поддержка и взаимопонимание в семье создают благоприятную атмосферу, способствующую развитию самооценки, эмоциональной стабильности и адаптации к стрессовым ситуациям.

2. Коммуникация: Качество коммуникации между членами семьи имеет прямое влияние на психологическое здоровье. Открытость, уважение и эмоциональная поддержка во время общения помогают развивать навыки общения, укреплять доверие и легко преодолевать эмоциональные трудности.

3. Эмоциональная поддержка: Семья является источником эмоциональной поддержки, которая играет важную роль в формировании психологического здоровья ребёнка. Выражение любви, заботы и поддержка со стороны родителей способствуют развитию эмоциональной устойчивости, снижают уровень тревожности и депрессии. Помимо этого, ребёнок, выросший в любви и заботе со стороны семьи, с большой вероятностью, будет также проявлять её по отношению к своим детям.

4. Родительское воспитание: Способ, которым родители воспитывают своего ребенка, существенно влияет на его психологическое благополучие. Авторитетность, поддержка, установка границ и поощрение здорового развития помогают молодому человеку развить самостоятельность, ответственность и уверенность в своих силах. Воспитывая ребенка без грубости и без брани, родитель закладывает устойчивый психологический фундамент в будущее своего дитя и внуков.

Обсуждение. Роль семьи в формировании психологического здоровья молодого человека является незаменимой и основополагающей. Именно в семье

закладываются самые первые и ключевые нормы морали и дисциплины. Наличие позитивных и здоровых семейных отношений, эмоциональной поддержки, эффективной коммуникации и правильного родительского воспитания содействуют психологическому развитию молодого человека. Родители должны стремиться создать эмоционально поддерживающую и благоприятную среду, где молодые люди могут чувствовать себя в безопасности и понимании. Где каждый с лёгкостью и в любое время сможет обратиться к родителям с уверенностью в поддержке и понимании с их стороны. Кроме того, развитие открытой коммуникации и семейные ценности, такие как уважение, терпимость и взаимопонимание, способствуют здоровым отношениям внутри семьи и укрепляют психологическое благополучие подрастающего поколения.

Однако следует отметить, что семейная среда также может оказывать негативное влияние на психологическое здоровье личности. Конфликты и насилие в семье могут привести к психологическим проблемам, тревожности и депрессии у молодых людей, что так или иначе, отразится на их будущем в отрицательном ключе. Именно поэтому важно обратить внимание на создание безопасной и поддерживающей семейной среды, где ребенок может выражать свои эмоции, получать поддержку и помощь при необходимости. Ребёнок не должен бояться идти за помощью к своим родителям.

Заключение. На основании полученных результатов можно сделать вывод, что семья играет важную роль в формировании психологического здоровья ребёнка. Родительская поддержка, эмоциональная связь и эффективная коммуникация внутри семьи способствуют психологической устойчивости и благополучию детей. Поэтому необходимо уделять внимание развитию семейных навыков и созданию поддерживающей семейной среды, чтобы помочь молодым людям стать эмоционально здоровыми и успешными в своей жизни.

Семья играет центральную роль в формировании психологического здоровья молодого человека. Позитивные семейные отношения, эмоциональная поддержка, эффективная коммуникация и правильное родительское воспитание способствуют развитию самооценки, эмоциональной стабильности и адаптации к стрессу. Уделение должного внимания роли семьи в формировании психологического здоровья молодого человека позволит создать благоприятные условия для полноценного развития молодого поколения.

Список литературы:

1. Вержибон Г.В., Кухтова Н.В. Психология семейных отношений: методические рекомендации/ - Витебск: ВГУ имени П.М.Машерова, 2015. – 56
2. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. — СПб.: Питер, 2009. - 576 с.
3. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016.-583с.
4. <https://xn--870-iddfg5dar7d.xn--p1ai/faq...>

5. <https://NauchnieStati.ru/spravka/factory...>

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕТСКОГО АУТИЗМА: ФАКТОРЫ, ПРОЯВЛЕНИЯ, ПРОБЛЕМЫ

*Асрарханова Эътибор Абдувахаб Кизи –
Узбекский национальный педагогический университет имени Низами
Кафедра практической психологии, и.о. доцента,
кандидат психологических наук (PhD)*

Аутизм- (от латинского слова autos - «сам»), аутизм - погружение в себя)- представляет собой обособление от реальности, отстранение от окружающей среды. Дети с аутизмом избегают зрительных контактов с окружающими. Они отличаются повышенной мышечной напряженностью (мамы этих детей отмечают, что они настолько напряжены, «словно сделаны из цельного куска дерева»).[6].

В поведение детей с подобным диагнозом преобладает склонность к избеганию каких-либо контактов с родными людьми. Также у них возникают сложности с выражением эмоций. Они весьма требовательные в быту. Их выбор делается по необъясним для окружающих причинам (к примеру, они выбирают еду определённой формы; носят одежду конкретного цвета; ходят всегда одним и тем же путем). При небольшой перемене обыденных жизненных условий у этих детей наблюдается резко отрицательная реакция, часто приводящая к истерике или нервному срыву.

У детей аутистов отсутствует привычный для детей интерес к окружающему миру: они не любят играть с обычными игрушками. Порой они выбирают неподходящие для игр предметы: скрепки, булавки, пуговицы, кусочки ткани и т.д. В зависимости от степени аутизма, которых насчитывается четыре, по степени повышения болезненных проявлений, поведение таких детей изменяется от стремления сохранить постоянство и избегания эмоциональных и физических контактов с окружающим миром до неспособности использовать речь как средство общения, они используют отдельные звуки.

Однако, больные аутизмом могут цитировать наизусть большие объемы текста, решать в уме сложные математические примеры и задачи. Внешне эти дети производят впечатление «пустой крепости» [7].

Итак, самым распространенным проявлением детского аутизма является стремление к одиночеству, обособленности, отсутствие какого-либо интереса к общению с окружающими. Характерные сложности налаживания зрительного контакта, нехватка мимики и жестов. Также часто возникают трудности понимания эмоционального состояния других людей и выражение своих эмоций

и чувств. Детям, страдающим от расстройства аутистического спектра, характерны повторяющиеся движения и быстрые действия, а также непроизвольное повторение каких-либо слов или фраз, которые связаны со стремлением поддержания состояния.

Могут проводить неестественные манипуляции с различными предметами и игрушками, с игнорированием общей функции обращением к их физической характеристике, что отражается в постукивании, потряхивании.

Для детей с таким заболеванием, присуща задержка речи и искажение ее коммуникативной стороны. Даже если ребенок имеет достаточно развитую речь, все же для него характерны немедленные повторы. Подобные речевые обороты не используются им для общения: ребенок может пользоваться ими, не обращая внимания на реакцию слушателя, вызывая при этом удивление у окружающих.[8].

На данном этапе времени статистика такова, что примерно на 100 детей 1 ребенку может быть поставлен диагноз «аутизм». По данным Всемирной организации аутизма, ранее частота случаев рождения детей с таким диагнозом приходилась на 1 из 10 тысяч. Проявления таких состояний в большей степени выражены в раннем детстве, в период от 1 года до 4-х лет, когда такие дети замыкаются в себе. В возрасте 4-5 лет дети постепенно выходят из данного состояния, при этом с разным эффектом, так что бывают и благоприятные исходы. Диагноз «аутизм», может быть поставлен, только на основе клинических критериев врачом-неврологом или детским психиатром.

К основным видам аутизма, входящим в Международную классификацию болезней, относятся:

- Ранний детский аутизм
- Атипичный аутизм
- Синдром Ретта
- Синдром Аспергера

Ранний детский аутизм- это один из видов аутизма, при котором нарушения психики и поведения ребенка проявляются с первых дней его жизни. Также для обозначения данного заболевания, в медицине используется термин «синдром Каннера». Из 10 тыс. младенцев и детей раннего возраста этот вид встречается у 10-15 малышей. Мальчики страдают данным синдромом чаще чем девочки.

Атипичный аутизм- это глубокое нарушение коммуникаций и социального взаимодействия. Диагностируется позже и протекать менее выражено, чем аутизм. Чаще всего возникает у детей с тяжёлым специфическим расстройством развития восприятия устной речи или умственной отсталости.

Синдром Ретта-психоневрологическое наследственное заболевание, встречается почти исключительно у девочек с частотой 1 к 10-15 тысячам, является причиной тяжёлой умственной отсталости у девочек.

Причиной возникновения является мутация одного из генов половой X хромосомы. Плоды мужского пола с подобной мутацией погибают ещё при нахождении в утробе матери.

Синдром Аспергера - это легкая форма аутизма, при которой способность к социализации относительно сохранена. Признаки данного синдрома начинают проявляться с 2-3 лет, но окончательный диагноз, чаще всего ставится в возрасте в период от 7 до 16 лет. Лица с таким заболеванием обладают нормальным или высоким интеллектом, но отличаются нестандартными или слаборазвитыми социальными способностями.

Основными факторами и причинами детского аутизма являются:

1. Генетические нарушения
2. Нарушения развития центральной нервной системы
3. Инфекционные и токсические факторы могут нарушить развитие мозга ребенка.
4. При нарушении аминокислотного обмена
5. Изменения объема щитовидной железы.[9]

Методы работы. При работе с аутичными детьми наиболее эффективным способом является поведенческая терапия, с помощью которой дети не только осваивают элементарные бытовые вещи, но и обучаются письму, чтению, счету. Ее главной задачей является счастье ребёнка, которому не взирая на различные нарушения развития, необходимо участвовать в общественной жизни и обязательно наиболее полноценно.

Обучение происходит в структурированной обстановке, потому что для таких детей очень важно соблюдение четкой последовательности событий и режимных моментов, в таком случае ситуация становится для них обыденной и облегчает процесс адаптации в обществе.[1].

На начальном этапе обучения аутичному ребенку требуется постоянное сопровождение, так как новая обстановка может вызвать негативную реакцию. Эти дети очень болезненно воспринимают критическую оценку, поэтому при обучении нужно создавать ситуации успеха в тех сферах деятельности, в которых дети наиболее сильны. Поведенческий подход предполагает использование подкрепления, например, если ребёнок выполнил задание, то в качестве поощрения он может поиграть в любимую игрушку или в компьютер. Потом эта поведенческая форма закрепляется в сознании.

Основным недостатком такой терапии является то, что ребенок выполняет что-либо за вознаграждение, то есть, поведение регулируется извне. Из-за подобных ситуаций дети становятся эмоционально незрелыми.

Для развития чувства «Я», стоит использовать метод анализа состояний ребенок в игровой или творческой среде, то есть в том, что он любит делать.[6] Необходимо наладить с ребенком обратную связь на том языке, что доступен для

его понимания, благодаря этому снижается интенсивность внутренних переживаний.[2]. В подобных ситуациях, можно проговаривать все произошедшее и эмоциональные состояния ребенка, поддерживать его.

Таким образом, ребенок постепенно научится эмоциональной регуляции: сначала он это делает при помощи психолога или психотерапевта, потом эта функция переходит во внутренний план. Ещё одним эффективным методом работы с детьми аутистами является арт-терапия.

Применение средств арт-терапии делает возможным преодоление коммуникативного барьера у детей с РДА, обусловленного наличием различных речевых проблем, социальных навыков и поведения.

Арт-терапия учитывает возможности детей реагировать на сенсорные стимулы при осуществлении совместной деятельности с педагогом. Также, стоит отметить, что методы арт-терапии имеют большую важность для развития воображения и абстрактного мышления у детей с таким диагнозом.

Адаптация и обучение детей с аутизмом Первый аспект – это адаптация в среде здоровых детей. Важным будет отметить тот факт, что в настоящее время детей с раннего возраста приучают к толерантному отношению ко всем людям, акцентируя внимание на то, что нет идеального человека и все мы разные, все обладаем какими-то особенностями.

В доказательство вышеизложенной мысли стоит привести пример с игрушками и мультфильмами, которые выпустились за последние пять лет: куклы на колясках или с физическими изъянами, а также с различным телосложением, ростом и расой пользуются огромной популярностью.

Тема равенства часто поднимается также на телевидении, дети с ОВЗ допускаются в различные телевизионные проекты и даже выигрывают их в честном соперничестве. Из этого следует, что процесс адаптации ребёнка в обычной образовательной организации пройдет, положительно в настоящее время и уж точно в будущем. Ведь ребёнку с ограниченными возможностями здоровья крайне важно, чтобы к нему относились также, как ко всем, потому что несмотря на его особенности, он такой же, как и все, человек.

Ко второму аспекту стоит отнести создание необходимых медицинских условий. В случае с ребенком-аутистом необходим высококвалифицированный штат сотрудников – дефектологов, педагогов, психологов, логопедов. Это крайне важно, чтобы в случае необходимости оказать ребёнку срочную медицинскую или психологическую помощь.

И третий аспект – это непосредственно особенности обучения, образования лиц с таким заболеванием. Детей с аутизмом иногда называют «гениями не нашего мира». Одной из отличительных особенностей таких детей является их поразительная черта запоминать сложную, трудную для понимания информацию, но при этом они совершенно не способны на выполнение элементарных заданий.

При таких особенностях стоит работать следующим образом – делать упор на то, что ребёнку больше нравится и что у него получается, при этом параллельно развивать основные навыки, постепенно вводить в обиход сначала более лёгкие для его восприятия задания, с незаметными элементами базовых заданий и тех, которые с трудом ему удаются. Это позволит ученику с таким диагнозом чувствовать, что он занимается тем, в чём он хорошо разбирается, но при этом научиться необходимым умениям и навыкам.

Семья Именно семья является важным элементом при лечении ребёнка с аутизмом: работать нужно не только с ребёнком, но и его семьёй. Прежде всего родители должны понять, как тяжело жить ребенку в мире, необходимо научиться терпеливо наблюдать за ним, замечая и произнося в слух каждое его слово и жест. Выполнение этих простых действий поможет расширить внутренний мир маленького человека и направит его на выражение мыслей, чувств, эмоций словами. Кроме того, родители должны учитывать то, что их ребёнок очень ранимый. Любое невольно сказанное слово, может вызвать «эмоциональную бурю». Поэтому учитывая это, родители должны быть предельно аккуратны и осторожны при общении с ребёнком.

Внешне ребёнок очень часто не проявляет никакой реакции при нахождении с окружающими людьми, ведет себя так, как будто находится один или около детей или взрослых. Такой ребенок не пустит никого в свой мир. Иногда только по случайно сказанной фразе или жесту, можно догадаться о его эмоциональном состоянии. Поэтому педагогу и родителям необходимо работать в тесной связи, дабы помочь ребенку адаптироваться среди детского коллектива.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что аутизм - это психическо-неврологическое расстройство, характеризующееся дефицитом социальных взаимоотношений и общения, а также ограниченным кругом интересов и большим количеством повторяющихся движений. Дети с расстройством аутистического спектра нуждаются во внимании и заботе, в несколько раз больше чем, обычные. С ними очень тяжело, но и не кто не обещал, что путь к исцелению будет легким. Тяжелые формы аутизма встречаются редко, более широко распространены легкие формы.

Список литературы

1. Аутизм / под. ред. проф. Э. Г. Улумбекова. М.: Гэотар-мед, 2002
2. Аутичный ребенок: пути помощи. М.: Теревинф, 1997. 342 с.
3. Бычкова Е. Дети дождя: все об аутизме // Няня, 2001. № 12.
4. Международная научно-практическая конференция «Аутизм. Выбор маршрута» / М. 2014, 29– 30 с.
5. Уиндер С. И др. На «ты» с аутизмом / Уиндер С. И др М.: Теревинф 2013,

510 с.

6.Бойченко А. Заколдованные принцы. А вы боитесь быть счастливыми? // Московский комсомолец, 1999. 5 августа. С. 3.

7.Башина В. М. Аутизм в детстве. М.: Медицина, 1999

8.Баенская Е. Р. Особенности раннего аффективного развития аутичного ребенка в возрасте от 0 до 1,5 лет // Дефектология, 1995. № 5. С. 76-83.

9.Богдашина О. Аутизм: определение и диагностика. Донецк, 1999

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПЕДАГОГОВ В СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЯХ

Аскарова Гулрух Оринбасаровна

Phd по психологическим наукам

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

Султонмуродова Мумтоза Зафаржон кизи

Студентка 2-курса магистратуры

по направлению психология

НПУУз им Низами

Введение. Профессиональная деятельность педагога является одной из наиболее напряжённых и эмоционально насыщенных сфер труда. Постоянное взаимодействие с учащимися, необходимость поддерживать дисциплину, выполнение образовательных стандартов, работа с родителями и коллегами формируют высокую нагрузку, нередко приводящую к возникновению стрессовых ситуаций. Длительное воздействие профессионального стресса может оказывать негативное влияние на психологическое состояние педагога, снижать его работоспособность и повышать риск эмоционального выгорания.

В этой связи особое значение приобретает изучение копинг-стратегий — способов совладания со стрессом, которые позволяют педагогу сохранять эмоциональное равновесие, адаптироваться к сложным условиям и поддерживать профессиональную эффективность.

Анализ особенностей копинг-стратегий у педагогов в стрессовых ситуациях является важной научной и практической задачей, так как способствует разработке рекомендаций по сохранению их психологического здоровья и профилактике профессионального выгорания. В зарубежной психологической литературе проблема выхода из негативных ситуаций посредством различных способов связана с термином «coping».

Впервые термин «coping» (в русских переводах — совладение, преодоление) был использован Л. Мэрфи в 1962 г. при исследовании способов преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития [5].

Основная часть. Понятие «coping behavior» (преодолевающее поведение, поведение по совладению) используется для анализа способов поведения человека в различных ситуациях. Р. Лазарус и С.

Фолкман описывают его в виде постоянно изменяющихся когнитивных и поведенческих усилий, прилагаемых человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека.

Большинство классификаций построено вокруг двух, предложенных Р. Лазарусом и С. Фолкманом, модусов психологического совладания, направленных на:

- 1) решение проблемы;
- 2) изменение собственного состояния и установок в отношении ситуации.

Несмотря на значительное индивидуальное разнообразие поведения в стрессе, по мнению Р. Лазаруса, существуют два основополагающих стиля реагирования. Проблемно-ориентированный стиль связан с рациональным анализом проблемы, созданием и выполнением плана разрешения трудной ситуации. Формами поведения при этом являются самостоятельный анализ случившегося, обращение за помощью к другим и поиск дополнительной информации (1).

Методология. Т.Л. Крюкова отмечает, что копинг-поведение представляет собой целенаправленную деятельность, позволяющую человеку справляться со стрессом и сложными жизненными ситуациями. Оно реализуется через осознанные стратегии, направленные на устранение трудностей, адаптацию к требованиям ситуации или их преобразование с учетом личностных особенностей [1].

Копинг-стратегии – это способы, которые мы используем для преодоления стресса и адаптации к трудным обстоятельствам. Они включают в себя мысли, чувства и действия, направленные на то, чтобы справиться с проблемой или уменьшить ее негативное воздействие.

Жизнь полна непредсказуемых ситуаций, которые могут вызывать стресс и тревогу. Что такое стресс?

Стресс - это состояние психологического и физического напряжения, которое возникает в ответ на различные внешние или внутренние факторы, называемые стрессорами. Эти факторы могут быть физическими (например, холод, жара, болезнь), эмоциональными (например, страх, гнев, горе) или социальными (например, конфликты, финансовые проблемы, рабочие перегрузки). Стресс является естественной реакцией организма на вызовы и изменения в окружающей среде. В небольших дозах он может быть даже полезным, помогая нам мобилизоваться и справиться с трудными ситуациями. Однако, если стресс становится хроническим и длительным, он может негативно

сказаться на нашем здоровье и благополучии [4].

Копинг-стратегии могут быть:

-конструктивные (адаптивные) Помогают лучше адаптироваться к стрессовым ситуациям и конструктивно их решать — в отличие от дезадаптивных, которые дают лишь временное утешение;

-деструктивные (неадаптивные)-к деструктивным копинг – стратегиям относятся курение, приём алкоголя или психотропных веществ (в том числе большое количество кофеиносодержащих напитков кофе, чая), а так же агрессивные реакции, ухудшающие отношения человека с окружающими людьми.

Кроме того, исследователи Моос и Шеффер предложили классификацию копинг-стратегий, основанную на фокусе внимания:

-Копинг-стратегии, воздействующие на ситуацию: стремление изменить стрессовый фактор или саму ситуацию.

-Когнитивные стратегии, направленные на переоценку ситуации:переосмысление ситуации, поиск в ней положительных аспектов или возможностей для роста.

-Стратегии, направленные на снятие эмоционального напряжения: методы, помогающие снизить эмоциональный дискомфорт без непосредственного изменения ситуации.

Эта классификация помогает лучше понять разнообразие подходов, которые люди используют для совладения со стрессом [3].

Таким образом, копинг-поведение — это стратегии действий, которые человек реализует в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию. Они осуществляются в процессе функционирования когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфер личности и обеспечивают большую или меньшую успешность адаптации. Копинг-стратегии являются способами преодоления стрессовых ситуаций, на основе осознанного выбора стиля реагирования на стресс и характера действий человека при взаимодействии с окружающим миром.

Результаты. Работа педагога – это не только передача знаний ученикам, но и постоянное взаимодействие с людьми, решение сложных ситуаций, управление классом и многое другое. Все это может приводить к стрессу, который, если не научиться с ним справляться, может негативно сказаться на здоровье и профессиональной деятельности.

Педагоги могут использовать различные копинг-стратегии, чтобы справиться со стрессом.

– Конструктивные:

- Активное решение проблемы: если ученик плохо себя ведет, педагог может поговорить с ним, выяснить причину такого поведения и попытаться найти решение проблемы вместе.
- Изменение отношения к ситуации: иногда полезно посмотреть на ситуацию под другим углом, попытаться понять точку зрения ученика или родителя.
- Обращение за поддержкой: педагог может обратиться за помощью к коллегам, администрации школы или даже к психологу.
- Забота о себе: важно находить время для отдыха, занятий спортом, хобби и других приятных занятий.
- Деструктивные:
- Избегание проблемы: некоторые педагоги могут игнорировать проблемы с учениками или родителями, надеясь, что они решатся сами собой.
- Агрессия и обвинения: в стрессовой ситуации педагог может сорваться на учениках или родителях, обвинить их во всех проблемах.
- Самокритика и самоуничижение: некоторые педагоги могут винить себя во всех проблемах, чувствовать себя некомпетентными и беспомощными.

Выводы. Проведённый анализ показал, что профессиональная деятельность педагога тесно связана с высоким уровнем эмоционального и психологического напряжения. Частые стрессовые ситуации обусловлены спецификой педагогического труда: необходимостью постоянного взаимодействия с учащимися, родителями и коллегами, высокой ответственностью и значительной нагрузкой.

Эффективные копинг-стратегии позволяют педагогу поддерживать внутреннее равновесие, сохранять работоспособность и предотвращать развитие эмоционального выгорания. Использование адаптивных форм совладания со стрессом способствует не только профессиональной успешности, но и общему психологическому благополучию.

Таким образом, развитие и формирование конструктивных копинг-стратегий является важным направлением в системе психологической поддержки педагогов и условием повышения качества их профессиональной деятельности.

Список использованной литературы

1. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: дис. ...д-ра псих. наук: 19.00.13 / Т.Л. Крюкова; КГУ. – Кострома, 2005. – 476л.
2. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции. — М., 2006. — 167 с.

3. Муздыбаев К. Совладение с жизненными трудностями // Журнал социологии и социальной антропологии – 1998. – Т. 1
4. Психология деятельности в экстремальных условиях: учеб. Пособие / В.Н. Непопалов, В.Ф. Сопов, А.В. Родионов и др.; Под ред. А.Н.Блеера. – М.: Академия, 2013. – 256 с.
5. Ташлыков, В.А. Психологические защиты у больных с невротами и психосоматическими расстройствами / В.А. Ташлыков. – СПб., 1992. – 23с.)

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Аскарова Гулрух Оринбасаровна

Phd по психологическим наукам

и.о. доцент кафедры «Практическая психология»

НПУУз им Низами

Введение. Молодежный возраст является критическим периодом, когда происходит активное становление личностных характеристик, в том числе способов преодоления стрессовых ситуаций. Копинг-стратегии играют ключевую роль в обеспечении психологической устойчивости, адаптации к изменениям и успешной социальной интеграции.

Понятие «coping» происходит от английского «core» (преодоление).

В английском языке есть обывденное «core», обозначающее: бороться, справляться, совладать и др. С ним связано слово «coping», которое в отечественной психологии переводят как «совладание»; адаптивное, совладающее поведение, или психологическое преодоление [4].

Термин "копинг" впервые появился в психологической литературе в 1962 году благодаря Л. Мерфи, которая использовала его для изучения способов, с помощью которых дети преодолевают кризисы развития. В 1966 году Ричард Лазарус в своей книге «Психологический стресс и процесс совладания с ним» применил понятие копинга для описания осознанных стратегий, направленных на преодоление стресса и других событий, вызывающих тревогу. Копинг-стратегии - это различные способы, с помощью которых люди справляются со стрессовыми ситуациями. Психологи выделяют множество таких стратегий, которые помогают людям адаптироваться к трудностям [1].

Основная часть. Молодежь, находящаяся в процессе обучения, представляет собой уникальную социально-возрастную группу, развитие которой проходит через этап, известный как «становление взрослости» (emerging adulthood). Особенность этого периода заключается в изменении временных рамок развития, где ключевая цель сосредоточена на получении профессии,

требующем продолжительного процесса обучения [2].

Т.Л. Крюкова подчеркнула, что копинг-поведение отличается от психологической защиты тем, что представляет собой осознанную стратегию действий. Оно направлено на устранение угроз, преодоление препятствий и способствует лучшей адаптации человека к требованиям ситуации [4].

Нами были использованы следующие методики: «Опросник способов копинга» (ОСК, Р. Лазарус, С. Фолкман в адаптации Е.В. Битюцкой), краткая версия теста «Жизнестойкость» (в адаптации Е. Н. Осина и Е. И. Рассказовой), а также авторская анкета «Диагностика определения причин и преодоления стресса» (Г.О. Аскарова, Р.Н. Исмаилова).

Результаты. В исследовании приняли участия 409 респондентов, из которых 151 студента НПУУз имени Низами, 129 студентов БГУ, 129 студентов Ташкентского филиала МГУ М.В. Ломоносова по направлению практическая психология.

Дисперсионный анализ по методике «Опросник способов копинга»

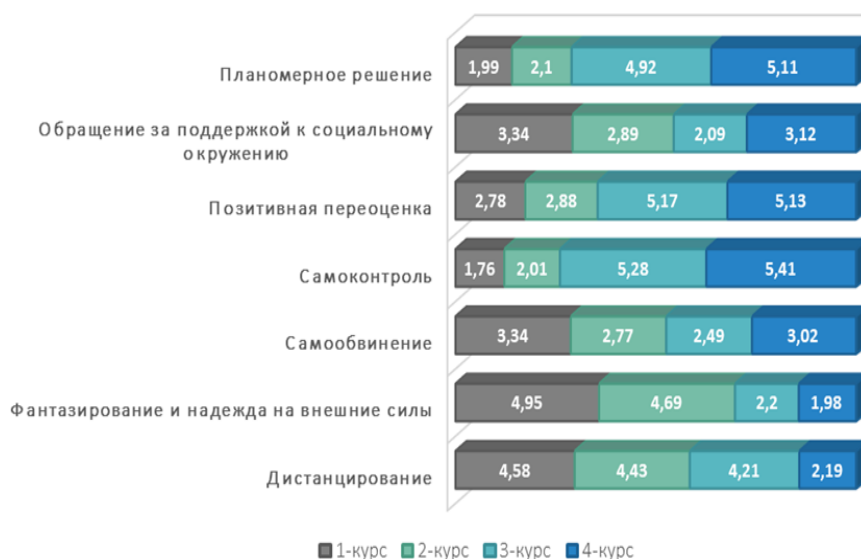


Рис. 1. Результаты сопоставления выборок по методике «Опросник способов копинга», (n=409)

Данные, представленные в *Рис 1*, говорят нам о том, что по копинг-стратегиям «Планомерное решение проблемы», «Позитивная переоценка» и «Самоконтроль» студенты 3-го и 4-го курсов превосходят студентов 1-го и 2-го курсов. По шкале «Фантазирование и надежда на внешнее» у студентов 1-го и 2-го курсов выше, чем у студентов 3-го и 4-го курсов.

По пункту «Дистанцирование» у студентов 1-го, 2-го и 3-го курсов уровень выше по сравнению со студентами 4-го курса. Можем сделать вывод, что студенты (3-го и 4-го) старших курсов проявляют более целенаправленные копинг-стратегии.

Социально-психологические особенности проявляются в их способности систематически решать проблемы, разрабатывать конкретные планы действий, видеть положительные стороны ситуаций и контролировать свои действия и эмоции, которые позволяют сохранять спокойствие и принимать разумные решения в сложных ситуациях.

Проявление фантазирование и надежда на внешнее у студентов младших курсов в их склонности к созданию в воображении образов, ситуаций или событий, а также к ожиданию. Также студенты 1-ых, 2-ых и 3-их курсов чаще дистанцируются от трудных ситуаций или стремятся не воспринимать слишком серьезно данную ситуацию.

Нами проведено среди студентов сравнение ответов на вопрос «Какие проблемы вызывают у вас стресс?» по авторской анкете «Диагностика определения причин и преодоления стресса»:

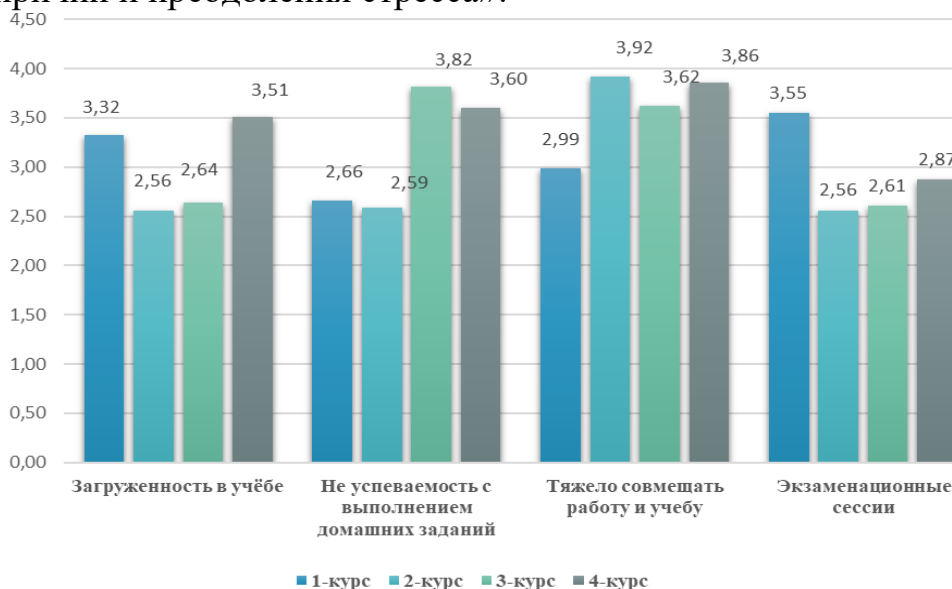


Рис. 2. Различия в средних рангах по причинам стресса среди студентов разных курсов обучения, (n=409)

По показателю «Загруженность в учёбе» можно увидеть, что что студенты 1-го и 4-го курсов имеют высокий уровень. Мы считаем, что у студентов 1-го курса высокая учебная нагрузка часто воспринимается из-за необходимости адаптации к новой учебной среде, требований образовательного процесса и знакомства с новыми дисциплинами. Студенты 4-го курса, в свою очередь, могут ощущать высокий уровень стресса из-за необходимости написания дипломной работы, подготовки к выпускным экзаменам и беспокойства о будущей профессиональной деятельности. По проблеме «Не успеваемость с выполнением домашних заданий»

Студенты старших (3-го и 4-го) курсов имеют более высокий и одинаковый балл по сравнению со студентами младшего курсов. Можно сказать, что

обязанности, возложенные на студентов старших (3-го и 4-го) курсов, существенно возросли за счет углубления предметов, увеличения количества профильных курсов и практик. По шкале «Тяжело совмещать работу и учебу» баллы у студентов 2-го, 3-го и 4-го курсов наблюдается высокий результат.

Такая ситуация связана главным образом с тем, что студенты стремятся к финансовой независимости и поэтому вынуждены работать.

Также несовместимость рабочего времени с дисциплинами, которым студентам необходимо уделять больше времени и сил во время учебы. По уровню «Экзаменационные сессии» отмечено, что высокие баллы показали больше у первокурсников. Мы предполагаем, что данная ситуация может быть связана в основном с процессом адаптации к новой образовательной среде студентов-первокурсников.

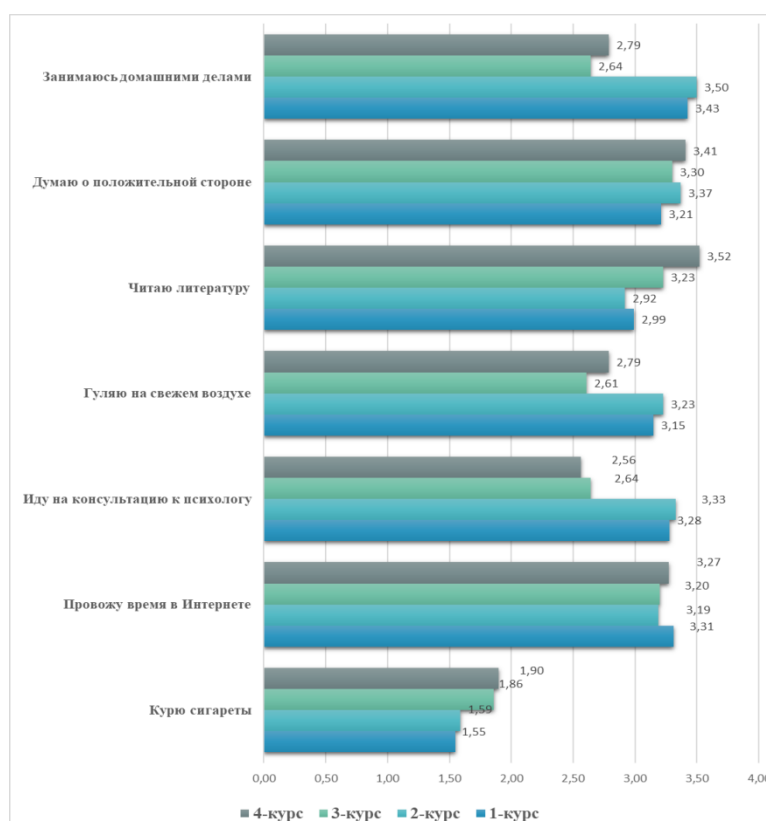


Рис. 3. Различия в средних рангах по преодолению стресса среди студентов разных курсов обучения, (n=409)

Следовательно, проведено среди студентов сравнение ответов на вопрос «Какими способами преодолеваете стресс?», выявлены следующие различия способов преодоления стресса: По шкале «Занимаюсь домашними делами» высокий балл отмечен у студентов младших (1-2) курсов. Такая ситуация может быть связана главным образом с тем, что они тратят свое время вне учебы на домашние дела.

Поскольку навыки эффективного тайм-менеджмента у них еще не

полностью сформированы, они больше выполняют домашнюю работу в стрессовых ситуациях. По пункту «Думаю о положительной стороне» все студенты различных курсов имеют примерно одинаковый балл.

Это показывает, что позитивный подход к стрессовым ситуациям и оптимистическое мышление развиты у всех студентов. Это может быть связано с общей культурой поддержки и обучения позитивному мышлению в образовательной среде. По проблеме «Читаю литературу» студенты старших (3-4) курсов показали высокий уровень.

Вероятно, это связано с их серьезным подходом к учебному процессу и интересом к внеклассной деятельности. Чтение также является важным способом борьбы со стрессом, также может служить не только способом расслабления, но и важным источником самосовершенствования и расширения кругозора.

По уровню «Гуляю на свежем воздухе» она более выражена у студентов 1-го и 2-го курсов. Студенты младших курсов могут выбрать прогулку как эффективный способ справиться со стрессом.

В результате анализа проблемы «Иду на консультацию к психологу» высокий балл выявлен у студентов младших (1-2) курсов. Вероятно, это связано с тем, что студенты младших курсов, попадая в новую среду, испытывают большую потребность в обращении за психологической помощью в решении проблем, связанных со стрессом. По проблеме «Провожу время в Интернете» у всех студентов выявлен одинаковый высокий уровень. Высокий уровень времени, проводимого студентами в интернете, объясняется его доступностью и разнообразием функций, он стал доступным и необходимым для учебы. Современные технологии и привычка к гаджетам делают его частью их повседневной жизни.

Заключительная часть. Умение контролировать свои эмоции, управлять стрессом и поддерживать психологическую стабильность играет ключевую роль в преодолении кризисов. Такие навыки можно развивать через медитацию, дыхательные практики, физическую активность и рефлексии. Общение с родными, друзьями, наставниками и психологами помогает молодым людям чувствовать себя менее изолированными в трудные моменты. Социальная поддержка не только снижает уровень стресса, но и способствует формированию более устойчивых копинг-стратегий.

Эффективные копинг-стратегии позволяют молодежи не только успешно справляться с трудностями, но и использовать их как ресурс для личностного и профессионального развития. Формирование таких навыков должно стать приоритетной задачей образовательных учреждений, поскольку от этого зависит устойчивость будущих специалистов к вызовам современного мира.

Список литературы

1. Аскарова Г.У. Копинг-стратегий как способ преодоления стресса у студентов // Вестник интегративной психологии 2023 Выпуск 30 часть 2
2. Баляев С.И., Мышко В.В. Теоретические подходы к изучению понятия трудной жизненной ситуации в психологии // Наука в жизни человека № 3 / 2023. – С. 95-101.
3. Битюцкая Е.В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями, М., 2011.
4. Крюкова Т.Л. “Человек как субъект совладающего поведения” // Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М.: Ин-т психологии РАН, 2008. С. 55–65.
5. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. Journal of Personality and Social Psychology.

РОЛЬ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В СТАНОВЛЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

Аскарова Гулрух

PhD по психологическим наукам

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

НПУУз им Низами

Рахимова Робиябону

Студентка 2-курса магистратуры

по направлению психология

НПУУз им Низами

Введение. Общение с окружающими для человека очень значимо, но не всегда он может эффективно взаимодействовать в сфере межличностных отношений. Для эффективного общения, человек должен быть компетентен в этом, он должен изучать правила взаимодействия с людьми, воспитывать в себе личностные качества, от которых зависит успешность общения, формировать коммуникативные умения и навыки, т.е. становиться в большей степени компетентным в общении.

Современный учебный процесс обучения в системе высшего образования характеризуется противоречием между реальной на сегодняшний день, коммуникативной компетентностью студентов и несоответствием желаемой социально значимой, с другой стороны.

Так же сопровождается переживанием различных стрессовых ситуаций, связанных с учебным процессом и с личными взаимоотношениями. Во время профессионального развития на этапе вузовского обучения студенты должны

иметь представления о коммуникативной компетентности, функциях общения, особенностях его построения с разными группами людей, разбираться в причинах затрудненного общения, владеть способами их преодоления. Коммуникативная компетентность – это именно то, что необходимо молодым людям и студентам для успешного самоопределения в мире труда, непрерывного образования и межличностных социальных отношений.

Основная часть. Коммуникативная компетентность – умение успешно общаться с людьми, важнейшее качество, необходимое человеку практически во всех жизненных ситуациях. Понятие «коммуникативная компетентность» в отечественной литературе часто отождествляется с понятием «компетентность в общении». Данный феномен активно разрабатывается с середины 1980-х гг. Впервые, термин «коммуникативная компетентность» используется А. А. Бодалевым в социальной психологии и трактуется как «способность устанавливать и поддерживать эффективные контакты с другими людьми при наличии внутренних ресурсов (знаний и умений)».

Л.А. Петровская обращает внимание на три стороны коммуникативной компетентности. Компетентность во всех видах общения заключается в достижении трёх уровней адекватности партнёров – коммуникативной, интерактивной и перцептивной. Следовательно, можно говорить о различных видах компетентности в общении. Так же автор отмечает, что коммуникативная компетентность (компетентность в общении) предполагает готовность и умение строить контакт на разной психологической дистанции – и отстранённой, и близкой.

Трудности порой могут быть связаны с владением какой-либо одной из них и её реализацией повсеместно, независимо от характера партнёра и своеобразия ситуации. Автор считает, что именно гибкость в адекватной смене психологических позиций является одним из существенных показателей компетентного общения [5].

Социальная психология внесла вклад в развитие теории и практики формирования коммуникативной компетентности. Представители общения (А.А. Бодалев, Ю.Н. Емельянов, Ю.М. Жуков, В.Н. Куницына, Л.А. Петровская, К. Данцигер) различных школ и направлений единодушно включают коммуникативную компетентность в структуру эффективного общения (Бодалев, 1996, Емельянов, 1999, Жуков, 1991, Куницына, 2001, Петровская, 1989, Danziger, 1976).

Коммуникативная компетентность относится к группе ключевых компетентностей, т. е. имеющих особую значимость в жизни человека, поэтому ее формированию следует уделять пристальное внимание. Значение коммуникативной компетентности учащегося в образовательном процессе следующее:

- она влияет на учебную успешность;
- от коммуникативной компетентности во многом зависит процесс адаптации учащегося, в частности его эмоциональное благополучие в коллективе;
- коммуникативная компетентность учащихся может рассматриваться в образовательном процессе не только как условие сегодняшней эффективности и его благополучия, но и как ресурс эффективности и благополучия его будущей взрослой жизни [4].

Методология. Как справедливо отмечает И.Н. Зотова, в современном образовательном пространстве особую значимость приобретают социально-психологические проблемы, касающиеся процесса общения, в особенности его коммуникативной стороны. Важнейшей качественной характеристикой, позволяющей развивающейся личности реализовать свои потребности в социальном принятии, признании, уважении и определяющей успешность процесса социализации выступает коммуникативная компетентность.

Она выражается не только в готовности и способности осознанно, уважительно и доброжелательно относиться к другому человеку, но и в готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания [3]. Изучение структуры коммуникативной компетентности приобретает особый практический смысл для студентов и педагогического труда, т. к. общение выполняет в нем как одна из форм деятельности. Накоплено немало фактов, свидетельствующих о том, как много значит для студента общение не только с преподавателями, но и со сверстниками.

Результаты. Для развития коммуникативной компетентности у студентов в учебном процессе особое внимание надо уделять решению следующих задач:

- оснастить и наполнить психолого-педагогические дисциплины коммуникативным содержанием;
- использовать формы, методы и приемы, активизирующие развитие коммуникативных способностей и умений студентов;
- разработать и внедрить курсы по выбору;
- реализовать систему коммуникативно-развивающих профессионально-значимых заданий в процессе учебной и педагогической практики;
- организовать учебно-исследовательскую работу студентов по психологическому аспекту обеспечения коммуникативной компетентности [1].

Так как развитие коммуникативной компетентности у студентов является одной из активно разрабатываемых проблем, психолог в своей работе, по развитию коммуникативной компетентности учащихся, может использовать разные методы работы. Одним из методов для формирования коммуникативной компетентности у студентов является социально-психологический тренинг.

Основы тренинга коммуникативной компетентности подробно рассмотрены в работах Г.М. Андреевой (Андреева, 1998), Ю. Н. Емельянова (Емельянов, 1985), Л.А. Петровской (Петровская, 1989) и др. Авторы отмечают, что в социально-психологическом тренинге развитие коммуникативной компетентности происходит не естественным путем, а с помощью специальных приемов, заключающихся в создании особых ситуаций воздействия.

Заключение. В тренинг коммуникативной компетентности могут быть включены упражнения, целью которых является: снятие мышечных зажимов, напряжений, формирование мускульной свободы в процессе общения, овладение навыками психофизиологической саморегуляции, развитие навыков произвольного внимания, наблюдательности, развитие навыков невербального общения, формирование умения управлять вниманием партнеров по общению и т.д.

Таким образом, психологический тренинг представляет собой совокупность активных методов практической психологии, которые используются как в рамках клинической психотерапии, так и для работы со здоровыми людьми, имеющими психологические проблемы, в целях оказания им помощи. Анализ литературы по проблеме развития коммуникативной компетентности студентов позволил сделать следующие выводы:

- Коммуникативная компетентность рассматривается большинством авторов, как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в ситуациях личностного взаимодействия. В состав компетентности включаются когнитивные (ориентированность, психологические знания и перцептивные способности), исполнительские (социальные установки, опыт, система отношений личности) компоненты.

- Источниками коммуникативной компетентности являются: врожденные особенности личности, воспитание, жизненный опыт, общая эрудиция и специальные методы обучения. Наилучший обучающий эффект на сегодняшний день дают «группы социально – психологического тренинга».

- Одним из наиболее эффективных методов развития коммуникативной компетентности является тренинг, представляющий собой синтез всех активных средств обучения. В исследованиях влияния тренинга на изменение уровня коммуникативной компетентности подтверждается его эффективность.

Список использованной литературы

1. Алифанова Е.М. Формирование коммуникативной компетенции детей

1. дошкольного и младшего школьного возраста средствами театрализованных игр: автореф. дисс. канд. психол. наук – Волгоград, 2001. – 24 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология : учебник для высш. учеб. Заведений / Г.М. Андреева. – М.: Аспект-пресс, 1998. – 376 с.
3. 4. Зотова И.Н. Характеристика коммуникативной компетентности// Известия ТРГУ. Тематический выпуск «Психология и педагогика» №13(68), Таганрог: 2006, 225-227 с.
4. Иванов В.Д. Социально-перцептивно-коммуникативный тренинг как эффективный фактор формирования коммуникативной компетентности студентов ВУЗа - Челябинск: ЮУГУ, 2003.
5. Петровская, Л. А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг. — М.: Смысл, 2001. — 288 с.

4К-НАВЫКИ ДЛЯ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ

Буриева Кибрио Эргашевна

*Преподаватель Чирчикского государственного педагогического университета,
факультет педагогики, Чирчик, Узбекистан*

Введение. Современная мировая экономика ставит перед профессиональным образованием задачу подготовки студентов к быстро меняющимся условиям труда. Стремительное развитие технологий, глобализация и возрастающий спрос на гибкие и универсальные компетенции требуют переосмысления подходов к обучению.

Среди ключевых компетенций XXI века особое место занимают так называемые 4К навыки — критическое мышление, креативность, коммуникация и коллаборация.

Эти навыки обеспечивают выпускникам не только успешную профессиональную адаптацию, но и возможность эффективно взаимодействовать в мультикультурной и цифровой среде. Традиционные методы обучения, ориентированные исключительно на технические знания, недостаточны для подготовки специалистов к современным вызовам. В связи с этим актуальной становится интеграция 4К навыков в программы профессионального образования.

Теоретическая часть. Современный рынок труда предъявляет новые требования к выпускникам профессиональных образовательных учреждений. Быстро меняющиеся технологии, цифровизация и глобализация формируют потребность не только в узкопрофильных знаниях, но и в универсальных компетенциях.

4К-навыки представляют собой универсальный набор компетенций,

способствующих эффективному решению задач в профессиональной деятельности. Критическое мышление позволяет анализировать информацию, оценивать её достоверность и принимать обоснованные решения.

Креативность отвечает за способность генерировать новые идеи, разрабатывать инновационные подходы и адаптироваться к изменениям. Коммуникация подразумевает умение ясно выражать мысли, вести деловое общение и работать в различных социальных контекстах. Коллаборация означает сотрудничество в команде, умение распределять обязанности и достигать общих целей.

Эти навыки формируют основу профессиональной компетентности, особенно в условиях цифровой экономики, где успех зависит от способности быстро адаптироваться и работать в команде.

Методология. Экспериментальная группа (n=60): обучалась по программе с интеграцией 4К навыков через проектное обучение, использование цифровых инструментов и выполнение совместных заданий.

Контрольная группа (n=60): обучалась по традиционной программе, ориентированной преимущественно на развитие технических компетенций.

Для оценки эффективности внедрения 4К навыков были использованы:

Пред- и посттесты — стандартизированные тесты, направленные на оценку уровня развития критического мышления, креативности, коммуникации и коллаборации.

Анкетирование — опрос студентов с использованием шкалы Лайкерта для выявления субъективной оценки развития 4К навыков и уверенности в их применении на практике.

Наблюдение в классе — анализ поведения студентов, их активности в дискуссиях, участия в проектах и взаимодействия в группах.

Результаты. Сравнение пред- и посттестов

Анализ:

Навык	До (Контроль)	До (Эксперим.)	После (Контроль)	После (Эксперим.)
Критическое мышление	58%	59%	62%	85%
Креативность	55%	57%	60%	87%
Коммуникация	60%	62%	63%	84%
Коллаборация	59%	60%	64%	86%

Экспериментальная группа показала значительный рост по всем показателям, особенно в креативности (+30%) и коллаборации (+26%).

Контрольная группа продемонстрировала минимальные изменения (в

среднем +4%).

Обсуждение. Интеграция 4С навыков в профессиональное образование способствует развитию гибких компетенций, востребованных на рынке труда. Результаты подтверждают, что применение проектного обучения, цифровых инструментов и командной работы повышает не только академические результаты, но и уверенность студентов в собственных силах.

Заключение. Включение 4С навыков в профессиональное образование является стратегическим направлением подготовки студентов к вызовам XXI века. Полученные результаты показывают, что студенты, обучающиеся по интегрированным программам, демонстрируют более высокие результаты и уверенность в своих компетенциях. Использование проектных методов, цифровых платформ и командной работы должно стать ключевым элементом образовательных программ для формирования конкурентоспособных специалистов.

Список литературы

1. Сааведра, А. Р., и Опфер, В. Д. (2012). Обучение и развитие навыков XXI века: уроки из наук об обучении. Международная академия образования.
2. Вугт, Дж., и Роблин, Н. П. (2012). Сравнительный анализ международных рамочных моделей компетенций XXI века: последствия для национальной политики в области учебных программ. *Journal of Curriculum Studies*, 44(3), 299–321.
3. Ривз, Т. К. (2008). Останется ли электронное обучение навсегда? *British Journal of Educational Technology*, 39(3), 389–395.
4. Мишра, П., и Кёлер, М. Дж. (2006). Технологические, педагогические и предметные знания: рамочная модель знаний учителя. *Teachers College Record*, 108(6), 1017–1054.
5. Андерсон, К. А., и Дилл, К. Е. (2000). Видеоигры и агрессивные мысли, чувства и поведение в лаборатории и в жизни. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772.

ИНТЕГРАЦИЯ ИНТЕРАКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗВИТИЕ 4К-НАВЫКОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ЛИТЕРАТУРЫ

Буриева Кибрио Эргашевна
Преподаватель Чирчикского государственного педагогического университета,
факультет педагогики, Чирчик, Узбекистан
Алламберганава Шириной Джуманазар кизи
Пардаева Махлиё Гайрат кизи
Рахимова Мафтуна Кадамбой кизи

*Садирова Севинч Джамшид кизи
Сулейманова Аружан Бауыржан кизи*

*Студенты Чирчикского государственного педагогического университета,
факультет педагогики, Узбекистан.*

Введение. Современная система образования переживает трансформацию, связанную с цифровизацией и внедрением технологий. Одним из приоритетных направлений является формирование 4К-навыков — критического мышления, креативности, коммуникации и коллаборации, которые признаны ключевыми компетенциями XXI века (World Economic Forum, 2020). Литературное образование традиционно связано с развитием аналитического и творческого мышления, однако традиционные методы (чтение и устное обсуждение) часто не обеспечивают достаточной вовлеченности учащихся.

Актуальность исследования определяется необходимостью поиска эффективных педагогических средств, способных повысить интерес к литературе и одновременно развивать навыки, востребованные в будущем. Интерактивные технологии позволяют превратить процесс изучения художественных текстов в более динамичный, визуальный и коллаборативный, что способствует формированию компетенций нового поколения.

Современное образование находится на этапе интенсивной цифровой трансформации, что требует поиска новых подходов к обучению гуманитарным дисциплинам, включая литературу. Одной из приоритетных задач является развитие **4К-навыков** (критическое мышление, креативность, коммуникация и коллаборация), которые признаны ключевыми компетенциями XXI века (Saavedra & Opfer, 2012). Исследования показывают, что **интерактивные технологии** способствуют не только повышению мотивации обучающихся, но и формированию умений, востребованных на рынке труда (Voogt & Roblin, 2012).

1. Понятие и значение 4К-навыков

4К-модель отражает комплекс универсальных компетенций, необходимых для успешной профессиональной и личной реализации.

Критическое мышление обеспечивает способность анализировать и интерпретировать информацию.

Креативность связана с генерацией новых идей и нестандартных решений.

Коммуникация предполагает умение ясно выражать мысли в устной и письменной форме.

Коллаборация означает продуктивное взаимодействие в команде (Voogt & Roblin, 2012).

Анализ научных источников показывает, что интеграция интерактивных технологий в литературное образование является эффективным инструментом

развития 4К-навыков. Однако необходимо дальнейшее изучение методик внедрения и оценки эффективности этих технологий в гуманитарной сфере.

Внедрение интерактивных технологий в преподавание литературы трансформирует традиционную модель урока в активную, интерактивную и практико-ориентированную. Это обеспечивает переход от репродуктивного обучения к развивающему.

Результаты. Количественные данные:

Навык	До (ЭГ)	После (ЭГ)	До (КГ)	После (КГ)
Критическое мышл.	3.0	4.4	3.1	3.3
Коммуникация	3.1	4.3	3.2	3.5
Коллаборация	2.8	4.2	3.0	3.2
Креативность	2.9	4.3	3.0	3.1

t-тест показал значимые различия ($p < 0.01$) для всех показателей в ЭГ.

Заключение. Интеграция интерактивных технологий в литературное образование доказала свою эффективность в развитии 4К-навыков. Экспериментальная группа показала значительный прогресс по всем показателям, что подтверждает необходимость внедрения мультимедиа в учебный процесс.

Практическая значимость: Повышение интереса к литературе через цифровые ресурсы. Формирование навыков, необходимых для XXI века. Перспективы дальнейших исследований: Использование VR и AR в литературном образовании. Анализ влияния геймификации на критическое мышление. Интеграция интерактивных технологий способствует росту всех компонентов 4К-навыков, делая литературное образование более интерактивным, практико-ориентированным и мотивирующим. Перспективы: VR, AR, геймификация.

Список литературы

1.Андерсон, Л. У., и Кратвол, Д. Р. (2001). Таксономия обучения, преподавания и оценки: пересмотренная таксономия Блума.

2.Мишра, П., и Кёлер, М. Дж. (2006). Технологические, педагогические и предметные знания: концептуальная модель знаний учителя. Teachers College Record.

3.Розан, М. и др. (2023). Образовательные игры в обучении. International Journal of Education and Practice.

4.Падмасари, Д. (2020). Мультимедиа в образовании: вызовы и

возможности. Journal of Educational Technology.

ТАФАККУР ПСИХОЛОГИЯСИНИНГ ШАРҚ МУТАФАККИРЛАРИ АСАРЛАРИДА ЁРИТИЛИШИ

*Ажиниёз номидаги Нукус давлат педагогика институти
М.М.Джольмбетова - Психология фанлари бўйича фалсафа доктори*

Ўзбекистоннинг ижтимоий иқтисодий ривожланишининг ҳозирги босқичида янги ижтимоий муносабатларга эркин кириша оладиган умуминсоний кадриятларни эътироф этадиган маънавий кадриятларга ҳурмат билан қарайдиган ижтимоий фаол ёшларни тарбиялаш долзарб муаммоларидан саналади.

Тафаккур – ақлий фаолиятнинг, ақл – заковатнинг, онгли хатти – ҳаракатнинг юксак шакли ҳисобланади, у теварак – атроф, ижтимоий муҳитни ҳамда воқеликни билиш қуроли, шунингдек, шахснинг кенг кўламдаги фаолиятини оқилона амалга оширишнинг асосий шартидир. Тафаккур жараёнида болаларда асосан ўқувчиларда, талабаларда фикр, мулоҳаза, ғоя, фараз қабилар вужудга келади ва улар онгида тушинчалар, ҳукмлар, ҳулосалар, тасаввурлар шаклида ифодаланади.

Шарқ мутафаккирлари асарларида тафаккур муаммоси жуда катта ёритилган бўлиб, Фаробий, Беруний, Ибн Сино, Ўмар Хаям, Авлоний ва бошқалар тафаккур ҳақида ўз фикрларини билдирган. Бу мутафаккирлар фикрларини психология фанлари доктори З.Т.Нишонова ўз докторлик диссертациясида келтириб ўтган.

Буюк олим Абу Наср Фаробий (873 - 950) тафаккур ёрдамида билишнинг ўзига хос хусусиятларини аниқлашга ҳаракат қилган. Тафаккур мавҳумликка, умумийликка, бавоситаликка, яъни сезгилар орқали билиш хусусиятларига эга деб тушинтиради. Фаробий таълимотига кўра, тафаккур (ақл) орқали инсон материянинг сезгиларга номаълум бўлган томонларини, умумий қонуниятларини, моҳиятини билади, санъат, фан, тўғрисидаги билимларга эга бўлади.

Фаробий дунёнинг ақл ёрдамида билишни назарда тутуб: «Тушиниш эса нарсаларнинг моҳиятини, умумий қойда ва қонунлар тўғрисидаги ҳаракат бўлиб, уларнинг охири бор ва чегараланган ҳамда умумлаштирилгандир», - деб фикр билдирган эди.

Фаробий ақлни инсонгагина хос бўлган қувват («қувваи нотифа»), у инсондаги барча қувватлар устидан раҳбар, уларни бошқарувчи қувват деб тушинди.

Унинг фикрича, ақл қуввати (қувваи нотифа)нинг энг муҳим вазифаларидан бири – турли мантиқий операцияларни бажаришдир. Бу вазифа ақл қувватига қиравчи мустақил «қувваи фикрийя» инсон мантиқий фикрлаш жараёни

томонидан амалга оширилади, яъни агарда қувай нотифа билан англанадиган нарсани билиб олиш зарурияти тўғилса, қуввай нотифадаги махсус «қуввай фикрийя ишга киришади.

Бу фаолият фикр юргизиш, тушинча ва ҳукмлар ёрдами билан амалга оширилиб, кейинчалик хулосалар чиқариш билан якунланади. Унинг тафаккурга умумлаштириш ва мавҳумлаштириш, анализ ва синтез қилиш каби хусусиятлар хослиги ҳақидаги фикрлари муҳим аҳамиятга эга. Фаробий таълимотида тафаккурнинг конкретликдан мавҳумликка йўналиш ва мавҳумликдан конкретлик сари қайтиши ҳақида фаразий фикрлар ҳам учрайди.

Фаробий тушинишни билимнинг моҳиятини ўқиб –англаб олишни куриқ ёдлашдан устин қуяди ва ўқувчига умумий қонун ва қоидаларни ўзлаштиришни тавсия этади, чунки қонун- қоидаларни англаш, унинг таъкидлашича, жуда катта аҳамиятга эгадир.

Шундай қилиб, Фаробийнинг фикр юритиш, тафаккур хусусиятлари ҳақидаги фикрлари ҳозирги даврга қадар ўз аҳамиятининг сақланганлиги учун буюк мутафаккирнинг илгари сурган ғояларига асосланишни лозим топдик.

Абу Райхон ибн Аҳмад Беруний (973-1048) таълим ва тарбия масалаларига чуқур қизиққан. У билимларни эгаллаш воситалари ва усуллари ҳақида, ҳақиқатга эришиш, фанларни ўрганиш, ҳаёт билан чамбарчас боғлиқлик ҳақида, фанлараро алоқа ҳақида, эстетика ва этика, таълим ва тарбия услуби ҳақидаги ғояларни илгари сурган.

Беруний инсоннинг барча мавжудотдан устутлигини унинг тафаккури орқали эканини изоҳлайди. Шунинг учун ҳам ердаги барча ҳайвонлар унга бўйсинадилар, акс ҳолда инсон энг кичик ҳойвондан ҳам ожиз бўлар эди.

Инсон тафаккурининг қудрати шундаки, унинг ёрдамида воқеа ва ҳодисаларни бир-бирига қиёслаш, таҳлил қилиш орқали ростини ёлғондан, адолатни адолатсизликдан, яхшини ёмондан, ҳақиқатни эса ноҳақликдан ажратиш мумкинлиги ҳақида таълим беради.

Рухият, онг ва тафаккур барча ҳодисаларнинг таъсирига боғлиқдир. Чунки инсон тафаккури доимо воқеликни билишга қаратилгандир. «Аммо инсон, - дейди Беруний – нарса ва ҳодисаларнинг фақат сифат ҳамда хусусиятлари ҳақида билим берувчи ҳиссий билиш даражасида тўхтаб қолмайди, балки нарсаларнинг чуқир ва атрофлича билиш, шу нарсалар ҳақида фикр юритишни талаб қилади».

Тафаккур, ақл туфайли инсон нарса ва ҳодисаларни бир- бири билан солиштириб, қиёслаб, кўради, ўз билимларининг чинлиги аниқлайди, яъни билимларнинг объектив воқеаликка мослигини текшириб кўради. Берунийнинг таъкидлашича, билим ва таълимда таққослаш методи борлиқнинг у ёки бу ҳодисасини тушинтириш учун инсон билимларининг амалий фойдалилигини ва ишончлилигини излашдан иборатдир. Бунда таққосланган предметлар орасида ўхшашлик бўлиши керак.

Агар улар орасида маълум мувофиқлик бўлмаса, таққосланадиган предметларнинг ҳар бир қаршилиги ўзининг объектив асосини йўқотади. Шундай қилиб, буюк аллома ақлий фаолиятнинг анализ, таққослаш каби усуллари илгари сурадики, бу усуллар ёрдамида инсон ўз билимларининг объектив воқеликка мослигини аниқлайди.

Абу Али ибн Сино (980-1037) «Тайр (Қуш), «Ҳайй ибн Яқзон» (Ўйғоқ ўғли тирик) каби қиссаларида ўзининг психологик қарашларини ифодалайди. У «Тайр» асарида инсонларни дўстликка, билим ўрганишга чақиради, яъни: ...Бир-бирингиздан билим ўрганиб, камол топишингиз учун дил пардасини очиб ташланглар».

Ибн Синонинг «Ҳай ибн Яқзон» қиссасида киши феъл- атворини, табиатини чуқурроқ тушиниш учун илми мантикий билишга даъват қилади. Чунки бу илм киши дидини ўстиради, фикр доирасини кенгайтиради.

Ибн Сино бу ҳақида шундай дейди: «Фаросат илми фойдаси нақд илмлардандир. Бу илмни билиб олсанг, у сенга кишиларнинг пинҳоний феъл- атворини билдиради. Фаросат илмидан баҳраманд бўлсанг, жуда ўткир бўлиб кетасан».

Абдулла Авлоний (1878-1934) ўзбек халқининг санъат ва адабиётини юксалтиришда, ўзбек миллий маданиятини тараққий эттиришда, халқ маорифи ишларини йўлга қўйишда катта хизмат қилган адиб, жамоат арбоби ва истеъдодли педагогдир. «Фикр тарбияси,- деб ёзади Авлоний «Турки гулистон ва ахлоқ» асарида,- энг кераклиси, кўп замонлардан бери тақдир қилиниб, келган, муаллимларнинг диққатларига суянган, виждонларига юкланган вазифадир. Фикр инсоннинг шарофатли ғайратли бўлишга сабаб бўлади.

Шунинг учун боланинг тафаккурини шакллантиришда муаллимнинг роли катта аҳамиятга эга, дейди. Унинг таъкидлашича, боланинг фикрини бирон нарсага, унинг ўша нарса ҳақида ўйлашига эришиши учун унинг диққатини яққол нарсаларга йўналтириш, унинг олдига аниқ бир масала қўйиш ва унга жавоб топиш учун унда эҳтиёж пайдо қилиш керак. Бунда бола фикрини муайян томонга йўналтирувчи аниқ вазифалар белгилаб беришда муаллим катта роль ўйнайди.

Ўмар Ҳайём асрларида (1048-1123) ўқувчиларнинг билимларини тўла чуқур ва онгли равишда ўзлаштиришлари, кўникма ва малакаларини эгаллашлари ҳамда уларни мустақил билим ўзлаштиришга тайёрлаш йўллари тўғрисида кўпдан- кўп фикрларни берган.

Умар Ҳайёмнинг таъкидлашича, ўқувчилар билимларни фақат ўқитувчининг берган маълумотлари ва китоб ўқиш билангина эмас, балки ҳаётий ҳодисаларни бевосита ўрганиш жараёнида, кўникма ва малакаларни эса амалиётда, айнан битта ҳаракат ва амалларни кўп марталаб қайта – қайта такрорлаш, турли операциялар ва шу кабилар натижасида ҳам эгаллаб оладилар.

Хулоса қилиб айтганда, таълимда ҳилма- ҳил методлар қўллашни тавсия

этади. Айниқса, таълимни амалиёт билан бирга олиб бориш зарурлигини ўқтиради. Талабалар билимларнинг мустақил ўзлаштириши кераклиги айтилади. Умар Ҳайём билим, кўникма ва малакаларни эгаллашга ҳудди шундай ёндашишни ҳамма вақт эслатиб, ўқувчиларни фикр юритишга рағбатлантирар эди. Шунинг учун ҳам у «Сен осонгина ўйлаяпсан», «Кўп ўйлаб мақсадга эришиш мумкин», «Бир оз ўйлагандан кейин сен тушиниб оласан», деб. Таъкидларди ва бу билан ўқувчилар руҳига таъсир қилиб, уларни мустақил фикр, мулоҳаза юритишга ундар эди.

Адабиётлар рўйхати.

1. Э.Ғ.Ғозиев. «Тафаккур психологияси» Тошкент- 1990
2. Нишонова З.Т. «Юқори синф ўқувчиларининг ақлий фаолият усуллари ва йўллари эгаллаш хусусиятлари» 19.00.07- ёш ва педагогик психология, психология фанлари номзоди илмий даражасини олиш учун диссертацияси, Тошкент – 1993, 12-14 бет.

Проблема коррекции, компенсации и обращенности последствий эмоциональной депривации у детей

Жолдошева Акчач Олмасовна, доктор психологических наук,
и.о. профессор Ошского государственного университета
Разия Алмыкулова- магист Ошский государственный университет

Введение. Несмотря на социально-экономические сдвиги кыргызского общества, проблема ежегодного увеличения детей-сирот, детей оставшихся под опекой родственников, когда родители уезжают на заработки, остается открытой. В 2019 году, согласно данным Министерства труда и социального развития, из 192,000 посещённых семей, 72,000 детей были оставлены без присмотра [1].

После миграции родителей, дети часто остаются с родственниками, и во многих случаях с бабушками и дедушками, которые могут быть не в состоянии удовлетворить потребности растущих детей, многих из которых помещают в интернатные учреждения. По данным МТСОиМ сейчас это число достигает 82 000 детей, 38% из них составляют дети, где оба родителя в миграции.

При этом, оценки того, сколько же детей, в Кыргызстане оставлены родителями, сильно разнятся. По данным Детского фонда ООН Юнисеф, эта цифра достигает 199 тысячах детей с обоими родителями в эмиграции и 299 тысячах - с одним. Это 15% всех несовершеннолетних кыргызстанцев [2]. Также, согласно официальной статистике, в Кыргызстане, на сегодняшний день в детских учреждениях различного типа, находится около 13 500 детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей [3].

Материал и методы исследования. На сегодняшний день проводится много работы для улучшения благосостояния и защиты детей, разработан проект Программы Кыргызской Республики по защите детей на 2022-2026 годы. В том числе, прорабатывается вопрос о введении дополнительных штатных единиц социальных работников по работе с детьми и семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации. Происходит позитивная динамика реформирования системы ухода за детьми, развиваются новые формы замещенного отцовства и семейные формы воспитания. Однако опыт, полученный детьми в интернатных заведениях и неблагополучной семейной атмосфере, глубоко укореняется в психике детей.

Под действием психической депривации в условиях интерната и ряда других факторов у детей наблюдаются изменения в психической сфере. Наиболее уязвимой и сложной в плане диагностики и коррекции в этой ситуации является эмоциональная область. Эмоциональная депривация приводит к формированию многих негативных последствий, среди которых увеличение уровня тревожности, страхов, невротичности и конфликтности, снижение уровня стрессоустойчивости и др.

Под эмоциональной депривацией понимается процесс продолжительного пребывания личности в условиях эмоционально обедненной среды, обусловленного неудовлетворением эмоциональных нужд, недостаточностью или отсутствием возможности для установления тесных эмоциональных связей, контактов и взаимодействия со значимой личностью, что приводит к дисфункции и нарушения психической сферы личности. Таким образом, актуальность приобретают вопросы коррекции последствий эмоциональной депривации у детей.

Результаты обсуждения. В данной статье осуществлен анализ проблемы обращенности, коррекции и компенсации последствий эмоциональной депривации в русле современных исследований и предложены модели ее преодоления у детей. Для освящения данной темы мы остановились на следующей группе задач:

- анализ и систематизация научных источников о последствиях эмоциональной депривации у детей;
- изучение подходов к возможности обращенности, коррекции и компенсации эмоциональной депривации;
- выработка модели преодоления последствий эмоциональной депривации у детей в условиях семьи.

Много исследований, проведенных в отрасли психологии, психиатрии, медицины и социологии, доказывают неблагоприятное воздействие эмоциональной депривации на психику детей. Ф. Абдулла и М. Касесе-Хара пишут, что долгое проживание в социальных учреждениях негативно сказывается

на социально-эмоциональном развитии детей-сирот, вызывает трудности в выражении эмоций, сложности в адаптации, установлении новых контактов и повышает уровень агрессивности (Abdulla, Kasese-Naga, 2019).

Группа американских ученых, сравнивая результаты исследования психического развития у детей из России и Америки, отмечают, что у детей, усыновленных из зарубежья, наблюдается задержка физического, когнитивного и социально-эмоционального развития [9]. Большое количество разных людей в жизни детей-сирот и детей, оставленных родителями на попечение родственников не закрепляют эмоциональный контакт с ними. Дети, не получают эмоционального отклика на свое поведение: радость, при достижении значимых результатов, точно так же как и радость просто во время встречи или недовольство, если они делают что-то не так. Проявлениями эмоциональной депривации являются примитивные эмоции, повышенная истеричность, зажатая собственная мимика и плохое понимание мимики окружающих [6].

Подростки, проживавшие в интернатах и семьях с неблагополучной атмосферой, имеют нарушения, проявляющиеся в снижении социального и эмоционального интеллекта, регуляторных функций, уровня коммуникативности, негативного отношения к себе, неуверенности, недоверия к миру и особое отношение к жизненной перспективе (Шульга, Савченко, Филинкова, 2016).

Возникающие негативные психические состояния у детей вследствие неблагоприятного воздействия депривации, приводящие к формированию ненормального поведения, в котором активизируются механизмы психологической защиты, ухудшение физического состояния и возникновения психосоматических заболеваний в результате стрессовых и психотравмирующих обстоятельств [10].

Большинство исследователей констатирует неблагоприятное влияние длительного пребывания в интернатном учреждении или на попечении других взрослых, на физическое, психическое и социальное развитие детей и отмечают, что последствия депривационных воздействий требуют как можно раннего их обнаружения и коррекции.

Последствия эмоциональной депривации имеют широкий диапазон проявления, от легких эмоциональных нарушений к глубоким психическим расстройствам. Необходимо отметить, что проблема коррекции эмоциональной депривации освещена в научных источниках в недостаточной степени, а также нет работ, которые бы содержали конкретные выводы результатов исследований влияния эмоциональной депривации на детей коррекции последствий в условиях семьи.

Таким образом, требует решения вопроса исследования путей коррекции, возможностей обратимости и компенсации эмоциональной депривации у детей.

Для решения поставленных задач мы использовали комплекс методов:

изучение и анализ литературы по проблеме эмоциональной депривации и его последствий у детей-сирот и детей, лишенных родительской опеки и детей, проживающих в фостерных семьях; обобщение и систематизация научных исследований, посвященных коррекции эмоциональной депривации у детей; моделирование для построения системы преодоления последствий эмоциональной депривации у детей.

Впервые о возможности обращения последствий психической (в том числе эмоциональной) депривации вспомнила в своем научном наследии М. Д. Эйнсворт. Она убеждена в том, что большинство нарушений можно преодолеть путем обучения и прохождения психотерапии после того, как депривация была облегчена путем перемещения детей в приемные семьи или усыновление. Однако некоторые нарушения совершают сопротивление восстановлению через более или менее глубоко укорененные психические защиты или привычки. Все усилия, по мнению исследовательницы, должны быть направлены на профилактику возникновения данного психического явления (Ainsworth, 1966).

М. Бостон считает, что эмоциональная депривация может возникнуть как у детей-сирот, так и у детей, проживающих в семьях, где наблюдается отсутствие опыта эмоционального общения с родителями.

Отсутствие эмоциональной заботы или ее недостаточность имеет своими последствиями трудности в установлении доверчивых и безопасных отношений, а также снижении способности к обучению и самостоятельности мышления. Автор приводит опыт разных ученых по преодолению последствий эмоциональной депривации: с помощью усыновления (Тизард, 1977), прохождение детьми личности психотерапии (Брилл и Томас, 1965), постоянство места жительства и персонала (Винникот, 1965), предоставление первичных эмоциональных переживаний (Докар-Дрисдейл, 1968).

С целью преодоления эмоциональной депривации М. Бостон предлагает осуществлять консультативную поддержку приемных родителей и прохождение длительной платной психотерапии детьми Бостон, 2014).

Эмоциональная травма, возникающая в результате эмоциональной нестабильности семьи, незащищенности, потери родителей, насилия над ребенком, постоянного стресса и материнской депрессии, приводит к эмоциональной депривации. Такие дети плохо набирают вес, низкорослые, бледные, не реагируют на то, что происходит вокруг, имеют задержку полового развития.

Существует 10 «эмоциональных продуктов», способствующих правильному эмоциональному развитию детей: любовь, приверженность, безопасность, принятие, самоуважение, достижение, признание, независимость, авторитет и игра. Однако, чтобы предоставить ребенку эти «эмоциональные продукты», необходима поддержка взрослых или лиц, заменяющих родителей.

Ряд ученых применяют методы психотерапии для решения проблем, связанных с эмоциональной депривацией. Так, П. М. Винк на основе анализа психопатологического риска утверждает, что дети с ранней эмоциональной депривацией имеют недостаточно развитые навыки самообладания, неуважение к себе, страхи одиночества, которые могут препятствовать способности действовать независимо во взрослой жизни, а потому требуют помощи в решении проблем с сохранением независимости [11, с. 130].

Взрослые, имеющие опыт эмоциональной депривации в детстве, нуждаются в решении проблем нехватки безопасности, любви и привязанности со стороны близких людей. В целях самопомощи такой категории клиентов предлагается применение метода схема-терапии [7].

Голландские психиатры во главе с К. В. Баарс предполагают, что лечение расстройства эмоциональной депривации заключается в замене безусловной любви, которой никогда не было в жизни. Признание этого расстройства у себя есть первый шаг к исцелению. Сущность аффирмационной терапии заключается в том, чтобы быть эмоциональной, а не эффективной личностью. Благодаря мягкому руководству, а не крика или словесного давления, пациент эмоционально созреет, станет взрослым в своем собственном темпе, обретет уверенность и уравновешенность (Baars, 2020).

Эмоционально депривированные дети уже во взрослом возрасте могут прибегать к употреблению психоактивных веществ, чтобы компенсировать дефицит эмоционального навыка. Действенными и апробированными методами работы с ними в данном случае есть маркировка эмоциональных состояний, установление контроля над эмоциями, использование психодинамической, когнитивно-поведенческой, диалектически поведенческой терапии, а также мотивационного интервью (Brady, 2021). Итак, вышеперечисленные психотерапевтические методы, хотя и являются действенными, однако подходят для взрослых, потому что дети еще не владеют достаточным уровнем переосмысления депривационного воздействия на их сознание и поведение.

П. Мейерсанд, К. Дж. Гилмор считают эмоциональную депривацию отклонением от стандартного прогресса психического развития и работы с детьми, пережившими эмоциональную депривацию, испытывают трудности в выражении эмоций, деформированную эмпатию, расстройства невротического и аутичного спектра, рекомендуют использовать психодинамическую игровую терапию. Благодаря данному методу обогащается эмоциональный мир и саморегуляция [8].

Музыкальная терапия, широко используется в процессе реабилитации детей как средство эмоционального воздействия с целью коррекции эмоциональных и умственных отклонений, развития невербальной коммуникации, для коррекции эмоциональной депривации у детей с ограниченными возможностями здоровья

[4, с. 89].

Игровая терапия и арт-терапия действительно являются действенными средствами коррекции во время работы с эмоционально депривированными детьми, ведь за помощью игры и через различные арт-терапевтические средства они могут выразить свои мысли и чувство.

Таким образом, мы видим, что эмоциональное благополучие детей всецело зависит от эффективных воздействий взрослых. Применение разнообразных программ интервенций (реабилитация, коррекция, развитие, психотерапия, обучение, консультирование, рекреация, сопровождение, тестирование), широко употребляемая в работе преподавательского состава кафедры в сотрудничестве с государственными учреждениями интересующего нас профиля.

Реализация программы психологического сопровождения фостерных семей, детей сирот и детей, оставленных на попечение родственников происходила также на базе деятельности Общественных Фондов, таких как “Эфрат”, “Молодая жизнь”, “Центр развития и защиты уязвимых групп населения”.

Были подписан Меморандум о трехстороннем сотрудничестве между ОО “Мандаш”, утверждены планы совместных мероприятий, достигнуты договоренности с образовательными учреждениями. Основными методами, которые мы использовали в работе, были: беседа (знакомство с различными эмоциями и чувствами); словесные, настольные, печатные, подвижные игры, упражнения (развитие психомоторики, телесной сферы, эмоционального воображения); рисование эмоций и изображение их через пантомиму; прослушивание мелодий; просмотр иллюстраций к эмоционально насыщенным сюжетам книг; воспроизведение этюдов, моделирование сценок; применение элементов психотерапевтических методов (символдрамы, арт-терапии, сказкотерапии и т. д.). Основные этапы реализации психологического сопровождения таковы:

1. Знакомство с семьями.
2. Активное участие во встречах взаимоподдержки взрослых.
3. Проведение констатирующего психодиагностического исследования последствий эмоциональной депривации у детей.
4. Проведение тренингов для приемных родителей (вооружение знаниями, умениями и навыками в области оказания помощи в решении проблем преодоления последствий эмоциональной депривации у детей).
5. Проведение коррекционно-развивающих занятий для детей с целью преодоления последствий эмоциональной депривации.
6. Проведение совместных тренинговых занятий для родителей и детей с целью развития благоприятных эмоциональных отношений между родителями и детьми, снятия барьеров и эмоционального отношения напряжение, понимание

эмоционального состояния друг друга.

7. Организация круглых столов.

8. Написание сочинений, проведение интервью. Важной частью данной работы является и обеспечение и других потребностей детей. Например, детям из интерната в Узгене были подарены рюкзаки с канцелярскими принадлежностями. Стоит заметить, что рюкзаки в подарок были куплены по просьбе самих воспитанников данного учебного заведения.

Выводы. Психологическое сопровождение семей (в том числе и фостерных) является эффективным инструментом коррекции последствий эмоциональной депривации у детей, лучшего познания родителей и детей друг друга, отладка положительного эмоционального микроклимата в семьях, помощи родителям в понимании механизмов развития, проявлений и путей преодоления эмоциональной депривации у детей.

Отдельной сферой в данной области остается сопровождение детей-сирот, оставшихся в интернатных учреждениях. Перспективными остаются вопросы разработки, внедрение и сравнение эффективности разных моделей психологического сопровождения семьи в рамках преодоления последствий эмоциональной депривации.

Список литературы

1.<https://www.unicef.org/kyrgyzstan/ru/> Дети-мигрантов(дата обращения: 23.02. 2023)

2.<https://www.bbc.com/russian/features-47773112> (дата обращения: 23.02. 2023)

3.<https://www.sayasat.kg/society-mobile/59309-why-most-kyrgyz-orphans-deprived-of-hope-for-the-future.html> (дата обращения: 23.02. 2023)

4.Желнина О.Я., Глуценко В.В. Историко-культурологические аспекты коррекции эмоциональной депривации у детей с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкальной терапии. Вестник Новгородского государственного университета. 2015. № 2(85). С. 96–98.

5.Цумарева Н.В., Проблема оберненості, корекції та компенсації наслідків емоційної депривації у дітей молодшого шкільного віку. DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-2-13> дата обращения 15.04.23

6. Шильцова Ю.В. Эмоциональная депривация детей-сирот как фактор деформации социальных отношений: технологии преодоления. Современная психология и педагогика: проблемы и решения, 2019. С. 128–133.

7.Jacob G., Van Genderen H., Seehauer L. (2015). Breaking Negative Thinking Patterns: A Schema Therapy SelfHelp and Support Book Wiley-Blackwell. 1st edition, 200.

8.Meersand P., Gilmore K.J., Play Therapy. A Psychodynamic Primer for the Treatment of Young Children. Arlington: The American Psychiatric Association

Publishing, 2018. 484 p

9.Nelson, C.A., Zeanah C.H., Fox N.A. How early experience shapes human development: The case of psychosocial deprivation. Neural Plasticity. 2019. Article 1676285. DOI: <https://doi.org/10.1155/2019/1676285>.

10.Shulga, T.I., Savchenko, D.D., Filinkova, E.B. Psychological Characteristics of Adolescents Orphans with Different Experience of Living in a Family. International Journal of Environmental and Science Education. 2016, №11. P. 15.

11.Wink P. (2020). Prima Donna: The Psychology of Maria Callas. Oxford University Press, 296.

УСТОЗНИНГ ҲАР БИР САБОҒИ КЕЛАЖАККА ҚЎЙИЛГАН ПОЙДЕВОР

*ҚДУ, Психология кафедраси профессори,
психология фанлари номзоди
Жўраев Нурбек Саъдуллаевич*

*Дейдилар, дунёда асли ким Азиз,
Айтдилар устоздир, устоз бегумон,
Тагин айтдиларки, Азиз шубҳасиз,
Устозлар қадрига етолган инсон.*

Илм бебаҳо бойлик, уни эгаллаш осон иш эмас. Уламолар илм олишни игна билан қудуқ қазिशга ўхшатишган. Инсон шундай бебаҳо хазинанинг соҳиби бўлишида устознинг ўрни беқиёс.

Устоз ҳаёт тушунчаси пайдо бўлганидан буён яшаб келаётган сиймо. Шу боис, азал-азалдан устоз-мураббийларга бўлган ишонч, ҳурмат-иззат ўзгача. Устоз деганда, ҳар бир инсон қалбида чуқур ҳурмат-эҳтиром ва чексиз миннатдорлик туйғулари, шу билан бирга, ҳеч қандай бойлик билан ўлчаб ва адо қилиб бўлмайдиган қарздорлик ҳисси пайдо бўлади.

Инсон, аввало, унга билим ва маърифат дунёси сари йўл очиб берган, унинг қалбига юксак инсоний фазилатлар ҳиссини сингдириш йўлида заҳмат чеккан устоз ва мураббийларига нисбатан кўнглида ҳамиша миннатдорлик туйғуси билан яшайди.

Дарҳақиқат ҳар қандай шогирд учун устоз унинг ҳаёт йўлини ёритгучи чироқ, маъшала ҳисобланади. Таъбир жоизки, инсон камолоти ота-она билан бирга устознинг таълим-тарбиясида сайқаллашиб боради.

Айниқса, шарафли илм йўлига бор куч ва сабот билан кириб келишимизда устозларнинг ўрни беқиёсдир. Ўз навбатида мени ҳам психология фани соҳасига илк қадамларимни қўйишимга сабабчи инсон, психология фанлари доктори,

профессор Васи́ла Мама́наси́ровна Ка́римовани́нг хиссалари хусусида тўхталмасликнинг иложиси йўқ.

Илк университет оstonасига кириб фан асосларини ўзлаштиришимда ва илм йўлига ютуқларга эришишимда менинг устозим Васи́ла Ка́римовани́нг ўрни муҳим деб биламан ва шундай инсондан таҳсил олганлигим менга қувонч ва бахт бағишлайди.

Ўқишнинг дастлабки пайтлари психология мени учун жуда қийин ва мураккаб фандек туюлди. Шундай бўлса, менга Ижтимоий психологиядан илк сабоқни берган устозим, Фарғона давлат университети “Психология” кафедраси мудири Васи́ла Ка́римова эдилар. Устоз ижтимоий психологиядан шундай қизиқарли, мазмунли маъруза машғулотларини ҳаёт билан боғлаган ҳолда тушунтирар эканлар ич-ичимдан психология соҳасини тўғри ташлаганимга амин бўлдим.

Устоздан ижтимоий психологияга доир билимларни олиш билан чегараланмасдан психологиянинг бошқа соҳа ва тармоқлари хусусида ҳам назарий ва амалий билимларни олишга интилишим ва иштиёқим ортди. Айниқса, психология соҳаси бўйича турли танлов, олимпиада ва республика фан олимпиадаларида қатнашишимда, танлаган касбимга нисбатан муносабатларимни ўзгаришида устозимнинг ўрни муҳим деб биламан.

Сиз бизга нафақат билим, балки ҳаёт сабоқларини ҳам ўргатдингиз. Сизнинг сабр-тоқатингиз, меҳрибонлигингиз ва қўллаб-қувватлашингиз биз учун қадрли. Сиз ҳар бир дарс орқали нафақат билим бергансиз, балки бизни мустақил фикрлашга, келажакка ишонч билан қарашга ўргатдингиз.

Устоз-инсон ҳаётида энг муҳим йўлбошчисиз. Биз бугун эришаётган ҳар бир ютуқ ва эртанги орзуларимизнинг амалга ошиши ортида сизнинг меҳнатингиз чексиздир. Ҳар қандай шогирд ўзи меҳр қўйган устозга ўхшашга ва ундаги ижобий сифатларини ўзида таркиб топтиришига ҳаракат қилади. Мен ҳам устозим билан ишлаган даврларимда улардаги олийжаноблик, қатъиятлилиқ, дадиллик, мардлик, билимга чанқоқлик каби сифатларини ўзимда шакллантиришга ҳаракат қилдим.

**Жаҳонда бўлмаса муаллим агар,
Ҳаёт ҳам бўлмасди гўзал бу қадар.**

Устоз ҳақида гапирганда кўз ўнгимизда юксак фазилатлар эгаси, зиёли, билими ва меҳри оқар чашмадек тўлиб-тошган инсон гавдаланади. Устоздаги илмга садоқат, ижодий шижоат, изчилликнинг сусаймагани, ёш авлодни тарбиялаш, ҳам назарий, ҳам амалий жиҳатдан ўргатишлари, ҳар қандай кишининг шахсий ҳаётида, меҳнат фаолиятида, илм йўлида берган насиҳатлари ва қўллаб-қувватлашлари биз шогирдлар фаолиятида доимо дастурул-амал бўлиб

хизмат қилади.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ФАКТОР РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Елена Алексеевна Зотова

*Старший преподаватель кафедры «Психология», Университет
«Al'Fraganus»*

ВВЕДЕНИЕ. Эмоциональная устойчивость спортсменов перед и во время соревнования представляет собой одну из важнейших особенностей психологического склада личности. Развитие эмоционального интеллекта спортсменов является тем важным когнитивно-эмоциональным состоянием, который может способствовать решению данной задачи.

Впервые эмоциональный интеллект как психическое понятие стали исследовать в 90-ых годах 20 столетия. В современной научной психологической литературе созданы и разрабатываются различные подходы к определению понятия эмоционального интеллекта, модели эмоционального интеллекта, методики его измерения.

В спортивной деятельности значение эмоционального интеллекта велико, поскольку понимание данной психологической особенности личности влияет на уровень эмоциональной устойчивости и саморегуляции спортсменов других эмоциональных состояний перед стартом и во время соревновательной деятельности, профилактике у них эмоционального выгорания.

Актуальность научной статьи заключается в изучении эмоционального интеллекта как выражающего психологический фактор повышения уровня психологической подготовленности спортсменов, развитию саморегуляции и психологической готовности к соревновательным условиям.

Поскольку разные виды спорта своеобразно вызывают проявление эмоциональных состояний перед соревновательной деятельностью и во время, поэтому при изучении уровня развития эмоционального интеллекта необходимо рассматривать различные виды спорта.

Так же необходимо принимать во внимание и тот факт, что в отечественной науке, теоретическая база данного вопроса не достаточно разработана, проведено небольшое количество исследований, которые в основном касаются больше изучения эмоциональных состояний, таких как тревожность, предстартовые состояния, но не в сочетании когнитивной и эмоциональной сферы, соответственно отсутствуют практические и методические рекомендации.

Все это вышеперечисленное выдвигает на первый план изучение

эмоционального интеллекта спортсменов и выражает ее актуальность и своевременность.

Цель исследования – изучить эмоциональный интеллект спортсменов индивидуальных и командных видов спорта.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что существуют общие и специфические особенности эмоционального интеллекта спортсменов индивидуальных и командных видов спорта.

Методология и литературные источники. Методологическую основу составляют концептуальная модель эмоционального интеллекта П. Сэловея и Дж. Мэйера, теоретические и исследовательские разработки Д.В. Люсина, И.Н. Андреевой, Г.А. Кузьменко. [2,4,6,10]

В эмпирические исследования эмоционального интеллекта внесли свой вклад теоретические и исследовательские работы Питера Сэловея и Джона Мэйера. Питера Сэловея и Джон Мэйер первыми ввели в психологию термин

«эмоциональный интеллект», создали концептуальную модель эмоционального интеллекта, разработали методику его измерения. [1,3,5] С точки зрения П. Сэловея и Дж. Мэйера, эмоциональный интеллект представляется как

«способность отслеживать собственные и чужие эмоции и чувства, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий».[7,8,11]

Методики исследования: опросник Н. Холла, опросник ЭМИн Д.В. Люсина, ЭМІQ-2.

Результаты. В исследовании приняли участие спортсмены Детско-юношеской спортивной школы» (25 человек – спортсмены-дзюдоисты, 25 человек – спортсмены баскетболисты). Пол исследуемых – мужской. Возраст исследуемых – 16-17 лет.

Эмпирическое исследование было направлено на изучение особенностей эмоционального интеллекта спортсменов индивидуальных и командных видов спорта (на примере дзюдоистов и баскетболистов). В исследовании показана интерпретация шкал по выбранным методикам и показан их анализ. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 2.

**Результаты методики Н. Холла на определение уровня
Эмоционального интеллекта (%)**

Эмоциональный интеллект, показатель	Индивидуальные виды спорта (дзюдоисты – 25 чел.) в %			Командные виды спорта (баскетболисты – 25 чел.) в %		
	В ыс. уров.	С ред. уров.	Н изк. уров.	В ыс. уров.	С ред. уров.	Н изк. уров.
1. «Эмоциональная осведомленность»	10	74	16	13	53	34
2. «Управление своими эмоциями»	-	2	98	-	28	9
3. «Самомотивация»	-	36	64	-	30	7
4. «Эмпатия»	8	74	18	-	58	4
5. «Распознавание эмоций других людей»	4	68	28	10	80	1
6. Интегративный показатель уровня эмоционального интеллекта	-	38	62	-	18	8

Интерпретация полученных данных по методике показала следующее. По шкалам «эмоциональная осведомленность» и «эмпатия» у спортсменов индивидуальных видов спорта набрано больше всего баллов, и средние значения их высокие (74%). У спортсменов командных видов спорта обработка полученных данных показала высокие средние значения и соответственно высокий процент (80%) по шкале «распознавание эмоций других людей» и низкий процент (70%) по шкале «самомотивация». У обоих выборок выявлен низкий показатель по шкале «управление своими эмоциями» (98%).

Таблица 2.

Результаты методики «Опросник эмоционального интеллекта ЭМИн (Люсин)» (%)

Шкала	Индивидуальные виды спорта (дзюдоисты – 25 чел.) в %	Командные виды спорта (баскетболисты – 25 чел.) в %

	Н изк. знач.	Сре д. знач.	Выс ок. знач.	Ни зк. знач.	Ср едн знач.	Вы сок знач.
Межличностный эмоциональный интеллект	9	80	11	12	70	18
Внутриличностный эмоциональный интеллект	11	89	-	75	25	-
Понимание эмоций	27	65	8	33	59	8
Управление эмоциями	60	30	10	97	3	-
Общий уровень эмоционального интеллекта	66	34	-	70	30	-

Результаты полученных данных по методике «Опросник эмоционального интеллекта ЭМИн (Люсин)» свидетельствуют, о том, что в выборке, где принимали участие спортсмены вида спорта Дзюдо, выявлен высокий показатель по шкалам «межличностный эмоциональный интеллект» (80%) и «внутриличностный эмоциональный интеллект» (89%). Низкие показатели в этой выборке выявлены по шкале «управление эмоциями» (60%).

В выборке, где участвовали спортсмены – баскетболисты, показатели по шкале «межличностный эмоциональный интеллект» получили высокие значения (60%). Показатели по шкалам «внутриличностный эмоциональный интеллект» (75%) и «управление эмоциями» (97%) низкие балы соответственно.

Таблица 3.

	«Эмоциональная осведомленность»	«Управление своими эмоциями»	«Самотивация»	«Эмпатия»	«Распознавание эмоций других людей»	«Межличностный эмоциональный интеллект»	«Внутриличностный эмоциональный интеллект»	«Понимание эмоций»	«Управление эмоциями»
«Эмоциональная осведомленность»	1								
«Управление своими эмоциями»	0,40	1							
«Самотивация»	0,15	0,38	1						
«Эмпатия»	0,62**	0,34	0,15	1					
«Распознавание эмоций других людей»	0,40	0,38	0,15	0,44	1				
«Межличностный эмоциональный интеллект»	0,62**	0,55	0,12	0,62**	0,62**	1			
«Внутриличностный эмоциональный интеллект»	0,44	0,64**	0,44	0,32	0,15	0,12	1		

Таким образом, мы видим тесную взаимосвязь таких компонентов как, «Межличностный эмоциональный интеллект» и «Эмоциональная осведомленность» и «Эмпатия». Так же выявлена компоновка внутриличностного эмоционального интеллекта с управлением эмоциями. Средняя корреляция определена у компонентов «Эмпатии» с «Управлением своими эмоциями», компонент «Распознавание эмоций других людей» показывает взаимосвязь с компонентами «Эмоциональная осведомленность»,

«Управление своими эмоциями». Внутриличностный эмоциональный интеллект коррелирует с самотивацией, эмпатией, так же мы видим, что понимание эмоций связано с управлением эмоциями и эмпатией.

Обсуждение. Результаты проведенного исследования показали следующие особенности эмоционального интеллекта:

Спортсмены, занимающиеся таким индивидуальным видом спорта как Дзюдо, осознают и имеют представления о своих эмоциях, о своем внутреннем состоянии, постоянно занимаются самопознанием своих достоинств и недостатков.

Спортсмены командных видов спорта обладают более высокими показателями распознавания эмоций других людей, но более низкими показателями самомотивации. Таким образом, спортсмены умеют воздействовать на эмоциональное состояние других людей, но не умеют управлять своими эмоциями.

Межличностный эмоциональный интеллект спортсменов индивидуальных и командных видов спорта включает эмоциональную осведомленность и эмпатию и соответственно распознавание эмоций других людей.

Низкий уровень внутриличностного интеллекта и управления эмоциями у спортсменов – баскетболистов свидетельствуют о неспособности спортсменов к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

Заключение. Таким образом, компоненты эмоционального интеллекта у большинства спортсменов - дзюдоистов, так и спортсменов – баскетболистов имеют низкие и средние показатели. Это говорит о недостаточном развитии произвольного умения управлять своими эмоциями, контролировать их и соответственно управления своего поведения.

Значение эмоционального интеллекта высоко, так как он оказывает влияние на способность спортсменов справляться со стрессом. Это связано с тем, что понимание эмоций других людей, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, управление своими эмоциями и эмоциями других, контроль эмоциональных проявления влияет на моделирование спортивной деятельности, адекватному оцениванию факторов, которые способствовали бы выполнению деятельности или преодолению препятствия в соревновательной деятельности.

Адекватный уровень эмоционального интеллекта способствует повышению эмоциональной устойчивости и саморегуляции спортсменов других эмоциональных состояний перед стартом и во время соревновательной деятельности, профилактике у них эмоционального выгорания, уменьшает действие переживаний, вызывающих такое качество характера как неуверенность в себе, в своей технической и тактической подготовке, тревогой потерять свой спортивный авторитет.

Это может повлиять на эмоциональную устойчивость спортсменов в момент соревнований и на результативность спортивной деятельности в целом. Таким образом, уровень эмоционального интеллекта влияет на поведение

спортсменов, и полученные результаты свидетельствуют о том, что его значимость противоречит уровню его развития у спортсменов.

Поэтому для развития эмоционального интеллекта рекомендовано разрабатывать программы, реализация которых должна быть направлена на повышение осознания и понимания своих эмоций, произвольного управления своими эмоциями и своим поведением, понимания эмоций других людей, умения воздействовать на эмоциональное состояние других людей. Все это будет способствовать развитию эмоционального интеллекта и повышению соревновательной результативности и способности к произвольной саморегуляции поведения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бабушкин Г.Д., Рамашов Н.Р., Искаков М.И., Сулеева К.М. Психодиагностика в сфере физической культуры и спорта. Караганда: Изд-во Карагандинского государственного университета. Стр. 772–781.
2. Берилова, Е.И. (2015). Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости спортсменов разного пола // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Стр. 163-168.
3. Игнатова Е.Н., Куликов Л.В., Розанова М.А. Социальные и социально-психологические аспекты стрессоустойчивости личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии. СПб., №1/2, 2005. Стр. 98 – 134
4. Киселева Т.С., Сергиенко Е.А. (2015) Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс личности // Бизнес-образование в экономике знаний. №2/4, стр. 7–11.
5. Петровская, Т. (2015). Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов. Наука в олимпийском спорте. - №4, стр. 60–63.
6. Пирожкова В.О., Горская Г.Б. (2016). Влияние эмоционального интеллекта на соревновательную надежность и предпочтение копинг-стратегий у представителей отдельных видов спорта // XII Международная научно-практическая конференция психологов физической культуры и спорта. Стр. 109–115.
7. Сулеева, К.М., Рамашов, Н.Р., Бабушкин, Г.Д. (2015). Интервальная тренировка юных спортсменов. Вестник Карагандинского университета. Серия «Педагогика». Т. 79, 3, 24– 29.
8. Berilova, E.I. (2015). Emotional intelligence as a factor of stress resistance in athletes of different sexes. Materials of the scientific and scientific-methodological conference of the faculty of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and

Tourism - № 2, стр. 144, 145.

9. Moen, F., Federici, R. A., & Abrahamsen, F. (2015). Examining possible Relationships between mindfulness, stress, school and sport performances and athlete burnout. International Journal of Coaching Science, 9, 3-19.

10. Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2004). Coping resources and athlete burnout: An examination of stress mediated and moderation hypotheses. Journal of Sport & Exercise Psychology, 26, 525-541.

ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ҲОЛАТИДА ИЖТИМОИЙ-ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ

Раъно Исмаилова. пс.ф.н.доцент

Кириш. Оилавий муносабатлардаги зўравонлик мураккаб ижтимоий ҳодиса бўлиб, эркаклар ва аёлларнинг зўравонлиги, гендер ролларининг чалкашлиги, оилавий муносабатларда агрессив мулоқотнинг узок вақт давомида шаклланиш жараёни ҳисобланади.

Шахснинг стрессли ҳолати депрессия ёки юқори даражадаги агрессивлик билан намоён бўлиши мумкин. Бу ҳолат бошқа одамларга, айниқса яқин атрофдагиларга нисбатан зўравонлик ҳаракатларида ўз аксини топади.

Бундан ташқари, хулқ-атворнинг маданий меъёрлари ўзгариб, ижтимоий ва шахслараро муносабатлардаги ахлоқий қоидалар маълум даражада емирилади. Бугунги кунда, “эркин Мен”, “инсон ҳукуқи” каби тушунчаларнинг нотўғри талқини тобора кенг тарқалиб, ноқонуний хусусият касб этиб, шахсга нисбатан тўғридан-тўғри ҳам маънавий, ҳам жисмоний зўравонлик кўринишида намоён бўлиши мумкин.

Бу каби омиллар оиланинг ҳаётига, унинг руҳий барқарорлигига сезиларли таъсир кўрсатади, ёш эр-хотиннинг шахсий хусусиятларига из қолдиради, оилада янада кескинроқ психологик муҳит яратилишига сабаб бўлади. Бу эса баъзан низоли вазиятларни, шу жумладан зўравонлик йўли билан ҳал қилишга ундовчи асос бўлиб хизмат қилади.

Оилавий зўравонлик нафақат нотинч оилаларда балки ҳар қандай ижтимоий мавқе ва даромад даражасидаги оилада мулоқот тизими бўлиб қолиши мумкин. Психологик зўравонликни бошдан кечирган ёки кечираётган инсонларда шахснинг жароҳатли хусусиятлари шаклланади. Бу хусусиятлар вазиятни англаш ва таҳлил қилишсиз, инсонга сездирмасдан пайдо бўлади.

Тадқиқот методологияси ва усуллари. Ушбу тадқиқотнинг мақсади оиладаги зўравонлик муаммосини жабрланувчи ва агрессор муносабати, роллар алмашилиши сабабларини аниқлашдан иборат.

Тадқиқотда асосий илмий методлар яъни мантикий, тизимли, қиёсий, функционал, статистик усуллар қўлланилган. Ўтказилган тадқиқот материаллари янги Ўзбекистон воқелигида зўравонлик муаммосининг айрим жиҳатларини очиб бериш имконини берди.

Ижтимоий низо назарияларида оилавий зўравонликнинг манбалари нафақат иқтисодий сабаблар ва моддий манфаатлар, балки инсонларнинг мажбурлаш механизмидан фойдаланиб ҳокимиятга эга бўлишга интилиши ҳам эканлиги таъкидланади. Яъни, оиладаги низолар ҳокимият ва устун ижтимоий мавқе учун кураш туфайли келиб чиқади.

Оиладаги зўравонликни ўрганишга институционал ёндашув жамиятда макродаражада шаклланган шахсларнинг ижтимоий хулқ-атворини тартибга солувчи меъёрлар ва воситаларни инобатга олган ҳолда оиладаги ушбу ҳодисани тадқиқ этишга ёрдам беради. Оиладаги зўравонликнинг ижтимоий-маданий назариялари уни микроижтимоий омиллар, яъни ижтимоий мавқе, даромад, маълумот каби таъсирлар остида содир бўладиган ҳодиса сифатида кўриб чиқади. Оилавий зўравонлик жамиятда оиладаги зўравонликни ва айрим оила аъзоларининг бошқалари устидан ҳукмронлигини ижтимоий жиҳатдан маъқуллайдиган меъёрлар натижаси сифатида намоён бўлади.

Тадқиқот натижалари. Турмуш ўртоғи томонидан намоён этилган зўравонлик хусусиятлари ва психик ҳолатлар намоён бўлиши орасидаги корреляцион боғлиқликлар (Спирман мезони) асосида текширилганда агрессивлик 0,138* жисмоний саломатликка таҳдид қилиш жисмоний эркинликни ҳаддан ортиқ назорат қилиш билан боғлиқ, яъни шахснинг агрессияга мойиллиги, агрессия реакцияси пайдо бўлиши шахсни мустақил ҳаракат қила олмасликка, унинг жисмоний эркинлигини чеклашга, доимо назоратда бўлишига, аёл ёки эркак ўз режа, мақсад ва хоҳишларини четга суришига олиб келади. Жисмоний эркинликни ҳаддан ортиқ назорат қилиш 0,152** иккинчи томонни камситиш, писанд қилмаслик, хўрлаш каби оқибатларга олиб келишини кўрсатади. Бу психологик эмоционал зўравонлик кўринишини олади деб айтиш мумкин.

Агрессивлик умумий беқарорлаштириш билан 0,223** натижа билан боғлиқ бўлиб, ўзига зарар етказиш билан кўрқитиш, бошқалар билан мулоқот қилишга рухсат бермаслик, ўта хурматсизлик билан муносабатни намоён қилади.

Муҳокама. Индивидуал психотерапевтик ва психоконсультация доирасида оиладаги агрессив хатти-ҳаракатлар болаликда, зўравонлик қурбонига гувоҳ бўлганида олинган жароҳатли тажрибанинг оқибати сифатида қаралади. Муаммони ўрганиш ва бартараф этиш жараёнида энг яхши эксперт бу -оиланинг ўзидир. Оила аъзолари ўзлари ва бир-бирлари билан муносабатлари ҳақида буни тушунишга ҳаракат қилаётган мутахассисга қараганда кўп нарсани билишади. Шунинг учун қабул қилинган қарорлар фақат оила аъзолари муаммоларни

муҳокама қилиш ва ҳал этиш жараёнида ҳамкор бўлган тақдирдагина самарали бўлиши мумкин. Оилавий зўравонликдан жабрланган ёки агрессор бўлган шахс психолог билан ҳамкорлик қилишга тайёрни деган савол туғилиши табиий.

Оилавий зўравонликдан жароҳат олган кишилар одатда типик хомхаёллар асирлигида яшайдилар. Аввало шуни таъкидлаш лозимки, зўравонлик қурбонига айланган аёллар кўпинча оиладаги зарарли, баъзан эса ҳаёт учун хавфли бўлган зўравонлик вазиятини тўхтатишга шошилмайдилар.

Улар бўлаётган воқеаларни яширишга уринишади, аммо агрессия ва қурбонлик ҳолатидан норозилик кутилмаган кўринишларда намоён бўлиши мумкин: ўзига ўзи зарар етказиш, оиланинг бошқа аъзоларига, ҳатто ўз фарзандлари ёки уй ҳайвонларига нисбатан зўравонлик кўрсатиш ва бошқалар.

Шуни таъкидлаш муҳимки, аёллар нафақат оилавий зўравонлик қурбонлари, балки ўзлари ҳам фаол равишда шахслараро зўравонликни амалга оширишлари мумкин. Ҳозирги кунда криминологлар ва психиатрлар аёлларнинг жиноий фаоллигининг ўсиш тенденциясини қайд этиб, турли мамлакатларда ўтказилган 200 дан ортиқ тадқиқотлар асосида, шахслараро муносабатларда эркалар ва аёллар томонидан содир этиладиган зўравонликда гендер симметриясини эътироф этмоқдалар.[1]

Оиланинг шахсий ҳаётига кириб бориш, шахсий муносабатларнинг ёпик доирасига аралашиш мураккаб жараён. Респондентларда ҳамкорликка интилиш бўлмаса, вазиятнинг тўлиқ ва ҳақиқий манзарасини кўриш қийинчилик туғдиради. Бундай ҳолатларда, воқеликнинг асл кўринишини яхлит тарзда англаш мушкул бўлади. Зеро, муаммони англаш орқалигина унинг ечимига эришиш мумкин. Оилага жамиятнинг ўз тузилиши, элементлари ва вазифалари мавжуд бўлган ҳужайраси сифатида қараладиган бўлса, оилавий зўравонлик муаммосини кўриб чиқиш жамиятдаги бошқа турдаги зўравонликларга нисбатан ўзига хос хусусиятлар касб этади. Бу оиланинг ўзига хос дисфункцияси ҳисобланади.

Низо - оилавий ҳаётнинг соғлом кечишининг нормал таркибий қисмидир. У оиланинг фаолият кўрсатишини барқарорлаштиришда конструктив-бунёдкорлик ролини ўйнаши лозим. Чуқур илдиз отган низо барча оила аъзоларининг руҳий ҳолати ва жисмоний саломатлигига ҳалокатли таъсир кўрсатиши мумкин. Шу билан бирга, низога мойиллик, мураса маданиятининг йўқлиги, вазиятларнинг ноқулай келиши жараёнига назоратдан чиқариши ва унга ҳалокатли тус бериши мумкин.

Бизнинг фикримизча, зўравонлик низо намоён бўлишининг энг сўнгги шаклидир. Бизнинг ҳолатимизда, бу оила ичидаги низо бўлиб, унда агрессор эр, жабрланувчи эса хотин ва аксинча агрессор аёл эр эса жабрланувчи бўлган. Натижада, турмуш ўртоғи томонидан оиланинг бошқа аъзоларига нисбатан турли йўналишдаги агрессия намоён бўлади.

Хулоса. Жамиятда агрессияга нисбатан умумий қабул қилинган қараш уни инсоний иллатлар қаторига қўшади ва бу тасодифий эмас. Кўриниб турибдики, ижтимоий ҳаётда инсон томонидан намоён бўладиган агрессия жамият ҳаётига бошқарилмаслик ва олдиндан айтиб бўлмаслик компонентини олиб кирадиган деструктив элемент ролини ўйнайди. Жамиятда агрессив бўлиш қабул қилинмаган.

Агар чуқурроқ назар ташласак, агрессиянинг намоён бўлиши, оғир руҳий бузилишлар ҳолатларидан ташқари, шахснинг асосий ҳаракатлантирувчи мотивларидан бирини блокировка қилиш билан боғлиқлигини кўришимиз мумкин, аммо деярли ҳеч ким унинг пайдо бўлиш сабаблари ва агрессияни ўз ичига олган "хабар"дан етарлича фойдаланиш усуллари ҳақида ўйламайди. Оилавий зўравонлик ҳолатларида ижтимоий психологик ёрдамни ташкил этиш жараёнида нафақат жабрланувчи роли балки агрессор ролини таҳлил этиш муҳим ҳисобланади.

Фойдаланилган адабиётлар.

1.Straus M.A. The controversy over domestic violence by women: a methodological, theoretical, and sociology of science analysis // Violence in intimate relationships / Ed. by X.B. Arriaga, S.Oskamp. California: Sage, 1999.

Роль психологического тренинга в формировании личности в общении в подростковом возрасте

Клычева Зулфия Полатовна / Klicheva Zulfiya Polatovna- кандидат психологических наук, доцент.

Кафедра психологии, факультета педагогики.

Нукусский государственный педагогический институт им.Ажинияза Г.Нукус, Республика Узбекистан

Общение подростков и старшеклассников со сверстниками и взрослыми является одним из важнейших психологических условий их личностного формирования. Неудача в общении ведут к внутреннему дискомфорту, компенсировать который не могут никакие высокие показатели в других сферах их жизни и деятельности. Поэтому перед школьным психологом встает сложнейшая задача специально организовать деятельность общения, которая является ведущей для подросткового и старшего школьного возраста и создать внутри этой деятельности атмосферу сотрудничества, взаимного доверия детей друг с другом, детей и взрослого.

Наиболее подходящим средством для этой цели является специально организованные психологические тренинги, включающие целый ряд психологических игр и упражнений. Значение таких тренингов огромно. Они позволяют управлять формированием личности учащихся, способствует формированию у них положительных и преодолению отрицательных качеств.

Такие занятия, как правило, проводятся под руководством опытного психолога или педагога, владеющего приемами организации подобных тренингов.

При составлении программы тренинговых занятий необходимо учитывать возрастные особенности. Так, в работе с младшими подростками упор следует сделать на пробуждении интереса и развитии доверия к самому себе, на постепенном понимании своих возможностей, способностей, особенностей характера, уверенности в себе, чувство собственного достоинства. При работе со старшими подростками основной акцент можно сделать на развитии доверия к окружающим людям, на анализе мотивов общения межличностных отношений. В группах старшеклассников можно больше внимание уделить проблемам осознания ими своего признания, обретения способности видеть смысл жизни, профессиональному выбору и будущей семейной жизни и пр.

Цель - психологического тренинга «Общение» - развитие психологических ресурсов личности, навыков и умений, необходимых для успешного общения, коммуникативных качеств личности, таких как взаимопонимание, сопереживание, общительность, уверенности в себе, а также установка на успешное овладение учебной деятельностью.

При проведении психологического тренинга необходимо соблюдать следующие правила.

1. Все участники тренинги должны сидеть по кругу, то есть лицом к лицу.
2. Оптимальное количество участников тренинга 10-15 учащихся.
3. Ведущий не противопоставляет себя группе, а выступает одним из участников групповой работы, выполняет задания вместе с учащимся, при этом, также обучается и развивает свои коммуникативные способности.
4. Все участники, сидящие по кругу должны активно участвовать на каждом занятии, обсуждать, высказывать свое мнение.
5. Ведущий создает такие ситуации, когда ученики сами должны найти решение проблемы.
6. В ходе тренинга надо управлять ходом выполнения упражнений и игр, проявлять уважение к мнению каждого ученика, пресекать действия, оскорбляющие личность.

Ведущий должен все время подбадривать выступление каждого ученика и поощрять их одобрением, улыбкой, добрым словом.

7. В ходе тренинга можно порекомендовать ученикам вести дневник, где после занятий будут отмечать свои впечатления, наблюдения за своими поступками и поведением.

8. Каждый участник тренинга говорит о том, что происходит в настоящий момент в группе, что он чувствует и переживает.

9. Важное правило для всех: старайся быть внимательным и открытым когда слушаешь других и говоришь.

10. В конце каждого занятия, когда ведущий подводит итог, он обязательно должен спросить учащихся, что они сделали сегодня на занятии, что нового для себя узнали, какие изменения у себя отметили, а также дает задание на дом.

11. Занятия целесообразно проводить по 120-180 минут 2 раза в неделю.

12. Не существует правильных или неправильных ответов, правильный ответ-тот, который на самом деле выражает мнение учащихся.

13. Нельзя превращать занятия в классный час по разбору поведения кого-либо.

14. Нельзя давать - оценку выступлению другого участника, если он сам об этом не просит.

15. Нельзя – вне занятий обсуждать то, что происходит во время тренинга.

Программа тренинговых занятий направлена на решение следующих задач: обеспечение школьника средствами самопознания, формирование собственной значимости как личности, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства; развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления затруднений в учебе, в общении, формирование мотивации и самовоспитания и саморазвития, и обеспечение необходимыми средствами в решении личностных проблем; развитие фантазии, воображения.

Программа тренинговых занятий включает три этапа: I. ориентировочный (3-4 занятия), II. Развивающий (9-10 занятий), III. Проективный (3-4 занятия). Каждый этап предполагает работу по следующим направлениям: 1. Вербальные и невербальные формы уверенного поведения. 2. Способы преодоления трудностей и решение проблем. 3. Способы решения личностных проблем. 4. Психологическое тестирование личности. 5. Средства и формы самопознания. 6. Поддержка и повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности.

Тренинговые занятия осуществляются с помощью игровых методов, метода дискуссии, проектных методов рисуночного и вербального типов, а также элементов психогимнастики.

Имеющийся у нас опыт проведения тренинговых занятий в течении ряда лет

в школах г. Нукусе позволил нам разработать специальную программу проведения психологических тренингов с учетом различия возрастов школьников.

Приведем примеры некоторых психологических игр.

Игра «Золотые слова». Все учащиеся садятся по кругу, лицом друг к другу. Ведущий говорит о том, что сейчас мы будем говорить друг к другу только красивые слова. Назвать имя, а потом сказать ему красивые слова. Например, Наргиза, ты красивая, добрая, всегда всем помогаешь.

Сначала все по очереди говорят одному учащемуся «золотые» слова, «комплименты», потом другому и т.д. Когда все закончат говорить другу комплименты ведущий говорит: «А теперь каждый скажет о том, что он ощущал, переживал когда он говорил красивые слова и когда говорили ему». Данная игра повышает хорошее настроение, делает участника тренинга более дружными, снимает агрессивность и враждебность. Замкнутые и необщительные после этой игры меняются в лучшую сторону и становятся более открытыми в общении.

Упражнение «Кто Я». Умейте видеть свои достоинства и недостатки нельзя видеть в себе только одни достоинства. Это самолюбование. Но нельзя видеть только одни недостатки это – тоже плохо. Хорошее в себе надо укреплять, недостатки – изживать.

Так воспитывает в себя и совершенствует человек. Умейте оценить свои поступки. Научитесь разбираться в себе и других. Это поможет вам избежать ошибок. Расскажите каждой о себе. Честно не скрывая своих недостатков, расскажите как вы собираетесь устранить свои недостатки.

Думайте, рассказывайте о себе. Подумайте, какими вас видят окружающие.

Выражения лица, походкой охарактеризуйте самоуверенного, робкого, смелого, гордого, злого человека.

Пусть каждый нарисует себя таким, какой он есть, и таким, каким он хочет быть. Надо стать таким, каким хочешь быть! Если дети рисуют себя высокими; крупными, широкоплечими, стройными, а свое лицо привлекательным, то такие дети характеризуются высокой самооценкой, если себя рисуют маленькими, узкоплечими, непривлекательными, то таким детям свойственна заниженная самооценка. Если в рисунке много штриховки, стираний, то таким детям свойственна тревожность.

Ведущий: Повторяйте за мной все: «Я нарисовал себя таким какой я есть и таким каким я хочу видеть себя». Я буду хорошо учиться, я стану умным, смелым. Я буду делать все, чтобы моя мечта осуществилась.

Я сделаю все, чтобы меня уважали. Я с уважением отношусь ко всему в классе. Я люблю жизнь, она прекрасна. Я развиваю свой ум, укрепляю свои силы, я хочу много знать и уметь. Я верю в свои силы. Я совершаю только хорошие и добрые поступки!

Упражнение «Чемодан». Ведущий объясняет, что сейчас мы с вами будем собирать чемодан в дорогу. Содержимое чемодана будет особым.

Туда мы положим то, что каждому поможет лучше учиться, стать хорошим, изменить свой характер и поведение в лучшую сторону. Собирать чемодан будем все вместе сначала одному, потом другому итак всем по очереди. Данная игра проводится, как правило, в конце цикла занятий она развивает воображение, концентрирует внимание школьников на положительных качествах, формирует установку на развитии личностных потенциалов.

Многие учащиеся отмечают что, у них появились друзья, хотя их раньше не было, если некоторые учащиеся до тренинга считают себя плохими, то после тренинговых занятий они отмечали у себя уверенность в своих способностях, желании достигнуть хороших результатов в учебе и в жизни. Наш опыт проведения психологических тренингов показал, что после проведения цикла

занятий в течении нескольких месяцев с учащимися подросткового и старшего школьного возраста были отмечены значительные изменения в сторону развития у учащихся положительных качеств личности. Так, обсуждая вопрос на заключительном занятии о том «Каким я был раньше и каким стал теперь?» в рассуждениях учащихся отмечается то, что они стали более серьезно относиться к себе и окружающим, научились многое понимать во взаимоотношениях со сверстниками.

В классах, где проводились психологические тренинги учителя отмечали изменения психологического климата в лучшую сторону. Если до проведения психологического тренинга в классе были так называемые «изолированные» учащиеся, то после тренинга перешли в разряд «предпочитаемые», такие учащиеся стали более открытыми в общении, у них появились друзья, у них не проявлялась агрессивность и враждебность по отношению друг к другу.

Ниже мы приводим в таблице результаты наших исследований по диагностике коммуникативных качеств личностных подростков до и после тренинговых занятий. Нами приведены результаты исследований как в целом по группе, так и отдельно по мальчикам и девочкам. Так выявлено, что в целом по группе после тренинговых занятий повысился уровень коммуникативных качеств личности, организаторские качества личности, уровень сплоченности группы, произошло значительное снижение уровни личностной тревожности.

Таблица показатели коммуникативных качеств в личности подростков до и после тренинговых занятий

		Средние баллы	
№	Качества личности	до тренинга	после тренинга

1.	Коммуникативные качества:		
	в целом по группе	0,59	0,69
	мальчики	0,62	0,67
	девочки	0,59	0,72
2.	Организаторские качества:		
	В целом по группе	0,62	0,68
	Мальчики	0,62	0,64
	девочки	0,63	0,67
3.	Эмоциональная сплоченность группы	0,3	0,5
4.	Личностная тревожность	58	45

В результате исследования мы пришли к следующим выводам:

1. Психологический тренинг «Общение» способствуют развитию коммуникативных качеств личности учащихся.
2. Психологический тренинг является важнейшим средством формирования у учащихся положительных качеств личности и преодоления отрицательных.
3. Психологические тренинги развивают личностные резервы у подростков и старшеклассников, улучшают психологический климат в межличностном общении и формируют положительные личностные потенциалы.
4. Психологические тренинги способствуют развитию у учащихся уникальности своей личности, своей индивидуальности.

Список литературы

1. Адизова Т.М.. Психокоррекция. Учебное пособие. Тошкент – 2006. 66 с.
2. Бодалев А.А. Общение и формирование личности. - В кн.: Социальная психология.- М.: МГУ, 1979, с. 25-34.
3. Леонтьев А.А. Психология общения. – М.: Смысл, 1999. – 365 с.
4. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов.- СПб.:Питер,2007.-160 с.

РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПУТЕМ ИГРОВЫХ СИТУАЦИЙ

Лутфуллаева И.А.-

*Магистрант Национального педагогического
университета Узбекистана имени Низами*

Дошкольный возраст – это этап психического развития детей, охватывающий период от 3 до 6-7 лет, характерен тем, что ведущей деятельностью является игра, весьма важен для формирования личности ребенка. Выделяют три периода:

- 1) младший дошкольный возраст – от 3 до 4 лет;
- 2) средний дошкольный возраст – от 4 до 5 лет;
- 3) старший дошкольный возраст – от 5 до 7 лет.

Развитие личности детей дошкольного возраста включает две стороны: - ребёнок начинает понимать окружающий мир, осознавать своё место в нём; - развитие чувств и воли обеспечивает действие мотивов поведения.

Изменения в личностном развитии детей дошкольного возраста приводит к появлению следующих психических новообразований: произвольность поведения, самостоятельность, креативность, самосознание, детская компетентность.

Все же основным личностным образованием дошкольного возраста является развитие самосознания ребёнка, что заключается в оценке своих умений, физических возможностей, нравственных качеств, осознание себя во времени. Постепенно дошкольник начинает осознавать свои переживания, эмоциональное состояние.

Эмоциональная сфера помогает внутренней регуляции поведения детей через переживания положительных и отрицательных эмоций. Изменения в эмоциональном развитии связаны с включением речи в эмоциональные процессы. Эмоциональный комфорт активизирует познавательную деятельность ребенка, побуждает к креативности.

В дошкольном возрасте интенсивно развивается игра, речь, что способствует формированию словесно-логического мышления, произвольности психических процессов, возможности формирования оценки собственных действий и поведения.

В развитии мышления дошкольника существенную роль играет овладение детьми способами наглядного моделирования тех или иных явлений. Наглядные модели, в которых воспроизводятся существенные связи и отношения предметов и событий, являются важнейшим средством развития способностей ребенка и важнейшим условием формирования внутреннего, идеального плана мыслительной деятельности.

В центре сознания в дошкольном возрасте, по Л. С. Выготскому, стоит память. В этом возрасте возникает намеренное запоминание в целях последующего воспроизведения материала. В основе ориентации в этот период лежат обобщенные представления. Ни они, ни сохранение сенсорных эталонов и т.п. невозможны без развития памяти.

В младшем дошкольном возрасте для эффективного психического развития можно использовать различные стимулирующие игровые ситуации.

Для проведения игры понадобится нарисованное квадратное поле, состоящее из девяти клеток, любая маленькая игрушка (матрешка, машинка, солдатик), имеющая плоское основание, “подарок” (конфета, коробочка и т.п.), призовые фишки.

Игрушку ставят на одну из клеточек поле и дают ребенку следующую инструкцию: “Матрешка должна отнести подарок в определенную клеточку, я тебе прочитаю, как дойти, а ты поможешь матрешке отнести подарок в нужную клеточку”. Далее объясняют, что значит вверх, вниз, вправо, влево. По одной из этих команд матрешка перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Ведущий подает 2 команды сразу, ребенок должен запомнить путь и переставить матрешку на нужную клеточку.

Затем количество команд увеличивается, игрок должен внимательно проследить (без помощи пальца или указки, только глазами) путь, после чего перемещать игрушку. Выходить за пределы поля запрещается как ведущему, так и игроку. Каждый верно доставленный подарок отмечается призовой фишкой. Роль ведущего поочередно выполняют оба участника игры.

Формирование умственного приема: сравнение: “Залатай коврик”. Возьмите 2 любых открытки (можно использовать иллюстрации из старой книжки, небольшие листочки цветной бумаги, белые листы с нарисованными элементарными узорами линиями, кругами и т.п.), вырежьте два кусочка определенным образом в виде овала, звездочки, треугольника... Перемешайте вырезанные части и предложите ребенку “залатать коврик” нужным кусочком так, чтобы получился целый “коврик”.

Игры данного типа усложняются за счет увеличения количества элементов, по которым следует проводить сравнение.

Развитие мыслительного приема: систематизация и переключения внимания: “Сундучок”. Возьмите 2-3 разноцветные коробочки из под обуви (конфет, мыла и т.п.), рассыпьте небольшие кубики, шарики или другие мелкие предметы разных цветов.

Таким образом, познавательный процесс чаще всего сочетается общей любознательностью и свидетельствует о развитии активности и богатства интеллектуальных эмоций. Иногда познавательный процесс включает в себе зерно способностей. Однако, любознательность, зачатки познавательных

процессов не развиваются сами собой. Они возникают в процессе выявления индивидуальных возможностей ребенка в результате воспитательного воздействия на них, заботливого и бережного их выращивания.

Список литературы

1. Мухина В.С. Психология детства и отрочества. Учебник для студентов психолого-педагогических факультетов вузов. — М.: Институт практической психологии, 1998.
2. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. — М.: Тривола, 1995.
3. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. Учебник; Изд. «Роспедагенство»; Москва 1996.

ЖЕНЩИНЫ В ИЗНАЧАЛЬНО МУЖСКИХ ВИДАХ СПОРТА

*Мамараимова Раъно Усмановна, преподаватель
Джизакского государственного педагогического
университета*

В последние десятилетия женщины значительно изменили традиционное восприятие мужских видов спорта, таких как хоккей, бокс и тяжёлая атлетика. С их приходом произошли не только изменения в правилах, но и в общественном мнении о спорте в целом. Женщины демонстрируют выдающиеся результаты и преодолевают гендерные барьеры, участвуют в соревнованиях, включая мужские лиги.

Параллельно с ростом женского участия, мир спорта расширяет свои границы, позволяя женщинам показывать свои сильные стороны и успехи в дисциплинах, которые когда-то были считались исключительно мужскими. Все больше женщин берут на себя роль пионеров в спорте, способствуя переменам и бросая вызов устоявшимся стереотипам о гендерных ролях. Этот доклад основан на анализе достижений женщин в спорте и их вкладе в изменение его ландшафта.

Правда, даже гуманные деятели возрожденного олимпийского движения не сразу решились нарушить традиционное отлучение женщин от спорта. Как известно, их участие в олимпийских состязаниях не предусматривалось в программе игр первых олимпиад нового времени. Лишь в 1924 г., после многолетних прений, МОК официально зафиксировал в своей хартии право спортсменок самостоятельно участвовать в играх олимпиад в части видов спорта.

Перечень таких видов от олимпиады к олимпиаде расширялся (в 1924 г. допущено участие женщин в 7 дисциплинах олимпийской программы, в 1928 г. - в 9, в 1936 г. - в 10, в 1948 г. - в 19 и т.д.). Однако еще до этого, не дожидаясь

официального решения, отважные поборницы женского равноправия в спорте добились выхода на олимпийскую арену (уже на играх II Олимпиады, в 1900 г., 11 спортсменок участвовали в состязаниях по гольфу и теннису).

В олимпиадах последних десятилетий спортсменки, как известно, выступают в состязаниях по большинству разделов олимпийской программы, а доля женщин в общем составе участников современных олимпийских игр (как летних, так и зимних) превышает 20%.

Несмотря на широкое представительство в современном спорте тех, кого нередко все еще называют "слабым полом", его особо активные представительницы стремятся, вроде бы, доказать, что для них посильны любые из освоенных мужчинами видов спорта. В последние десятилетия начали практиковать женские первенства и по таким спортивным дисциплинам, как марафонский бег, тройной прыжок и прыжки с шестом, метание молота, прыжки на лыжах с трамплина, поднимание штанги, футбол, хоккей, регби, дзюдо, и по другим, издавна считавшимся сугубо мужскими.

Возникает вопрос: не нарушается ли в таких спортивно-феминистских устремлениях разумная мера? И вообще - следует ли понимать перспективы эмансипационных устремлений женщин в спорте как полное уравнивание предмета спортивного совершенствования для мужчин и женщин?

Ясно, что предвзято и априори ставить препоны увлечениям женщин тем или иным видом спорта в принципе недопустимо. Но разве неясно и то, что женщины - это не мужчины и их отношение к спорту не может быть вполне одинаковым. Есть, конечно, множество видов спорта, пригодных в качестве предмета спортивного совершенствования как для мужчин, так и для женщин, однако и здесь уровень спортивных достижений и регламентация спортивной деятельности закономерно дифференцируются в зависимости от пола.

Поэтому с моей стороны было бы опрометчиво, если не сказать легкомысленно, призывать женщин догнать и перегнать мужчин.

Небезынтересно в связи с этим обратить внимание на табл. 1-2¹ Их данные свидетельствуют, что женские достижения на протяжении века существенно приблизились к мужским: если первоначально в ряде видов спорта они отличались на 20% и более, к настоящему времени эта разница уменьшилась примерно вдвое, что указывает на более высокие темпы прироста спортивных достижений женщин. Эта тенденция дала кое-кому повод утверждать, будто женские рекорды в спорте в перспективе сравняются с мужскими и даже превзойдут их [8, 20 и др.].

Такой прогноз есть основание считать маловероятным. По всей видимости, хотя тенденция приближения женских рекордов к мужским еще окончательно не исчезла, во второй половине текущего века, как явствует из тех же приведенных данных (см. табл. 1-2), она явно убывает и в последние десятилетия в ряде видов

спорта сменилась тенденцией к стабилизации разницы между женскими и мужскими достижениями, а в отдельных случаях даже к некоторому ее возрастанию. Примечательно также, что если сопоставлять в этом же аспекте не только рекордные достижения, но и более часто демонстрируемые спортивные результаты мужчин и женщин (т.е. в более широкой выборке), то разница между ними оказывается более значительной, чем при сопоставлении рекордов (в табл. 3 в каждой из приведенных легкоатлетических дисциплин сопоставлены средние величины результатов 50 лучших легкоатлетов и легкоатлеток 90-х гг.).

Очевидно, когда сопоставляются лишь рекордные достижения, сильнее сказывается их зависимость от индивидуальных особенностей рекордсменов и рекордсменок, при более же широкой выборке отчетливее выявляется общая линия различий (в данном случае половых).

В общем можно с достаточным основанием считать, что какая-то разница между мужскими и женскими спортивными достижениями естественна, закономерна и потому всегда будет существовать в силу прежде всего природных функциональных и морфофункцио-нальных особенностей женского и мужского организмов.

Причины повышенных темпов прогресса спортивных достижений женщин на протяжении большей части текущего века, надо думать, коренятся главным образом не в особых свойствах женского организма, а в закономерных различиях динамики спортивных результатов на разных этапах развития спорта и в социально-исторических особенностях динамики мужского и женского спорта.

Как хорошо известно, мужской спорт культивируется многие столетия, он давно уже охватил многочисленные мужские контингенты и именно в нем сложилась система селекции и подготовки выдающихся спортсменов. Фактически к началу текущего века мужской спорт находился на совсем иной ступени своего исторического развития, чем женский, когда женщины начали выходить на широкую спортивную арену и осваивать проторенные мужчинами пути к высшим спортивным достижениям.

Накопленные на этом пути в мужском спорте методические и другие ценности, несомненно, помогли женщинам ускоренно продвигаться по нему, что кроме других факторов обусловило более высокие, чем у мужчин, темпы прироста женских спортивных результатов на протяжении значительной части века.

В этой связи надо учесть и то, что, как следует из ряда известных исследований [10, 15, 23], степень прироста спортивных достижений на различных стадиях (этапах) их исторической динамики закономерно изменяется, вначале прирост наиболее значителен, затем становится относительно равномерным и потом все убывает по мере бесконечного приближения результатов к некоторому условному "пределу" достижений (графически

подобная динамика описывается так называемой логистической кривой).

Отсюда понятно и неудивительно, что, поскольку мужской и женский спорт в начале текущего века находился на явно различных этапах своего исторического развития, темпы прироста достижений в них были какое-то время неодинаковыми.

Очевидно, на протяжении нескольких десятилетий с начала века динамика женских достижений соответствовала в основном первой стадии, когда темпы их прироста особенно высоки, а динамика мужских достижений находилась уже на второй или даже в некоторых видах спорта на третьей стадии, когда темпы прироста стабилизируются и убывают. Логично также ожидать, что по мере развития женского спорта степень прироста достижений в нем будет убывать и в этом смысле выравниваться с темпами прироста достижений в мужском спорте.

В суждениях о перспективах женских спортивных достижений, как ни странно, не всегда принимают во внимание их естественную зависимость от особенностей строения и функций женского организма.

К сожалению, эта зависимость в полной мере и достаточно подробно еще не установлена.

В общем, однако, известно, что ряд морфофункциональных свойств организма женщин в большей мере, чем мужчин, лимитирует уровень спортивно-достиженческих возможностей (см., например, обобщенный обзор [6]).

Так, хорошо известные отличия размеров тела, его массы и удельного веса различных компонентов состава тела (особенно мышечной и жировой ткани) обуславливают у женщин меньшие, чем у мужчин, возможности проявления в двигательных действиях механической силы, количества механической работы и ее мощности. У женщин вместе с тем меньше, чем у мужчин, возможная степень прироста показателей силовых способностей под воздействием тренировки, отсюда меньше и прогресс в видах спорта, требующих этих способностей.

Меньше и суммарное количество мышечных фосфагенов, и емкость анаэробной гликолитической биоэнергетической системы, что, надо думать, является одним из основных факторов, обуславливающих менее высокие по сравнению с мужчинами результаты в спортивных упражнениях субмаксимальной мощности (бег 40...800 м, плавание 100 м и т.п.).

У женщин также меньше, чем у мужчин, ряд показателей функциональных возможностей, определяющих аэробную работоспособность в упражнениях, требующих предельной выносливости (максимальное потребление кислорода, концентрация гемоглобина в крови, ее кислородная емкость, объем циркулирующей крови, легочная вентиляция и др.), что объясняет, кроме прочего, почему разница спортивных достижений женщин и мужчин в стайерских видах спорта достаточно значительна.

Морфофункциональные отличия женского организма обуславливают и ряд

свойственных женщинам особенностей в построении двигательных действий. Например, соотношение усилий мышц - сгибателей и разгибателей ног при спринтерском беге у женщин иное, чем у мужчин; соответственно, есть различия в том, как идет совершенствование таких двигательных действий в процессе многолетних занятий спортом [14].

Из всех этих фактов не следует, что женский организм менее совершенен, чем мужской. Просто он иной по ряду количественных параметров своего строения и функционирования. Его особенности, что многократно уже описано, несомненно, в филогенезе изначально связаны с важнейшей естественной функцией женщин - воспроизводством человеческих поколений, а в общественно-историческом процессе обуславливались различиями образа жизни и деятельности мужчин и женщин.

Таблица 1. Относительные величины высших женских достижений в легкой атлетике, выраженные в % к высшим мужским достижениям по периодам их динамики

Разновидности легкоатлетических спортивных дисциплин	% к мужским достижениям в различные периоды XX века				
	в годы первых рекордов	на начало 60-х годов	на начало 70-х годов	на начало 80-х годов	к середине 90-х годов
Бег, м:					
100	83,11	88,50	90,00	91,45	93,83
200	75,20	89,12	88,50	91,21	90,99
400	87,60	84,06	84,86	90,44	90,94
800	74,90	85,02	88,82	89,22	89,85
1500	90,50	84,19	84,20	92,14	90,00
5000	89,12.	85,38	85,25	85,43	87,23
10000	78,30	73,68	75,97	83,50	89,87
42195	79,75	62,29	74,82	ST- .S9	89,96
Прыжки:					
в высоту	72,64	83,78	83,84	85,16	85,31
в длину	67,80	77,95	76,85	79,66	84,02

Примечания: 1. В пределах каждого из указанных хронологических подразделений сопоставлялись женские и мужские достижения, показанные

синхронно или в наиболее близкие годы.

2. В некоторых дисциплинах, в которых в первые десятилетия века официально не регистрировались женские рекорды, учитывались первые показанные в это время достижения женщин, данные о которых зафиксированы в источниках, вызывающих доверие.

3- Процентное соотношение женских и мужских достижений в циклических упражнениях вычислялось по скорости преодоления дистанции, рассчитанной в м/с.

Социальный прогресс, в частности успехи феминистского движения, поставили женщин в радикально измененные условия жизни, деятельности. Для них открылись и новые возможности физического совершенствования. Тот факт, что приблизительно за половину века женские спортивные результаты едва ли не вплотную приблизились к мужским, свидетельствует о небывало стремительном развитии женского спорта. Образно говоря, он в исторически мгновительные сроки прошел дистанцию, на преодоление которой мужчины потратили века.

И едва ли есть смысл сомневаться, что достиженческие возможности женщин позволят им, как и мужчинам, бесконечно поднимать планку спортивных свершений. Но можно ли считать вполне оправданным, осмысленным и гуманным обозначившееся стремление распространить сферу спортивных притязаний женщин на все без разбору виды спорта, освоенные мужчинами?

Чтобы занять в этом верную позицию, представляется необходимым получить предварительно вполне обоснованные ответы как минимум на следующие вопросы:

- во-первых, как повлияют на естественные особенности женского организма многолетние напряженные занятия тем или иным из исконно мужских видов спорта (особенно такими, как бокс, кикбоксинг, борьба и другие с жесткими физическими контактами);

- во-вторых, насколько согласуются либо не согласуются такие занятия с характером женской психики, биосоциальной ролью женщины, а также с эстетическими критериями женственности, типичными для нормального менталитета личности и общества;

- в-третьих, какие отличительные черты закономерно должны быть свойственны содержанию и технологии спортивной деятельности женщин, причем и тогда, когда они занимаются теми же видами спорта, что и мужчины?

Скорее всего, никто из специалистов не рискнет утверждать, что вполне обоснованные, базирующиеся на строгих целостных исследованиях ответы на все эти вопросы уже существуют. Отвечая на них, в лучшем случае пользуются фрагментарными исследовательскими данными, чаще же основываются на личных впечатлениях и расхожих, во многом субъективных представлениях. Не случайно занимаемые здесь противоположные позиции часто выглядят далеко не

убедительными.

Так, к примеру, высказываясь против приобщения женщин к исконно мужским видам спорта, часто указывают на их повышенную травмоопасность для женских, менее прочных, чем у мужчин, телесных структур [17, 22, 24]. Но такая аргументация не выглядит достаточно убедительной в эпоху стремительного технического и технологического прогресса, когда быстро возрастают возможности создания защитных приспособлений в женской спортивной экипировке и специальных устройств в спортивном оборудовании, уменьшающих риск травматизма.

Вместе с тем можно возразить: а зачем без особой нужды подвергать женщин опасности спортивных повреждений, не лучше ли вообще исключить такой риск? Обоснованно занять ту либо иную позицию позволит лишь системное решение проблемы на исследовательской почве с привлечением большого массива статистических данных и профессиональных заключений специалистов о гарантиях устранения спортивной травмоопасности для жизненно важных женских свойств.

Или другой пример. Когда биологическими исследованиями было обнаружено, что большие спортивные нагрузки, чреватые перетренированностью, у женщин в значительно большей мере, чем у мужчин, затрагивают гормональную систему и влекут за собой более обширные нарушения вегетативных функций [5], это объективно подкрепило позицию тех, кто протестовал против приобщения женщин к наиболее "нагрузочным" видам спорта, в частности к бегу на длинные и сверхдлинные дистанции.

Однако из того факта, что спортивная перетренированность значительно опаснее для женского организма, чем для мужского, прямо не следует вывода о необходимости окончательного запрета для женщин повышенных спортивных нагрузок. Очевиднее становится лишь необходимость предотвращения перетренированности путем нормирования нагрузок, адекватного особенностям женского организма.

Что же касается приобщения женщин к стайерским видам спорта, то оно практически уже состоялось и, судя по спортивно-техническим результатам, идет небезуспешно (см. табл. 1-3). Сторонники такой практики в обоснование ее ссылаются, в частности, на преимущества женского организма сравнительно с мужским в использовании организменных жиров для биоэнергетического обеспечения продолжительной мышечной работы (Э. ванАйхен и др.), а также на более эффективную терморегуляцию у женщин при ее выполнении (М. Вейнхэм и др.; ссылки по [20]). Здесь опять-таки внимание обращается лишь на отдельные обстоятельства, без системного рассмотрения всей совокупности факторов и условий, которые надо иметь в виду для определения разумных перспектив женщин в обсуждаемых видах спорта.

Пожалуй, наибольшая неопределенность и субъективизм в дебатах за или против неограниченного проникновения женщин в "мужские" виды спорта допускаются тогда, когда затрагиваются психосоциальные, этические и эстетические аспекты проблемы.

Одни, например, категорически утверждают, что ни один вид спорта не наносит ущерба женственности спортсменок, но не приводят никаких весомых фактов для такого утверждения, не считая апелляции к феминистским эмоциям и отдельных примеров. Другие, отправляясь в основном от своих вкусовых пристрастий, обвиняют ряд видов спорта как в маскулинизирующем воздействии на женскую фигуру и психику, так и в посприятии эстетических начал женского поведения.

Вот некоторые иллюстрации к сказанному. Выступая в поддержку лозунга "Хочешь быть красивой - занимайся спортом!", выдающаяся в прошлом спортсменка М. Гуммель, явно наделенная от природы привлекательной внешностью, заверяет: "Представления о красоте женщины, долгое время определяемые идеалом Венеры Милосской, теперь устарели". Никаких фактологических оснований для этого Гуммель не приводит, если не считать ссылки на "личный опыт и опыт подруг" [4].

Сторонники противоположной точки зрения тоже не затрудняют себя достаточно основательной аргументацией. Чаще всего в таких случаях ограничиваются эмоциональными заявлениями, претендующими на выражение общественного мнения. И именно таким способом ряд видов спорта объявлен противопоказанным женственности, женской манере поведения и красоте. В частности, это относится к начавшемуся увлечению некоторых женщин боксом.

По этому поводу президентом федерации бокса Великобритании заявлено: "если женщина занимается боксом, - это дикость; надев боксерские перчатки, она перестает быть женщиной" (цит. по [1]).

Понятно, что, когда женщина в пылу рукопашной схватки бьет соперницу в самые уязвимые места, или сплевывает сукровицу после полученного удара, или когда она на татами скорчивается с мучительной гримасой при болевом захвате соперницей, или на футбольном поле при угрозе ушиба мячом боязливо прикрывает руками и позой свои гениталии (рис. 1,2) - все это и подобное явно вступает в противоречие с традиционными представлениями о женственности.

Насколько оправданны сложившиеся представления о ней и не сменяются ли они иными критериями женственности? Убедительный ответ на это предполагает проведение серьезных исследований по антропологии, социопсихологии, этике и эстетике женского спорта. Без них здесь, скорее всего, не удастся освободиться от господства субъективно-вкусовых суждений.

Таблица 2. Относительные величины высших женских достижений в плавании, выраженные в % к высшим мужским достижениям по периодам

их динамики

Дистанция и способ плавания	% к мужским достижениям, годы текущего века				
	20-е	начало 60-х	начало 70-х	начало 80-х	середина 90-х
100 м вольный стиль	77,21	91,27	87,96	90,35	89,44
100 м баттерфляй (дельфин)	-	80,50	85,70	91,21	91,01
400 м вольный стиль	84,30	90,13	92,80	93,88	91,79
400 м комплексно	-	89,65	88,70	94,01	91,40
800 м вольный стиль		91,13	97,17	94,37	93,73
1500 м вольный стиль	-	91,89	93,16	93,03	92,67

Примечание. Расчеты производились аналогично тому, как об этом сказано в пояснении к табл. 1.

Перспективы развития женского спорта, вне всякого сомнения, в очень большой мере зависят сейчас от разработки дифференцированной методики построения спортивной подготовки женщин. Увы, работ и в этом направлении до сих пор удручающе мало (см., например, обзор [18, 19]).

Поэтому не приходится удивляться, что в единственной пока докторской диссертации, посвященной системе спортивной подготовки женщин, тревожно констатируется: "весьма часто наблюдается перенос содержания тренировки мужчин без какой-либо специальной корректировки на многие виды женского спорта" [19].

Острая необходимость разработки комплексной теории и методики женского спорта постепенно осознается все большим числом причастных к нему, но развертывание углубленных исследований в этом направлении происходит крайне медленно.

А ведь именно от них в решающей мере зависит, удастся ли верно спрогнозировать перспективы целесообразного освоения женщинами широкого поля спорта и минимизировать издержки на этом пути.

Все сказанное не столько дает ответы на затронутые вопросы, сколько фокусирует на них внимание как на проблемах, требующих неотложного

решения, и тем самым приглашает к дискуссии. Автор все же надеется, что в статье, хотя бы пунктирно, намечаются и некоторые ответы.

Они касаются, в частности, своего рода неразборчивого максимализма при развернутом внедрении женщин в прежде мужские виды спорта. В этом явно противопоставлено следовать гипертрофированным установкам псевдофеминизма, призывающим к абсолютному превосходству женщин над мужчинами (одна из склонных к этому в спорте - метательница молота Урсула Крегель пугает мужчин: "не забывайте, что в истории был и период матриархата!" [2]). Подлинное движение за женскую эмансипацию не предполагает, конечно, ни ущемления права мужчин на избирательное культивирование видов деятельности, в наибольшей мере соответствующих их природным возможностям, в частности в спорте, ни игнорирование женских природных особенностей, которые проявляются и в спорте. Никто не выиграет, если здесь не будут приниматься в расчет половые различия, включая и те, которые побудили мужчин назвать женщин "лучшей половиной рода человеческого".

Список литературы

1. "Бей первой, леди" (по материалам зарубежной печати) //Спорт за рубежом, 1990, № 14.
2. Вот так "слабый пол"! (по материалам зарубежной печати) //Спорт за рубежом, 1986, № 24.
3. Гилязова В.Б. О некоторых тенденциях методики силовой подготовки женщин, тренирующихся в циклических видах спорта, требующих преимущественного проявления выносливости: В сб. научн. тр.: Тенденции развития спорта высших достижений. - М.: ЦНИИС, 1993.
4. Гуммель М. Спортивная деятельность и эмансипация женщин: Материалы Всемирного научного конгресса "Спорт в современном обществе". М., 1974.
5. Йонес Ш. Различия в физиологии и клинике перетренированности у мужчин и у женщин: В кн.: Труды XII Юбилейного международного конгресса спортивной медицины. - М.: Медгиз, 1959.
6. Коц Я.М. физиологические особенности спортивной тренировки женщин. В кн.: Спортивная физиология. - М.: ФиС, 1986.
7. "Легкая атлетика' 92-93". Стат. ежегодн. - М.: ТОО "Атлетика". 1993.
8. Максимова В., Семенов Г. Не так уж слаб этот "слабый пол" //Спорт за рубежом 1982, № 13.
9. Олимпийская эмансипация //Спорт за рубежом, 1986, № 5.
10. Планирование и построение спортивной тренировки /Под общ. ред. Л.П. Матвеева. - М.: ГЦОЛИФК. 1972.
11. Проблемы женского спорта. В кн.: Всемирный научный конгресс "Спорт

в современном обществе". М., 1974.

12. Проблемы женского спорта. В кн.: Всемирный научный конгресс "Спорт в современном обществе". Тбилиси, 1980.

13. Радзиевский А.Р. Биологические аспекты построения тренировочного процесса в женских видах спорта. Материалы международного конгресса "Современный Олимпийский спорт". - Киев: КГИФК, 1993.

14. Семенов В.Г. Теоретико-методические основы долговременной адаптации двигательного аппарата спортсменок к циклическим локомоциям максимальной мощности. Докт. дисс. Смоленск, 1997.

Давлат хизмати фаолиятига ижтимоий-психологик ёндашув

И.И. Махмудов

*Ўзбекистон Республикаси ҳуқуқни муҳофаза
қилиш академияси доценти*

Давлат хизмати соҳасида субъект маҳоратини таҳлил этарканмиз, касб этикаси деган ибора етакчи ўринга чиқади. Давлат хизматчиси «инсон-инсон» касблари соҳасига кирар экан, бунда касб этикасига риоя қилиш ва касб нормаларини ўзлаштириш энг долзарб масалага айланади. Давлат хизматчисининг хизмат этикасига мос келмаслиги унинг лавозимида ўсишидаги энг катта тўсиқлардан бири бўлиши мумкин.

Кўриб чиқиладиган мавзу доирасида давлат хизмати ҳақидаги мавжуд тасаввурларни аниқлаш ва уларга мурожаат этиш мазкур соҳа фаолиятини янада чуқурроқ тушуниш имконини беради. Шу муносабат билан, касб менталитети тушунчаси ҳам ушбу соҳа ижтимоий психологик таҳлили мавзусига айланади.

Касб менталитети - муайян касб соҳаси вакилларига хос бўлган бирламчи тасаввурлар мажмуидир. Масалан, давлат хизматчиси ҳақидаги касбий менталитет қуйидагича мазмунга эга бўлиш мумкин:

- иш вақти чекланмаган;
- хулқи муайян намунага мос келиши керак;
- ўзини назорат этиши кучли;
- лавозимда ўсиши ноаниқликларга эга;
- идрок объектини категоризациялаш хусусияти, яъни жамиятда бўлиб - ўтаётган ҳодисалар, одамлар хулқини давлат манфаати нуқтаи назаридан баҳолай олиш ва гуруҳларга таснифлаш;
- ички мувофиқликнинг мавжудлиги, яъни “Мен давлатнинг одамиман” деб ўзини ҳис этиши.

Биология фанида гомеостазис тушунчаси мавжуд бўлиб, бу ибора орқали организмнинг турғунлигини, доимийлигини таъминлаш жараёни тушунилади.

Мазкур тушунчанинг психологик мазмуни дастлаб гештальттерапия йўналишида кенг муҳокама қилина бошланди. Гомеостазис тушунчасини давлат хизмати фаолиятига татбиқ этарканмиз, давлат хизматчиси ҳам худди шундай тарзда тизимнинг ишчанлигини таъминлаб туриши лозим.

Давлат хизматчиси касб соҳасига тегишли тушунчалардан яна бири - мулоқотдаги регламентациядир. Бу эса хизмат фаолияти давомида мулоқот шакллари турли туманлигини ва вазиятга мос равишда давлат манфаатидан келиб чиққан ҳолда мулоқотни меъёрлаб боришда ўз аксини топади.

Мулоқот доирасининг танловчанлиги, регламентланганлиги, маълум меъёрдан чиқиб кетолмаслиги шулар жумласидандир. Ушбу баён этилган фикрлар давлат хизматчиси ҳақидаги менталитетни ташкил этувчи тасаввурни ифодалайди.

Давлат хизматчисининг мотивация соҳаси. Россиялик тадқиқотлар орқали аниқланишича, давлат хизматчисини фаолликка ундовчи ички кучлар орасида энг етакчиси – доминантликка интилишдир. Доминантликка қарама-қарши қутб сифатида ижрога мойиллик олиш мумкин.

Умуман, доминантлик ҳақида гапирарканмиз, ҳар бир инсон ҳаётда ғолибликка интилади, ҳар қандай вазиятда бирон мақсадни кўзлаб, фаолиятга киришади. Давлат хизмати “инсон-инсон” муносабатлари тизимига кирар экан, айнан инсоний муносабатларда доминантликка интилиш, бир оз баҳс талабдир.

Назаримизда, доминантлик ёки давлат манфаатини кўзлаган ҳолдаги фаоллик айнан вазифага нисбатан йўналган бўлиши лозим. Шахслараро муносабатларда эса давлат хизматчиси ҳамкорлик ва компромисс мулоқот шаклларига мурожаат этгани маъқул.

Инсоннинг табиий равишда ғалабага интилиши оила муҳитида шаклланади ва айрим ҳолда ҳатто, ўсимлик худди юқорига ўсишга интилганидай, инсон ҳам ғалабага интилиши ўз-ўзини мукамаллаштириб бориши белгисидир. Ҳар қандай тўсиқ пайдо бўлганда, инсоннинг ўз муаммоси юзасидан нимани кутиши «локус назоратнинг йўналганлиги» ибораси орқали ифодаланади. «Локус назорат» – инсоннинг муаммоли вазиятни баҳолашдаги йўналишидир. Бу йўналиш эса интернал (ички) ёки экстернал (ташки) бўлиши мумкин.

Ҳар қандай соҳадаги фаолият эгаларини таснифлаш ушбу соҳани бошқаришни янада енгиллаштирган ҳолда, ҳатто мутахассиснинг касб соҳасида ўз карьерасини режалаштиришга имконият яратади.

Шу муносабат билан давлат хизматчиларига хос классификацияни келтириб этиш ўринлидир.

Давлат хизматчиларининг типлари:

1. **Адаптив – мослашувчан тип.** Ҳар қандай шароитга мослаша оладиган, тузилмага оид иерархик тизимни тан оладиган, доминантликка мойил, лекин зийрак. Вазиятни доимо ҳисобга олиб яшайдиган ва топқир ходим.

2. **Хизмат лавозимига йўналган тип.** Ўз мансабига мос бўлишга, шахсий мукаммалликка, ўз хизмат соҳасида муваффақиятга эришишга интилади.

3. **Проффессионал тип.** Ўз касбий маҳоратини юксалтириш устида ишлайдиган одам, ижодийликка мойил.

4. **Ижтимоий сиёсий тип.** Партия лидерлари, кўпроқ сиёсий манфаатларни ҳимоя қиладиган инсонлар.

Давлат хизматчисининг касбий фаолияти шундан иборатки, мутахассис мансабда ўсиб борган сари бир маромдаги ишни бажаришга кўпроқ мойил бўлиб бораркан. Янгиликка интиладиган, ижодий фаолиятга мойил одамлар давлат хизмати пиллапояларидан ўсишда қийналадилар. Бундаги асосий тўсиқ шахс ички зиддиятларидан иборат бўлиб, мавжуд шароит, вазият иш маромлигини, турғунликни талаб қилган ҳолларда шахснинг ижодийлиги тўсиққа учрайди.

Агар давлат хизматидаги оддий мутахассиснинг 43-45% фаолияти такрорланадиган ишлар банд бўлса, етакчи мутахассисликка ўтган пайтда бу кўрсаткич 63-71% ни ташкил этади. Кимдир шундай фаолиятга мойил, кимдир эса аксинча, монотон ишдан ўзини олиб қочади.

Давлат хизмати тасарруфида бажарилувчи асосий вазифаларни таҳлил этиш орқали давлат хизмати фаолиятининг қуйидаги турлари аниқланди:

1. Информацион аналитик ва режалаштириш билан боғлиқ ишлар.
2. Бошқарувга оид ишлар: раҳбарлик, ташкилий фаолият, мувофиқлаштириш, назорат ишлари
3. Инновацион, экспертлик ишлари
4. Ўз-ўзини мукаммаллаштириш, билим орттириш, маҳоратни юксалтириш билан боғлиқ фаолият.

Давлат хизмати соҳасида фарқланувчи бу хил вазифалар давлат хизматчиси зиммасига қўйилувчи масъулият доирасини белгилашда ҳам қўл келади. Хусусан, давлат хизмати соҳасида ишлаётган мутахассис ва етакчи мутахассислар «информацион», «ташкилий», «мувофиқлаштириш» ишлари билан шуғулланиладилар. Бўлим бошлиқлари эса «Нazorat», «Режалаштириш», «Бошқарув» ва «Ташкилий» ишлар билан, турли бўлинмалар бошлиқлари эса «Нazorat», «Бошқарув», «Мувофиқлаштириш» фаолиятини олиб борадилар.

Давлат хизматида фаолият олиб бораётган мутахассис бу соҳада карьерда ўсиш имкониятларини ўрганар экан, авваламбор касб маҳорати жараёни билан идентификациялашни таъминлаши ва ўз-ўзини мукаммаллаштириш йўналишида таъкидлаб ўтилган бирон фаолиятни амалга ошириши зарур.

Ушбу соҳадаги касбий улғайиш ва маҳоратга эришишнинг кейинги шарти – дастлаб информацион, аналитик ва режалаштириш билан боғлиқ ишлар билан шуғулланишдан иборатдир. Давлат хизмати соҳасида касб маҳоратига эришиш босқичларини қуйидаги кетма-кет келувчи фаолиятлар кўринишида тақдим этиш мумкин:

1. Информацион

2. Ташкилий (бошқарув)

3. Ташкилотдан ташқарига чиқувчи функциялар (жамоатчилик билан алоқалар).

Демак, давлат хизматчисининг меҳнат фаолияти касб сифатида аввалига информацион тадбирлардан бошланиши, кейинчалик фаолиятнинг ташкилий – бошқарув шаклига ўтиши ва касбий маҳорат чўққиси сифатида омма билан ишлаш тадбирларига ўтиши ўринли экан.

Шахснинг доминатликка мойиллиги ҳақида гапирар эканмиз, давлат хизмати соҳасида бу хусусият кўпроқ сиёсий етакчи фаолиятида намоён бўлади. Етакчининг асосий сифатларидан бири эса, ўзининг ва ўзгаларнинг камчилигини тушуна олиш, ўзга кимса қандай бўлса, уни шундайлигича қабул қилиш хислатига эга бўлишдир. Ўзгаларга ўз сирини ишона оладиган, ўзаро муносабатда доимо очиқ ва қайта алоқага тайёр шахс бошқаларни ҳам ўз кетидан етаклай олади. Бундай инсон доимо билмаган нарсасини билишга, янгиликка ва ҳатто ўз шахсий сифатларига бериладиган баҳога очиқ.

Лекин, бундай очиқлик ва самимийликнинг меъёрий томони мавжуд. Кўп ҳолларда бундай меъёр хизмат соҳаси ва лавозим томонидан тақдим этилади. Шу билан бирга, муҳит ва шароит ўзгариши билан шахснинг «очиқ» ва «ёпиқлиги» даражаси ҳам ўзгариб бориши мумкин.

Ташкилот миқёсида етакчилик фаолиятини олиб борар экан, раҳбарнинг ташкилотни бошқаришдаги асосий жиҳатларидан бири – ташкилотда соғлом ва ишчанлик муҳитини яратишдан иборат. Умуман олганда, вазият таъсирига берилмаган ҳолда шахснинг ўз фаолиятини идора этиши камёб хислатлардан бири ҳисобланади. Лекин, раҳбар гуруҳ фаолиятини ташкилот мақсади сари йўналтира олиши ва ҳатто муҳитни бошқара олиши, унинг касб маҳорати кўрсаткичидир.

Адабиётлар рўйхати

1. Акмеология. Учебное пособие. Под ред Деркача А.А. Спб. Питер. 2003. – 256 с.
2. Махмудов И.И. Бошқарув психологияси. Т. Akademiya. 2006. 165 б.
3. Махмудов И.И. Акмеология ва шахс камолоти.
4. Перлз Ф. Гештальт-подход. Свидетель терапии. ИОИ. М., 2024. 372 с.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ЖЕРТВ ТОРГОВЛИ ЛЮДЬМИ

*Д.А.Махмудова,
НПУУз имени Низами
и.о.профессора кафедры психологии*

Актуальность проблемы исследования обусловлена стремительным ростом тревожности у людей, которые отличаются выраженным беспокойством и эмоциональной неустойчивостью. Данная проблема освещается в работах педагогов и психологов. Тревожность – это такое состояние, которое может проявляться в различных формах и абсолютно в любом возрасте. Тревожность способна возникать даже несмотря на то, что угроза реальной опасности отсутствует, такое проявление говорит об устойчивом характере образования тревожности. Стоит отметить, что больше всего резкие скачки тревожности характерны для возрастного периода, когда наиболее выражены определенные социогенные потребности.

По полученным данным в ходе исследования наблюдается повышенный уровень в 10% у мальчиков в шкале страх самовыражения. Так же 15% мальчиков испытывают повышенный страх ситуационной проверки знаний. 4% мальчиков испытывают страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Страх самовыражения представляет собой негативное эмоциональное переживание того, что подросток не может проявить себя, выделиться каким-либо образом, данная проблема может, зависит от стиля воспитания в семье. Страх ситуационной проверки знаний – это страх, связанный с проверкой знаний, возможностей на публике, этот страх может быть связан с тем, что мальчики боятся не оправдать ожиданий, быть осмеянными, выглядеть не так как все.

У 5% девочек наблюдается фрустрация в потребности достижения успеха. Страх самовыражения испытывают 13% девочек. 12% испытывают страх ситуационной проверки знаний. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих у 9% опрошенных девочек, причиной этому может стать неуверенность в своих действиях, не умение налаживать контакты.

Страх фрустрации в потребности достижения успеха – это неблагоприятный психологический фон, который не позволяет развивать свои потребности в успехе. Фрустрация в потребности в достижение успеха у девочек может зависеть от воспитания в семье. Родители не мотивирует детей на успех. Страх самовыражения может стать причиной того, что девочки будут замкнутыми в себе.

По данным данной методики видно, что мальчики в большей степени испытывают страх ситуационной проверки знаний. А девочки в большей степени, нежели мальчики испытывают страх не соответствовать ожиданиям

окружающих.

По данным исследования можно сделать вывод о том, что респонденты мужского пола испытывают в большей степени учебные страхи, нежели девочки. Девочки в свою очередь испытывают в большей степени социальные страхи. Страхи самовыражения испытывают в большей степени девочки. Страх ситуационной проверки знаний выражен в большей степени у мальчиков. У девочек страх не соответствовать ожиданиям окружающих выше, чем у девочек. Данные различия обусловлены возрастными и личностными особенностями, особенностями воспитания и стиля воспитания.

Проведя статистический анализ, мы получили следующие данные:

По опроснику И.П. Шкуратовой «Виды страха». Мы рассмотрели отличия в испытании учебных страхов между мальчиками и девочками, при помощи U критерий Манна-Уитни.

Таблица 1

Анализ различий между респондентами мужского и женского пола

Сум. ранг женский	Сум. ранг мужской	U	Р-уров.	N Женский	N Мужской
354	773	101,5000	0,000226	22	25

Примечание: U – значение критерия Манна Уитни, p – вероятность допустимой ошибки, N – количество респондентов.

Отмеченные критерии значимые на уровне $p < 0,5000$. На основе представленных данных можно сделать вывод о том, что значимые отличия имеются в испытании учебных страхов между мальчиками и девочками. Мальчики в большей степени испытывают учебные страхи. Причиной такой особенности может служить то, что мальчики в данном возрасте более восприимчивы к неудачам, у мальчиков в большей степени боязнь совершить ошибку и не оправдать ожидания со стороны родителей и сверстников.

Рассмотрим, есть ли значимые отличия в испытание социальных страхов между респондентами мужского и женского пола.

Таблица 2

Анализ различий между респондентами мужского и женского пола

Сум. ранг женский	Сум. ранг мужской	U	Р-уров.	N женский	N мужской
754	373	120,5000	0,001026	22	25

Примечание: U – значение критерия Манна Уитни, p – вероятность допустимой ошибки, N – количество респондентов

На основе данных можно сделать вывод о том, что значимые отличия есть и девочки в большей степени испытывают социальные страхи нежели мальчики.

Социальные страхи – это страхи, которые связаны с общественной жизнью. К ним относятся такие страхи, как страх не соответствовать ожиданиям окружающих, страх быть высмеянным и т.д. Эта особенность может быть связана с тем, что в данном возрасте девочки в большей степени обнаруживают приверженность социальным нормам, в большей степени подвержены чувству вины.

Такая особенность может свидетельствовать о том, что мальчики испытывают учебные страхи поскольку в данном возрасте им тяжелее сосредоточиться, они испытывают страх совершить ошибку, быть вызванным к доске и быть высмеянными. Девочки же быстрее усваивают материал и легче адаптируются к новому. В свою очередь надо отметить, что девочки больше подвержены социальным страхам, а именно не соответствовать ожиданиям окружающих, страх быть высмеянными.

Это может быть вызвано тем, что девочки в данном возрасте более ответственные и боятся не оправдать ожиданий, а также девочки в данном возрасте подвержены социальным нормам, чувству вины. Полученные результаты по методике проявления тревожности, показала, что 15 % мальчиков и 10% девочек испытывают общую школьную тревожность. Общая школьная тревожность может стать причиной ухудшения здоровья ребенка, подросток теряет творческую радость жизни, мотивация к обучению снижается. Статистический анализ данных, по которому видно, что значимые отличия в учебных страхах между мальчиками девочками есть.

Они проявляются в том, что мальчики больше подвержены страху в школе, страх ситуационной проверки знаний у них выражен в большей степени, чем у девочек. А также установлено, что значимые отличия между респондентами женского и мужского пола в испытание социальных страхов наблюдается, как и в общей школьной тревожности. Результаты эмпирического исследования показали, что уровень страхов у подростков выражен и для снижения уровня страхов следует составить коррекционную программу.

Таким образом, подытоживая, можно отметить, что эмоциональные реакции являются важным компонентом адаптации человека при его взаимодействии с окружающей средой. Однако эмоциональное напряжение, продолжающееся длительное время, считается показателем рассогласования приспособительной реакции. Тревожность как личностная черта является предрасположенностью к состоянию тревожности в различных ситуациях. Понятие тревожности как состояния характеризуется ощущениями напряженности, беспокойства и чувства опасности которая может постепенно переходит в чувство страха при продолжительных критических ситуациях.

Список литературы

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология. М.:ТЦ Сфера, 2008. – С.665.

2. Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги.// Психологический журнал. 2005, № 5.-С. 111-117.
3. Астапов В.М., Вакнин Е.Е. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства: учебное пособие для вузов. М.: Юрайт, 2023. С.273.
4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: издательство НПО «МОДЭК», 2000. С.304.
5. Makhmudova D.A. Psychological characteristics of professional training in the correctional effect on victims of human trafficking //Вестник интегративной психологии. – Бухара – Ярославль: МАПН. 2023. № 28. – С.181-184. (19.00.00. №2). ISBN 978-5-9527-02-16-5.

ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

*Чирчикский государственный педагогический университет
Преподаватель кафедры психологии
Миркосимова Хулкар Миробидовна
Чирчикский государственный педагогический университет
Педагогический факультет
Студенты 3-го курса направления Прикладная психология
Искандарова Р
Юлдашева М
Абдусатторова З*

Введение.Возраст младших классов (6-12 лет) - решающий период в психическом развитии ребенка. В этот период у детей формируются социализация, интеллектуальные способности, эмоциональная устойчивость. Современные системы образования требуют от детей не только академических знаний, но и психологической поддержки. Цель статьи-выявить факторы, влияющие на психическое здоровье младших школьников, и предложить способы их устранения.

В результате таинственности всей совокупности изменений ребенок совершает ряд действий, мотив которых связан не с сиюминутным желанием, а с проявлением его личности, т. е. мотив отличается от ситуации.

В младшем школьном возрасте начинают проявляться формы проблемного поведения, связанные с обострением конфликта, застенчивость, неуверенность в себе, тревожность, агрессия и др. Личностные и поведенческие проблемы могут быть связаны с взаимодействием в школе (учитель, сверстники), а также с

отношениями в семье.

Личностные и поведенческие проблемы могут быть связаны с взаимодействием в школе (учитель, сверстники), а также с отношениями в семье.[1] на проявления девиантного поведения в виде синдромов, свидетельствующих о плохой адаптации и ориентации младших школьников к школьным условиям, существенное влияние оказывают черты характера, тесно связанные со следующими признаками темперамента: высокая активность и интенсивность эмоциональных реакций, спутанность сознания, тревожность, слабая адаптивность и чувствительность.

В младшем школьном возрасте степень конфликта в основном связана с уровнем самокритичности ребенка и требовательностью к себе. Проявления конфликтов могут использоваться детьми как формы самозащиты в процессе решения проблемной ситуации в общении, игровой и учебной деятельности.

Содержание и интенсивность проявления конфликта у учащихся этого возраста зависят от особенностей организации учебной деятельности, степени успешности учебной деятельности, типа темперамента, уровня формирования коммуникативных способностей и других особенностей структуры личности.[2] учителя начальной школы говорят, что высокий уровень конфликтов часто проявляется у учеников, которые не могут справиться с учебной нагрузкой и чувствуют себя неполноценными по сравнению со своими успешными одноклассниками.

Понятие психического состояния трактовалось в психологической науке различными учеными. Понятие психического состояния трактовалось в психологической науке различными учеными. Л.С. Выготский, Д.В. Эльконин и А.Н. Согласно исследованиям таких психологов, как Леонтьев, психическое развитие ребенка формируется на основе его социальной активности.

1. Эмоциональные состояния-эмоциональные переживания ребенка, уровень тревожности и возбуждения.

2. Состояния, связанные с познавательными (познавательными) процессами – деятельностью внимания, мышления и памяти.

3. Социально-психологические состояния-взаимоотношения ребенка со сверстниками, педагогами и родителями.

Эти психические состояния напрямую влияют на общий процесс развития ребенка и определяют эффективность его учебной деятельности.

Для младших школьников чувство радости и мотивации является одним из важнейших факторов процесса обучения. Согласно психологическим исследованиям, положительные эмоции в процессе чтения помогают ребенку лучше усваивать знания. Поощрение, похвала и интерактивные методы обучения повышают интерес детей к чтению.

Некоторые дети могут испытывать беспокойство и страх в процессе

адаптации к школьной среде. Для младших школьников чувство радости и мотивации является одним из важнейших факторов процесса обучения. Согласно психологическим исследованиям, положительные эмоции в процессе чтения помогают ребенку лучше усваивать знания. Поощрение, похвала и интерактивные методы обучения повышают интерес детей к чтению.

Некоторые дети могут испытывать беспокойство и страх в процессе адаптации к школьной среде. Эти чувства возникают по следующим причинам:

1. Оценки и академическое давление – неуверенность ребенка в своих возможностях или страх неудачи.

2. Отношения с учителем и родителями-чрезмерная требовательность или обилие критики.

3. Новая среда и социальные изменения-процесс адаптации к школе-могут вызвать стресс. 1. Оценки и академическое давление – неуверенность ребенка в своих возможностях или страх неудачи.

2. Отношения с учителем и родителями-чрезмерная требовательность или обилие критики.

3. Новая среда и социальные изменения-процесс адаптации к школе-могут вызвать стресс.

Тревожные дети чувствуют себя робкими или неуверенными в себе, что снижает их активность в процессе обучения. Поэтому педагоги и родители должны быть чуткими к психическому состоянию детей и оказывать им психологическую поддержку.

У младших школьников будут индивидуальные различия в развитии познавательных процессов. Их навыки мышления, памяти и внимания тесно связаны с психическими состояниями.[3]

Дети испытывают трудности с поддержанием долгосрочного внимания. Это может привести к:

- Невыполнение учебных заданий.

- Легко отвлекаться и меньше сосредотачиваться на учебном процессе. Младших школьников будут индивидуальные различия в развитии познавательных процессов. Их навыки мышления, памяти и внимания тесно связаны с психическими состояниями.[3]

Дети испытывают трудности с поддержанием долгосрочного внимания. Это может привести к:

- Невыполнение учебных заданий.

- Легко отвлекаться и меньше сосредотачиваться на учебном процессе.

- Возникновение трудностей в процессе чтения.

Чтобы улучшить внимание, педагоги должны использовать интерактивные методы и организовывать занятия в увлекательной форме.

Некоторые дети быстро забывают изученный материал или им трудно

мыслить, полагаясь на него. Для развития памяти важно использовать наглядный материал, игровые элементы и приемы повторения.

У младших школьников еще нет полного абстрактного мышления.

Для развития логического мышления рекомендуется чтобы улучшить внимание, педагоги должны использовать интерактивные методы и организовывать занятия в увлекательной форме.

Некоторые дети быстро забывают изученный материал или им трудно мыслить, полагаясь на него. Для развития памяти важно использовать наглядный материал, игровые элементы и приемы повторения.

У младших школьников еще нет полного абстрактного мышления. Для развития логического мышления рекомендуется:

- Проблемные вопросы и загадки.
- Групповые обсуждения и ролевые игры.
- Объяснение на реальных примерах.

Процесс адаптации к школе может быть стрессовым для детей. Их социально-психологическое состояние будет зависеть от следующих факторов:

Детям может быть трудно подружиться с одноклассниками. Малоподвижные или робкие дети не проявляют активности в командной работе и могут чувствовать себя одинокими.

Отношение педагога и родителей к ребенку сильно влияет на его психическое состояние. Умеренный уровень контроля и поддержки повышает уверенность ребенка в себе.

В процессе психологической адаптации важно понимать потребности ребенка и подходить к ним соответствующим образом.

Заключение. Психическое здоровье младших школьников-основа их будущего академического и личностного развития. Исследования показывают, что школы в Узбекистане находятся на начальном этапе развития системы психологической поддержки.

Ядром системы начального образования являются инвестиции в психическое благополучие ребенка. Для этого необходимы гармоничные действия семьи, школы и государства. Только в этом случае дети могут подготовиться к большой жизни, вооружившись не только знаниями, но и психологической выдержкой.

Психические состояния младших школьников напрямую влияют на их учебный процесс. В этот период дети испытывают различные эмоциональные, познавательные и социально-психологические проблемы. Поэтому педагоги и родители должны учитывать психологические особенности детей и применять соответствующие им методы обучения.

Индивидуальный и интерактивный подход важен для повышения мотивации детей в процессе обучения, снижения тревожности и стресса, а также

для развития их когнитивных процессов.

Список использованной литературы

1. Sahlberg, P. (2021). *Finnish Lessons 3.0: What Can the World Learn from Educational Change in Finland?*
2. Bowlby, J. (1988). *Bog'lanish, ajralish va yo'qotish* (3-nashr). Basic Books.
3. Erikson, E. H. (1963). *Bolalik va jamiyat*. W. W. Norton & Company.
4. Patterson, G. R. (2002). Oila dinamikasi va bolalardagi tajovuzkorlik. *Rivojlanish Psixologiyasi Jurnal*, 38(2), 267-280. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.2.267>
5. Kazdin, A. E. (2017). Bolalar uchun psixologik aralashuvlarning samaradorligi. *Amerika Psixolog Assotsiatsiyasi*, 72(8), 757-768.
6. Landreth, G. L. (2012). *O'yin terapiyasi: Munosabatlar san'ati* (3-nashr). Routledge.
7. Spence, S. H. (1998). Bolalarda tashvishni baholash: Tahlillar va yangi yo'nalishlar. *Xulq-atvor Terapiyasi*, 36(7), 545-566.
8. Greenberg, M. T. (2006). Ijtimoiy-hissiy o'rganish dasturlari va maktab muhiti. *Ta'lim Psixologiyasi*, 24(4), 191-210.
- Baumrind, D. (1991). Ota-ona tarbiya uslublari va bolalarning moslashuvi. *Rivojlanish Psixologiyasi*, 27(6), 961-970.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ УЧИТЕЛЬ-УЧЕНИК В НАЧАЛЬНОМ КЛАССЕ

Чирчикский государственный педагогический университет

Преподаватель кафедры психологии

Миркосимова Хулкар Миробидовна

Введение. Эффективность взаимоотношений учителя и ученика в процессе обучения напрямую влияет на познавательный процесс, мотивацию и личностное развитие учащихся. Особенно на этапе начального образования роль педагога приобретает особое значение. Потому что именно на этом этапе формируется первоначальное отношение детей к обучению, укрепляется их интерес и доверие к будущему образовательному процессу. С другой стороны, психологический подход учителя играет важную роль в повышении мотивации учащихся, обеспечении их активного участия в процессе урока и эффективной организации учебного процесса.

Сегодня вопросы повышения эффективности обучения в начальных классах, повышения интереса учащихся к уроку и поддержки их

интеллектуального и социального развития рассматриваются как одно из актуальных направлений педагогики и психологической науки. Потому что в начальной школе отношение учащихся к уроку является основой не только качества образовательного процесса, но и их успешного обучения в будущем. В связи с этим важное научно-практическое значение имеет углубленное изучение влияния психологических взаимоотношений учителя и ученика на эффективность обучения.

Целью исследования является изучение роли психологических факторов между учителем и учеником в повышении эффективности обучения в начальных классах, выявление влияния этих факторов на образовательный процесс, а также разработка эффективных педагогических подходов.

В рамках исследования определены следующие задачи:

1. Анализ влияния взаимоотношений учителя и ученика в начальном образовании на образовательный процесс.
2. Изучение психологических подходов учителя и их влияния на мотивацию и успех учащихся.
3. Разработка рекомендаций по повышению качества образования в начальных классах на основе эффективных педагогических подходов.

В качестве объекта исследования рассматриваются педагогико-психологические отношения между учителем и учеником в начальных классах. Данный вопрос является одним из актуальных направлений в образовании и приобретает важное значение в повышении качества начального образования и мотивации учащихся к учебному процессу.[2]

Таким образом, настоящее исследование направлено на углубленный анализ психологических аспектов взаимоотношений учителя и ученика в начальном образовании, результаты которого служат для формирования эффективных педагогических стратегий, которые могут быть применены в практическом образовательном процессе.

В начальных классах взаимоотношения учителя и ученика являются не только одним из определяющих факторов эффективности образовательного процесса, но и одним из основных факторов, влияющих на личностное развитие учащихся. На этом этапе психолого-педагогический подход педагога приобретает важное значение, так как образовательный процесс тесно связан с процессом получения детьми новых знаний, формирования умений мыслить, социализации. Мотивация ученика к процессу урока, качество усвоения знаний и его уверенность в себе во многом будут зависеть от отношений, которые формируются с учителем.[5]

В психологии существуют различные теории взаимоотношений учителя и ученика, основная часть которых сосредоточена на личностном развитии и учебной мотивации. Например, согласно теории социокультурного развития Льва

Выготского, дети не только самостоятельно усваивают знания, но и учатся через социальное взаимодействие с учителем. психологии существуют различные теории взаимоотношений учителя и ученика, основная часть которых сосредоточена на личностном развитии и учебной мотивации.

Например, согласно теории социокультурного развития Льва Выготского, дети не только самостоятельно усваивают знания, но и учатся через социальное взаимодействие с учителем. Выдвигая понятие "зона ближайшего развития", Выготский подчеркивает, что методическая помощь, оказываемая педагогом ученику, является важным фактором развития способностей ребенка.[1]

Американский психолог Джером Брунер также выдвинул концепцию "scaffolding" (поддерживающая структура), утверждая, что руководство учителя важно в процессе усвоения детьми знаний. По его словам, учитель должен дать ребенку возможность учиться самостоятельно, но в то же время предоставить инструкции и советы, которые помогут ему. Он показывает, насколько важен индивидуальный подход учителя к ученику в педагогическом процессе.

Кроме того, согласно теории социального обучения Альберта Бандуры, дети приобретают знания через наблюдение и подражание в процессе обучения.[3] таким образом, поведение, языковой стиль и отношение учителя к уроку, которые он проявляет в процессе урока, напрямую влияют на учащихся. Если учитель с энтузиазмом относится к своему предмету и проводит урок в живой интерактивной форме, ученики также будут более заинтересованы в получении знаний.[6]

С педагогической точки зрения основа эффективных взаимоотношений учителя и ученика зависит от педагогического мастерства учителя, его личности и методов организации образовательного процесса. В педагогической науке существуют различные модели этих отношений, среди которых наиболее популярны авторитарный, демократический и *laissez-faire* (свободный) подходы.

1. Авторитарный подход-в этом стиле учитель контролирует весь образовательный процесс, к ученикам предъявляются строгие требования порядка и дисциплины. Хотя в некоторых случаях такой подход эффективен, он может ограничивать творческие способности учащихся и способность мыслить независимо.

2. Демократический подход – при котором формируются дружеские и основанные на сотрудничестве отношения между учителем и учениками..

Авторитарный подход-в этом стиле учитель контролирует весь образовательный процесс, к ученикам предъявляются строгие требования порядка и дисциплины. Хотя в некоторых случаях такой подход эффективен, он может ограничивать творческие способности учащихся и способность мыслить независимо.

2. Демократический подход – при котором формируются дружеские и

основанные на сотрудничестве отношения между учителем и учениками. Воспитатель побуждает детей к самовыражению, активному участию в процессе урока.

3. Подход *Laissez-faire*-в этом методе учитель дает ученикам максимальную свободу и редко вмешивается непосредственно в процесс урока. Хотя такой подход может быть полезен отдельным учащимся, существует вероятность того, что он приведет к снижению качества общего образовательного процесса.

Современные педагогические исследования показывают, что наиболее эффективным подходом в начальных классах является демократический подход, в котором важную роль играют сотрудничество, доверие и мотивация между учителем и учениками. Учитель должен действовать не только как образовательный человек, но и как наставник, направляющий учеников.

Эффективность взаимоотношений учителя и ученика в начальных классах напрямую влияет на успешность образовательного процесса.[2] чтобы улучшить качество этих отношений, необходимо руководствоваться рядом педагогических и психологических принципов.

Прежде всего, важное значение приобретает индивидуальный подход учителя. Каждый ученик-уникальная личность, и их стиль обучения, интересы и способности отличаются друг от друга. Поэтому в процессе обучения педагог должен применять индивидуальный подход, учитывая потребности каждого ребенка. Это не только обеспечивает эффективное усвоение знаний, но и служит повышению интереса учащихся к учебному процессу.

Также мотивационное стимулирование играет решающую роль в формировании у учащихся мотивации к обучению. Если учитель поощряет учеников и поддерживает их стремления, этот процесс окупается.

Существуют различные способы поощрения, которые включают похвалу, положительную оценку, организацию учебного процесса в увлекательной и интерактивной форме. Поскольку дети от природы в возрасте, когда они получают образование с интересом и энтузиазмом, важно проводить его в творческой и живой форме, чтобы процесс урока не стал скучным.[11]

Позитивная атмосфера в классе также важна для формирования отношений между учителем и учеником. Когда создается среда, в которой учащиеся чувствуют себя в безопасности, могут свободно выражать свои мысли и активно участвовать в процессе урока, их отношение к учебному процессу меняется в положительную сторону.

Учитель должен стремиться создать в классе атмосферу, основанную на принципах взаимного уважения и доверия. Предоставление учащимся возможности не бояться совершать ошибки, свободно высказывать свое мнение и взаимодействовать является неотъемлемой частью эффективного

образовательного процесса.

Повышение самооценки учащихся является одним из важнейших факторов, определяющих эффективность образовательного процесса. Учитель должен ценить личное мнение детей, поощрять их и признавать любые их достижения.[7] если учащиеся теряют уверенность в себе, их мотивация к учебе снижается, их способность мыслить независимо ограничивается, а их энтузиазм по поводу процесса урока может угаснуть. Поэтому педагогу необходимо поддерживать стремления каждого ребенка, помогать ему не бояться своих ошибок и верить в собственные возможности.

Психологические детерминанты, влияющие на взаимоотношения учителя и ученика на этапе начального обучения, являются одними из основных факторов, определяющих эффективность образовательного процесса.

От личностных качеств учителя, эмоционального интеллекта, методов мотивации и психологической среды, сформировавшейся на уроке, во многом будет зависеть интерес учащихся к обучению, участие и успешность в процессе урока. Чтобы образовательный процесс был качественным, важно, как учитель взаимодействует со своими учениками, понимает их эмоциональное и психологическое состояние.

Эмоциональный интеллект учителя-одна из важных психологических детерминант, обеспечивающих эффективность образовательного процесса.

Эмоциональный интеллект-это способность человека понимать свои эмоции, управлять ими, понимать эмоциональное состояние других и реагировать на них соответствующим образом. чтобы образовательный процесс был качественным, важно, как учитель взаимодействует со своими учениками, понимает их эмоциональное и психологическое состояние.

Для создания эффективной педагогической среды педагог должен не только обладать достаточными знаниями по своему предмету, но и обладать высокой психологической грамотностью. Психологическая грамотность выражает способность учителя понимать эмоциональные и когнитивные особенности учащихся.[1] если учитель не принимает во внимание психологические потребности учащихся, образовательный процесс может стать трудным и стать стрессовым фактором для учащихся.

Одним из важных аспектов психологической грамотности является учет индивидуальных особенностей развития каждого ребенка. У детей разные психологические типы темперамента, некоторые быстро думают и активно участвуют, в то время как другие могут быть осторожными и вдумчивыми. Учитель должен эффективно организовать учебный процесс, определив способности каждого ученика и выбрав подходящий для него подход.

Еще одна важная стратегия-вовлечь учащихся в процесс рефлексии и оценки. Если учащиеся могут размышлять о своем процессе обучения после урока

и анализировать свои собственные достижения и недостатки, это развивает их навыки самостоятельного обучения. Учитель должен использовать стимулирующий подход в этом процессе и уделять внимание оценке динамики роста каждого ученика.

Создание эффективной педагогической среды зависит от того, делает ли учитель упор на позитивное общение, повышает психологическую грамотность и умеет использовать инновационные методы обучения.

Если учитель способен понимать потребности учащихся и активно вовлекать их в процесс урока, это способствует повышению качества образовательного процесса и повышению интереса учащихся к получению знаний. Поэтому в современной системе образования важное значение приобретает развитие педагогического мастерства педагогов и широкое внедрение эффективных стратегий.

Заключение. Результаты исследования подтверждают, что психологические детерминанты взаимоотношений учителя и ученика в начальных классах являются одним из важных факторов, определяющих качество образовательного процесса. Эмоциональный интеллект учителя, умение правильно применять педагогические стратегии и позитивный подход к ученикам положительно сказываются не только на их успеваемости, но и на личностном развитии.

Одним из важных условий создания эффективной педагогической среды является открытое, уважительное и доверительное общение учителя и ученика. Положительные отзывы и методы стимулирования, выражаемые учителем, способствуют повышению мотивации учащихся к обучению.

Результаты исследования показали, что по мере повышения психологической грамотности педагога интерес и уверенность учащихся в уроке возрастают. Одним из важных условий создания эффективной педагогической среды является открытое уважительное и доверительное общение учителя и ученика. Положительные отзывы и методы стимулирования, выражаемые учителем, способствуют повышению мотивации учащихся к обучению.

Результаты исследования показали, что по мере повышения психологической грамотности педагога интерес и уверенность учащихся в уроке возрастают. Поэтому развитие психологической готовности педагогов приобретает важное значение в процессе начального образования.

В дальнейшем более глубокое изучение данной темы будет способствовать повышению качества образования, а также развитию педагогических инноваций. Проведение дополнительных исследований по изучению влияния эффективных взаимоотношений учителя и ученика на учебный процесс позволяет разработать новые методические рекомендации для педагогов. При этом эффективность образовательного процесса может быть дополнительно повышена за счет расширения научных исследований педагогической психологии и методики

обучения.

Список использованной литературы

1. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.
2. Bruner, J. S. (1996). The Culture of Education. Harvard University Press.
3. Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Prentice Hall.
4. Piaget, J. (1952). The Origins of Intelligence in Children. W. W. Norton & Company.
5. Dewey, J. (1938). Experience and Education. Macmillan.
6. Woolfolk, A. (2021). Educational Psychology. Pearson.
7. Slavin, R. E. (2020). Educational Psychology: Theory and Practice. Pearson Education.
8. Santrock, J. W. (2018). Educational Psychology. McGraw-Hill Education.
9. Brown, H. D. (2007). Principles of Language Learning and Teaching. Pearson Education.
10. Harmer, J. (2007). The Practice of English Language Teaching. Pearson Education.
11. Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyi. (2019). Psixologiya və Pedagogika. Bakı: Təhsil Nəşriyyatı.
12. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 19-martdagi "Kitobxonlik madaniyatini rivojlantirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar" farmoni.
13. O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi. (2020). Boshlang'ich ta'lim metodikasi. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
14. Nazarov, Q. (2021). Ta'limda innovasion pedagogik usullar. Toshkent: Fan va texnologiya.
15. Ergashev, Sh. (2022). Psixologiya va ta'lim jarayonidagi ta'sir omillari. Toshkent: Sharq nashriyoti.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КУКОЛЬНОГО ТЕАТРА ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

*Мухамеджанова Римма Рашидовна
Психолог-магистр "МТТ-31"*

Введение. Формирование иноязычной коммуникативной компетенции, выступающей ключевой целью современного образования, предполагает не только усвоение системы языковых знаний, но и развитие готовности к

эффективному межкультурному взаимодействию [1, с. 45].

Достижение этой задачи требует выхода за рамки традиционных репродуктивных методов и поиска технологий, которые создают условия для естественной, мотивированной и личностно включенной речевой практики.

Одной из таких технологий является театрализация учебного процесса. Несмотря на то что данный метод часто ассоциируется с обучением младших школьников, его дидактический и, что особенно важно, психологический потенциал остается актуальным и для старших классов.

В контексте данной статьи предметом особого внимания становится использование кукольного театра как инструмента, способного трансформировать образовательную среду и оказать существенное влияние на эффективность усвоения иностранного языка.

Теоретические основания метода. Методологической основой использования театрализованных приемов в обучении является теория речевой деятельности, разработанная в трудах отечественных психологов и лингвистов.

Как подчеркивал А.А. Леонтьев, успешность овладения языком напрямую зависит от эмоционального фона урока. Учитель обязан «активно вмешиваться в эмоциональную атмосферу занятия и обеспечивать возникновение у обучающихся эмоциональных состояний, благоприятных для их учебной деятельности» [2, с. 112].

Именно создание благоприятного психологического климата, где снижена тревожность и минимизирован страх ошибки, является первостепенным условием для раскрытия коммуникативного потенциала учащихся.

Кукольный театр в данном случае выступает не как развлекательный элемент, а как сложный психолого-педагогический инструмент, который позволяет:

Опосредовать коммуникацию. Кукла становится «маской» или посредником, за которого говорит ученик. Это снимает личную ответственность за возможные языковые ошибки и снижает уровень психологического барьера, что особенно важно для подростков, болезненно реагирующих на критику.

Активизировать творческое мышление. Работа над созданием персонажа, разработкой диалога и сценария требует не только воспроизведения изученного материала, но и его творческого преобразования, что соответствует задачам метапредметного обучения.

Создать личностно значимый контекст. Знания, приобретенные через эмоциональное переживание и личную вовлеченность в игру, усваиваются гораздо глубже и прочнее, чем те, что получены в ходе формализованных упражнений.

Практическая реализация: кукла «живая рука»

Среди различных видов кукол для реализации данных задач наиболее

выразительным потенциалом обладает кукла «живая рука». Ее конструкция (голова крепится в области шеи кукловода, а роль рук выполняют его собственные руки в перчатках, вшитых в костюм) обеспечивает высокую степень артикуляции и пластичности [3, с. 78].

Данный тип куклы позволяет передавать тончайшие нюансы эмоций и исполнять сложные действия, что делает ее идеальным инструментом для моделирования реальных коммуникативных ситуаций — от бытовых диалогов до обсуждения сложных социальных тем, соответствующих возрасту и интересам старшеклассников.

Интегрировать данный метод можно на различных этапах урока:

Введение и отработка лексики: разыгрывание мини-диалогов с новыми словами.

Отработка грамматических структур: моделирование ситуаций, где необходимо использовать определенную временную форму или конструкцию.

Развитие диалогической речи: организация дискуссий и споров между персонажами-куклами.

Рефлексия: кукла может выступать от лица ученика, помогая ему озвучить свои трудности, успехи или эмоции от урока.

Заключение. Таким образом, использование кукольного театра на уроках английского языка в старших классах является не просто данью методической моде, а научно обоснованным подходом. Он позволяет работать не только с лингвистической, но и с психологической составляющей процесса обучения.

Данная технология способствует созданию безопасной эмоциональной среды, стимулирует познавательную и творческую активность учащихся, превращает язык из предмета изучения в живой инструмент взаимодействия. Преодолевая барьеры и страхи через «опосредованную» куклой коммуникацию, ученик получает уникальный опыт успешного иноязычного общения, что является главным условием формирования прочной коммуникативной компетенции.

Список литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования. — М., 2012.
2. Леонтьев А.А. Психология общения. — 3-е изд. — М.: Смысл, 1999. — 365 с.
3. Биболетова М.З. и др. Английский язык с удовольствием (Enjoy English): Учебник для 2 кл. общеобраз. учреждений. — Обнинск: Титул, 2012. — 144 с.

ХАРБИЙ ХИЗМАТЧИЛАР ТУРМУШ ЎРТОҚЛАРИДА ПСИХОЭМОЦИОНАЛ БАРҚАРОРЛИКНИ ШАКЛЛАНТИРИШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАРИ

Нахалбоева Нигора Турдиевна

Ҳарбий хизмат кўрсатиш – оғир жисмоний ва маънавий масъулият талаб этувчи фаолият тури бўлиб, бу фақат хизматчиларнинг ўзини эмас, балки уларнинг яқин қариндошларини, айниқса турмуш ўртоқларини ҳам жиддий таъсирга учратади. Ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқлари кўп ҳолларда турли турдаги муваққат ёки доимий кучланиш, ажралиб яшаш, ёлғизлик, хавотир ва беқарорлик ҳолатларини бошдан кечиради.

Бундай шароитда психоэмоционал барқарорликни шакллантириш жуда муҳим масала ҳисобланади.

Ушбу мақолада айнан ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқларида ушбу барқарорликни таъминловчи ижтимоий-психологик омиллар илмий нуқтаи назардан таҳлил қилинади.

Психоэмоционал барқарорлик – шахснинг стрессли вазиятларга қарши тура олиши, ўз ҳис-туйғуларини назорат қилиши ва ҳаётий муаммоларни самарали ҳал этиш қобилияти ҳисобланади. Ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқлари кўп ҳолларда турмуш ўртоқларининг узоқ муддатли сафари, хавфли шарт-шароитда фаолият юритиши, тез-тез кўчиб юриш каби ҳаётий омилларга дуч келишади. Бу эса уларнинг эмоционал ҳолатида ноқулайлик, руҳий чарчоқ, ҳатто депрессия ва стресс ҳолатларининг юзага келиш хавфини оширади.

Ижтимоий кўллаб-қувватлаш – турмуш ўртоқларининг ички барқарорлигини таъминлашда асосий омиллардан бири ҳисобланади. Бунда оила, яқинлар, жамоат ташкилотлари ва ҳарбий психология хизмати иштирок этади.

Масалан, АҚШ армиясида "Family Readiness Groups (FRG)" орқали ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқлари доимий равишда ахборот ва психологик кўмак олиш имконига эга. Ушбу тажриба кўрсатмоқдаки, бундай дастурлар аёлларнинг ўзини ёлғиз ва ёрдамсиз ҳис қилишини камайтиради.

Психоэмоционал барқарорлик (ПЭБ) ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқлари учун шахсий ва оилавий фаровонликни таъминловчи асосий психологик ресурс ҳисобланади. Ушбу барқарорлик – стрессга чидамлилиқ, адаптация қобилияти, эмоционал ўзини назорат қилиш, ижтимоий ролларни самарали бажариш каби бир қанча индивидуал ва ижтимоий омиллар таъсирида шаклланади.

Биринчидан, стрессор омиллар манбаи сифатида ҳарбий хизмат хусусияти алоҳида аҳамиятга эга. Ҳарбий хизматчилар кўп ҳолларда узоқ муддат уйдан узоқда бўлишади, хавфли шароитда фаолият юритишади ва турли географик ҳудудларга кўчириш талаб этилади.

Бу ҳолатда аёл киши нафақат уй ишлари, бола тарбияси, молиявий муаммолар, балки турмуш ўртоғи ҳаёти учун доимий хавотирни ҳам ўзида сақлаб юради. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ВОЗ, 2022) маълумотига кўра, ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқларида депрессия ва шизосоматик ҳолатлар аёллар умумий популяциясига нисбатан 1,7 барабар кўпроқ учрайди.

Иккинчидан, ижтимоий қўллаб-қувватлаш тизимининг мавжудлиги психоэмоционал барқарорликни оширувчи асосий омиллардан биридир. Бу ерда сўз нафақат турмуш ўртоғининг қўллаб-қувватлаши, балки давлат ташкилотлари, маҳалла, ҳарбий қисм, волонтер марказлари ва психологик марказлар томонидан кўрсатиладиган ёрдам ҳақида кетмоқда. Масалан, Германияда Bundeswehr аёлларининг психоэмоционал барқарорлигини ошириш учун махсус психологик маслаҳат гуруҳлари ва онгли равишда стресс бошқаруви курслари ташкил этилган.

Ўзбекистонда ҳам сўнгги йилларда ҳарбий оилаларга психологик хизмат кўрсатишда ижобий ўзгаришлар кузатилмоқда, аммо улар ҳали тўлиқ қамровга эга эмас.

Учинчидан, шахсий индивидуал психологик ресурслар – яъни аёлнинг темпераменти, оптимистик дунёқараши, ёлғизликка чидамлилиги, ташаббускорлиги ва муаммоларни ҳал қилиш қобилияти ПЭБ даражасига тўғридан-тўғри таъсир кўрсатади. 2023 йилда Россия Федерацияси Қуролли кучларида ўтказилган тадқиқотда (А.Н. Соловьёв ва бошқалар) ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқларида эмоционал барқарорлик билан қобилиятли адаптация ўртасида юқори корреляция аниқланган ($r = 0,78$, $p < 0,01$).

Тўртинчидан, ахборот ва коммуникация воситалари орқали масофавий алоқанинг узлуксизлиги ҳам аёлнинг руҳий ҳолатига ижобий таъсир кўрсатади. Қўнғироқлар, видеоалоқа, хабар алмашиш имкониятлари жуда муҳим. Бу орқали турмуш ўртоқлар ўртасидаги эмпатия, бир-бирини қўллаб-қувватлаш ҳисси сақланиб қолади. Бунда "цифровой эмоционал алоқа" деб аталадиган феномен ҳақида сўз кетади, бу – масофага қарамай, эмоционал боғлиқликни сақлаб қолиш қобилиятидир.²⁷

Бешинчидан, психологик саводхонлик ва аёлларнинг ўз эҳтиёжларини англаш қобилияти муҳим аҳамиятга эга. Кўпгина ҳолларда аёллар ўзларида пайдо бўлаётган руҳий муаммоларни нормал деб қабул қилиб, ёрдам сўрашдан тийилишади. Бу ҳолат уларнинг руҳий ҳолатини янада оғирлаштиради. Shu sababli ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқлари учун махсус "психоэдукатив дастурлар"ни ташкил қилиш муҳим. Масалан, АҚШда "Resilience Training for Military Spouses" дастури орқали минглаб аёлларга стресс бошқаруви ва

⁴¹ Turkle, S. (2017). *Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age*. – New York: Penguin Books. 448 p

эмоционал қўллаб-қувватлаш бўйича билимлар берилган.

Олтинчидан, болалар тарбияси билан боғлиқ эмоционал юклама ҳам ПЭБни пасайтирувчи омиллардан биридир. Агар бола ҳарбий хизматчи йўқлигида қийин ҳолатларга тушса, унинг барча оғирлиги онанинг зиммасига тушади. Бунда бола билан ишлаш бўйича маслаҳатлар, болалар психологияси бўйича билимлар ва руҳий қўллаб-қувватлаш хизматлари аёлга ёрдам беради.

Шахсий психологик хусусиятлар ҳам психоэмоционал барқарорликка катта таъсир кўрсатади.

Масалан, индивидуал стрессга чидамлилиқ, эмоционал интеллект, ўзига ишонч ва реал мақсад қўйиш қобилияти – булар аёлнинг вазиятга нисбатан муносабати ва реакциясини белгилайди. Адаптация стратегияларини ўрганиш учун кўпинча Brief-COPE, DASS-21, ва EmIn тестларидан фойдаланилади. 2024 йилда Ўзбекистон ҳарбий психология марказида ўтказилган тадқиқотда 80 нафар ҳарбий хизматчи аёл турмуш ўртоқлари иштирок этган бўлиб, уларнинг 67%ида стресс ва хавотир белгилари аниқланган, аммо ижтимоий кўмак олган аёлларда бу кўрсаткич 30% гача пасайган.

Бундан ташқари, ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқлари орасида онгли равишда кўмак сўраш маданиятини шакллантириш, психологик таълим ва тренинглار ташкил этиш орқали психоэмоционал барқарорликни ошириш мумкин. Айниқса, арт-терапия, психодрамма, гуруҳий психокоррекция усуллари бу борада самарали ҳисобланади.

Ҳарбий хизматчиларнинг турмуш ўртоқлари жуда ўзига хос ижтимоий гуруҳ ҳисобланиб, уларнинг психоэмоционал барқарорлигини таъминлашда ижтимоий қўллаб-қувватлаш, шахсий адаптация қобилияти ва махсус психологик хизматлар катта аҳамиятга эга.

Психоэмоционал барқарорлик – нафақат аёлнинг шахсий фаровонлиги, балки умумий оила муҳити, фарзандлар тарбияси ва ҳарбий хизматчининг ишга бўлган муносабатига ҳам бевосита таъсир қилади. Шу сабабли, ҳарбий соҳа доирасидаги аёлларга мўлжалланган ижтимоий ва психологик дастурлар янада ривожлантирилиши ва амалиётга кенг татбиқ этилиши лозим.

Янги тадқиқотлар шунга яққол ишора қилмоқдаки, ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқлари – доимий равишда “иккинчи даражали стресс” ёки викарий травма ҳолатига дуч келишади. Бу тушунча, аслида, ўзингиз тўғридан-тўғри стресс бошдан кечирмасангиз ҳам, яқин инсон – яъни турмуш ўртоғингизнинг бошига тушган хавф ва зўриқиш туфайли руҳий чарчаш ҳолатини англатади (Figley, 1995). Бу ҳолатдаги аёллар, агар уларни қўллаб-қувватлаш тизими бўлмаса, кўпинча руҳий "ўз-ўзини етишмаслик", айбдорлик ҳисси, хавотирли тушқунлик сингари ҳолатларга юз тутадилар.

Бугунги кунда онглилик (mindfulness) ва автоэмпатия каби замонавий психологик ёндашувлар ПЭБни шакллантиришда муҳим роль ўйнай бошлади.

Масалан, Тара Брах ёки Jon Kabat-Zinn каби мутахассислар томонидан ишлаб чиқилган mindfulness-машқлари турмуш ўртоқлари орасида стрессни камайтириш, уйғун ҳаёт кечириш ва ўзини бошқариш қобилиятини оширишда фойда бераётгани аниқланган.²⁸

Шунингдек, гендер ролларининг қайта қаралиши ҳам ушбу гуруҳдаги аёллар барқарорлигига таъсир қилмоқда. Анъанавий жамиятларда аёллар "мустаҳкам бўлиш", "бошқага оғирлик қилмаслик" каби қолипларни қабул қилиб, ўз эҳтиёжларини рад этишади. Бу эса уларда "ёпиқ стресс"нинг кучайишига сабаб бўлади. Халқаро тадқиқотлар кўрсатмоқдаки, ёрдам сўраш маданиятини кучайтириш ва ижтимоий ишончни ошириш бундай аёлларда психологик ҳолатни яхшилайдиган.²⁹

Шунингдек, маданиятлараро фарқлар ҳам аёлларнинг барқарорлик даражасини белгилайди. Масалан, Япония, Корея ва Марказий Осиё мамлакатларида аёлларнинг ўз муаммолари ҳақида сўзламаслик анъаналари мавжуд. Бу жойларда барқарорликни ошириш учун индивидуал психологик ёрдамга эмас, балки жамоавий психокоррекция усулларига таяниш самарали ҳисобланади.³⁰

Юқоридаги таҳлиллардан маълум бўлишича, ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқларининг психоэмоционал барқарорлиги – кўп қиррали, динамик ва жамиятнинг умумий психологик саломатлиги билан чамбарчас боғлиқ жараёндир. Бу барқарорликка таъсир этувчи асосий ижтимоий-психологик омиллар қуйидагилардан иборат:

- Ижтимоий қўллаб-қувватлаш тизими (оила, жамоа, давлат ташкилотлари);
- Шахсий адаптация қобилияти, эмоционал интеллект ва стрессни бошқариш механизмлари;
- Психологик хизматлар ва таълим дастурлари орқали онглиликни шакллантириш;
- Маданият, гендер роли ва коммуникация имкониятлари каби социомаданий омиллар;
- Замонавий психологик технологиялар (mindfulness, art-terapiya, psychoeducation) орқали ишлаш.

Ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқларида психоэмоционал барқарорликни шакллантириш нафақат уларнинг шахсий саломатлиги учун, балки фарзандлар тарбияси, оила мустаҳкамлиги ва ҳатто хизматчи самарадорлиги учун ҳам

⁴² Brach, T. (2021). *Radical Compassion: Learning to Love Yourself and Your World with the Practice of RAIN*. – New York: Penguin Books. 288 p

⁴³ <https://www.apa.org/news/press/releases/stress>

⁴⁴ UNESCO. (2023). *Mental Health and Gender-Sensitive Approaches in Conflict-Affected Societies*. – Paris: UNESCO Publishing. 122 p

муҳимдир. Шу сабабли, ҳарбий тизимда ишловчи оилалар учун мақсадли дастурлар яратилиши, аёллар учун мослаштирилган психологик таълим ва мунтазам ёрдам хизматлари ташкил этилиши зарур.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Абдувалиева, М.Х. (2022). *Оила психологияси*. – Тошкент: Fan va texnologiya, 240 б.
 2. American Psychological Association (APA). (2021). *Stress in America: One Year Later, A New Wave of Pandemic Health Concerns*. – Washington, DC: APA Reports. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress>
 3. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
 4. Figley, C. R. (1995). *Compassion Fatigue: Coping With Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized*. – New York: Brunner-Routledge. 268 p.
 5. Kabat-Zinn, J. (2016). *Mindfulness for Beginners: Reclaiming the Present Moment—and Your Life*. – Boulder: Sounds True. 184 p.
 6. Karimova, Z.M. (2020). *Aholining ruhiy salomatligini saqlashda psixoprofilaktika va psixokorreksiyaning o'rni*. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 198 б.
 7. Norqulov, B.Q. (2021). *Harbiy psixologiya asoslari*. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 224 б.
 8. Rakhmonova, D. T. (2023). Harbiy oilalardagi ijtimoiy-psixologik muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari. *Ilm va amaliyotda innovatsiyalar*, №2(58), 45–50.
 9. Rudneva, L. I. (2020). Psixologicheskaya podderzhka semej voennosluzhashchikh: problemy i resheniya. *Vestnik prakticheskoy psikhologii*, №1, 31–37.
 10. Shcherbakova, E. V. (2021). Emotsional'naya ustoychivost' zhyon voennosluzhashchikh kak faktor semeynogo blagopoluchiya. *Psikhologiya i sovremennoe obshchestvo*, №3, 67–73.
 11. Solovyov, A. N., Ivanova, T. M., & Grishina, L. V. (2023). Psixologicheskaya adaptatsiya suprug voennosluzhashchikh v usloviyakh sluzhebnykh komandirovok. *Voyennaya meditsina*, №6, 40–46.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Mental health and psychosocial well-being in military families: global evidence and approaches*. – Geneva: WHO Press. <https://www.who.int/publications/>

ТИПЫ АБЬЮЗИВНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Нишанбекова Жанар Камбаровна – школьный психолог

Термин абьюз происходит от английского понятия «abuse», что означает «злоупотребление», «жестокое обращение». Соответственно, абьюзер — это тот, кто злоупотребляет силой, властью или влиянием, вредя окружающим.

Вред, который наносит абьюзер, может быть как физическим, так и психологическим. И если первый распознать просто, то моральное воздействие выявить гораздо труднее из-за того, что тиран часто создаёт иллюзию полной невиновности. Он может манипулировать чувствами другого человека, заставлять ощущать вину и совершать другие неочевидные действия.

Чаще всего от тирании страдают женщины. Простыми словами, обычно абьюзер в отношениях — это мужчина. Однако специалисты отмечают, что абьюзивные отношения не обязательно бывают только в паре мужчины и женщины. Они могут возникать между коллегами, друзьями, подругами, родителями и их детьми, начальником и подчинённым и т. д.

Со стороны распознать абьюзера обычно непросто. С окружающими он может быть тактичным, внимательным и галантным, но со своей жертвой ведёт себя иначе — унижает и подавляет, превращая жизнь в мучения.

Многие думают, что абьюзеры боятся получить равнозначный ответ на своё поведение, но это не так. Тиран чувствует себя комфортно в агрессивной среде и готов к длительному противостоянию, получая от него удовольствие. В то время как для жертвы конфронтация — стресс.

Психологи выявили несколько обстоятельств и ситуаций, которых абьюзеры боятся и стремятся избегать:

Потеря власти. Абьюзер стремится к полному контролю над жертвой. Ему важно чувствовать превосходство и влияние. Если что-то идёт не так, он стремится вернуть роль лидера любыми способами: шантажом, угрозами и даже физическим насилием.

Угроза репутации. Большинство абьюзивных людей производят хорошее впечатление на окружающих, поскольку для них важно всеобщее одобрение. Поэтому на людях они ведут себя иначе и боятся, что те узнают, какие они на самом деле.

Потеря отношений. Абьюзер боится потерять отношения с жертвой. Ему не хочется остаться одному, поскольку в этом случае он больше не сможет чувствовать власть.

Разоблачение слабостей. Абьюзивный человек хочет казаться сильным и решительным, боится показать слабости из-за страха быть осмеянным и униженным. Поэтому такие люди практически никогда не признают своих ошибок и не делают первый шаг для примирения. Исключение — ситуации, когда

они могут потерять отношения.

Условно абьюз можно разделить на три основных типа: психологический абьюз, физический и сексуальный.

Психологический абьюз — форма насилия, которая выражается в систематических манипуляциях, унижениях, давлении и принижении ничего не подозревающей жертвы с целью тотального контроля ее самой и отношений в целом.

Физический абьюз представляет собой регулярные действия, направленные на причинение вреда физическому здоровью, будь то полноценные избиения, мелкие стычки или подталкивание человека к самостоятельному причинению вреда.

Сексуальный же абьюз является некой комбинацией двух предыдущих типов и выражается в принуждении к интимной близости посредством психологических и/или физических манипуляций.

Сегодня мы детально обсудим первый, самый тяжелый и неочевидный тип — абьюз психологический.

Опасность абьюзивных отношений, помимо очевидной опасности психологических и физических увечий, заключается в высокой вероятности формирования различных психических расстройств и зависимости от власти абьюзера. Вопреки надеждам жертвы и мнениям “знающих” людей со стороны, абьюз — не разовая акция и не период в отношениях, вероятность прекращения действий насильственного характера практически равна нулю и стремительно уменьшается с каждым новым актом насилия.

Дело в том, что человек, склонный к намеренному причинению боли окружающим, изначально испытывает потребность к ощущению власти, и каждое успешное действие, приносящее ему это ощущение, только увеличивает его стремление к неограниченному контролю над жертвой.

Часто опознать потенциального абьюзера на начальных этапах отношений бывает довольно сложно: поначалу все мы милые, солнечные и ласковые, не так ли? Однако, существует ряд признаков, выдающих человека, склонного к эмоциональному насилию. С некоторыми из них мы прямо сейчас и познакомимся.

1. Повышенный контроль. Несомненно, каждому человеку приятно, когда партнер берет инициативу в свои руки и детально планирует совместный досуг. Разумеется, в продуманности нет ничего плохого, но стоит обратить внимание на то, какова реакция вашего партнера в случаях, когда вы предлагаете несколько изменить план. Раздражение, агрессия, повышение тона — тревожные звоночки. Со временем жертвам приходит осознание того, что их желание партнера не интересует вовсе.

Конечно, контроль не ограничивается совместными планами. Поначалу он

может проявляться вскользь сказанными замечаниями по поводу вашей внешности, поведения, образа жизни, круга общения или взглядов: оказывается, что вам не мешало бы похудеть, изменить прическу, пореже видаться с этими глупыми подружками, поменьше смотреть сериалов и вообще пересмотреть свое отношение к Богу, семье, быту, енотам и носкам на раковине.

Со временем замечания перерастают в претензии, а те, в свою очередь, в требования и ультиматумы. В какой-то момент жертва рискует обнаружить, что ее жизнь попросту больше ей не принадлежит.

2. Ревность. Ревнивое поведение — абсолютно нормальное явление, когда человек испытывает к вам чувства. Совсем другое дело — активная ревность. Выражаться она может по-разному: ваш партнер может выходить из себя при виде или упоминании другого человека, звонить вам каждые несколько часов чтобы проверить, где вы и чем заняты, контролировать ваше свободное время, требовать пароли от ваших социальных сетей, бросаться на вас с подушкой, уточняя походку, молились ли вы на ночь. Т

аким поведением действительно движет сильное чувство, но не любви, как может показаться сначала, а собственничества. Со временем это чувство развивается до такой стадии, когда в сознании абьюзера контроль над жизнью жертвы считается правилом, а сама жертва — уже не личность, а вещь, принадлежащая ему без остатка.

3. Пугающее поведение при злости. Сами по себе действия, направленные на запугивание — уже эмоциональное насилие. Не всегда эти действия намеренные, но в любом случае должны являться поводом для беспокойства. Если в состоянии злости ваш партнер повышает на вас голос, аргументируя тем, что иначе вы не понимаете, прикасается к вам с агрессивным подтекстом, угрожает вам, крушит вещи вокруг или совершает любые другие действия, которые вас пугают — это может являться признаком не только эмоционального насилия, но и потенциальной готовности к насилию физическому.

4. Двойные стандарты. Существование в мировосприятии партнера четкой системы двойных стандартов, предполагающих различные правила поведения для разных полов, чаще всего выражающееся во всяких там “женщина должна” и “мужик обязан”, указывает на то, что в его сознании существует “законное” оправдание применимой к вам жестокости. Собственную агрессию такой человек воспринимает как неотъемлемую часть своей гендерной роли, а от партнера, соответственно, ожидает принятия и подчинения.

5. Отсутствие должного уважения. Неуважение — базовая основа любого насилия, как эмоционального, так и физического. На начальных этапах отношений оно может выражаться в отношении к вашему мнению, вашим взглядам и ценностям. Грубость, высмеивание, сарказм и невнимание — первые признаки отсутствия у партнера уважения к вам. Конечно, никто не утверждает,

что слушать подробное описание матча Науру — Тувалу или получасовой рассказ о выпускном платье той самой Оли, у которой папа бизнесмен, должно быть жутко интересно, но и демонстративно зевать и отворачиваться ведь совсем не обязательно.

Другая сторона той же медали — излишняя идеализация, когда партнер чересчур восхваляет вас, отрицая ваши недостатки: в его глазах вы — ангел, богиня, высшее существо, феечка из эфира и зефира, недостатки — это не про вас, вы — совершенство в степени, и это, разумеется, безумно приятно, но опасность такого отношения в том, что представляя вас в таком совершенном образе, партнер фактически заменяет в собственном сознании реальность своими идеализированными фантазиями. Естественно, когда созданный в голове образ начнет расходиться с реальностью, обожествление рискует перерасти в агрессию от обманутых ожиданий.

6. Мизогония/мизандрия. Если ваш партнер изначально предвзято относится к людям вашего пола, как бы он ни убеждал вас в том, что к вам у него отношение особенное, рано или поздно предубеждения проявятся.

В начале отношений люди с подобными взглядами склонны скрывать свое отношение, однако, с ростом “серьезности” отношений увеличивается вероятность связать жизнь с партнером, считающим вас человеком второго сорта, и вот вы уже не “нежная очаровательная девушка” а “глупая баба”, и не “настоящий мужчина”, собственно, тоже “баба”.

Так же, если в мировоззрении вашего партнера существует четкая черта деления полов, это означает так же, что соображения относительно гендерных ролей у него так же строгие и основываются на стереотипных ценностях. По сути, это значит, что ваш партнер склонен за вас продумывать ваши цели, желания и обязанности, и все, что выходит за рамки его представлений, рискует стать поводом для насилия.

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ

Нишанбекова Жадира Уринбаевна

Преподаватель Ташкентского университета прикладных наук, доктор философии по педагогическим наукам

Введение. Определение сущности и содержания категории «музыкальная культура личности» возможно через раскрытие содержания основных понятий и их производных.

Само понятие «культура» представим через высказывание А.Швейцера, который определил ее следующим образом: «Культура — это итог всех достижений отдельных лиц и всего человечества во всех областях по всем аспектам в той мере, в какой эти достижения способствуют духовному

совершенствованию личности и общему прогрессу».

Стабилизирующим фактором культуры выступает культурная традиция. Благодаря ей происходит накопление и трансляция человеческого опыта в истории, и каждое новое поколение может актуализировать этот опыт, опираясь в своей репродуктивной и творческой деятельности на созданное предшествующими поколениями.

Непосредственное отношение к музыкально-образовательной области имеет гуманитарная составляющая культуры. Гуманитарная культура, выступающая в формах религии, философии, искусства, нравственности и др., представляет собой важнейшую часть духовного производства, процесс и результат выработки идей, мировоззрений, ценностей, теорий, критерий духовного богатства общества и личности. Одним из центральных звеньев гуманизации и гуманитаризации современной системы образования выступает эстетическое воспитание.

Категория «эстетическое» - чувствующий, обозначает специфическую сферу явлений общественной жизни и форму их оценки. Эстетическое воспитание, призванное оказывать общее гуманизирующее влияние на духовный мир людей и человеческие отношения, направленное на развитие и использование всех творческих способностей человека, предполагает, в первую очередь, формирование определенной системы ценностей и установок, помогающей всесторонне активно воспринимать и правильно оценивать явления действительности.

Основной целью эстетического воспитания выступает эстетическая культура личности, которую можно представить как единство трех взаимосвязанных и взаимообусловленных частей:

1. Эстетические чувства и эмоции как исходные компоненты и основы эстетического сознания, всей эстетической культуры человека, эстетических оценок, вкусов и идеалов как высших компонентов эстетического сознания.
2. Знания, являющиеся фундаментом эстетических взглядов и убеждений, мировоззрения человека.
3. Умения, развитые способности, творческие навыки, необходимые для развертывания эстетических моментов, аспектов во всех видах и формах деятельности.

Эстетическую культуру личности необходимо рассматривать как ее интегративное качество. Все компоненты данного интегративного образования связаны между собой через чувства, интеллект и волю как механизм саморегуляции и самоуправления личности. Формировать эстетические чувства – это значит воспитывать человека в целом. Эти чувства возникают и развиваются на основе потребностей личности, синтеза знаний и переживаний.

Таким образом, эстетическая культура личности представляет собой

взаимосвязанное и взаимообусловленное единство эстетических чувств, знаний, убеждений, навыков, норм деятельности и поведения.

Все компоненты эстетической культуры функционально определяют друг друга: знания детерминируют кругозор личности, убеждения – направленность эстетических оценок, взглядов и вкусов, эстетические чувства – эмоциональную наполненность жизнедеятельности и т.д. Подтверждением этому положению служит высказывание Б.Г.Ананьева о том, что способность эстетически видеть, слышать связана со способностью оценивать и эта способность чувственного «суждения», чувственных оценок формируется в жизненном опыте личности.

Результаты. Музыкальная деятельность младших школьников диктует необходимость раскрыть сущность исследуемого нами такого компонента эстетической культуры, как музыкальная культура. Ее сложная система, включает в себя: 1) музыкальные ценности, создаваемые и сохраняемые в социуме; 2) виды деятельности по созданию, хранению, воспроизведению, распространению и восприятию этих ценностей; 3) субъектов музыкальной деятельности, чей духовно-практический опыт и потенциал обеспечивают успешность ее функционирования.

В свою очередь, степень освоенности человеком музыкальных ценностей характеризует его личностную музыкальную культуру, что позволяет в области музыкальной педагогики выявить своеобразие содержания музыкальной культуры, формы ее проявления и сферы воздействия на личность.

Качественный уровень музыкальной культуры детерминирован феноменами художественной культуры и, в частности, искусством. Искусство, являясь способом творчества красоты и гармонии, есть способ человеческого овладения действительностью с помощью ее осмысления в особой образной форме. В искусстве заключены два огромных человеческого опыта. Во-первых, это профессиональный опыт данного искусства и, во-вторых, человековедческий, эмоционально-нравственный опыт человечества – есть форма и содержание искусства. Произведения искусства являются предпосылками эстетического опыта человека. Необходимость такого опыта обусловлена тем, что он ведет к целостности зрелости личности и помогает росту творческих способностей, которые могут проявляться в различных сферах жизнедеятельности.

Важная роль искусства в эстетическом развитии личности определяется тем, что оно раскрывает, обобщает, систематизирует и передает в доступном множеству людей виде исторический опыт эстетических отношений человека к действительности.

При этом искусство рождает у человека эстетические эмоции и эстетическое наслаждение, вызывает новый прилив интеллектуальных и физических сил, что и делает искусство особенно эффективным и незаменимым

средством эстетического воспитания.

Само взаимодействие с произведением искусства является особой деятельностью, специфика которой заключается в том, что в ней сливаются в нераздельное целое четыре основных вида деятельности: познание, оценка, преобразование, обобщение. К тому же искусство представляет собой ярко выраженную область творческой деятельности человека, что само по себе выражает важнейший критерий художественного, эстетического отношения к действительности.

Музыкальное искусство содержит в себе особый художественный опыт человечества, который заключается в индивидуально-творческом отображении и познании действительности, в чувственном постижении высших ценностей человеческого бытия, мировоззрения, исторической эпохи, творчества отдельного композитора и т.д. Особая роль музыкального искусства в эстетическом становлении личности обусловлена его возможностями наиболее полно и глубоко воздействовать на эмоциональную сферу человека, способствовать формированию таких сторон и тончайших граней эстетического отношения, которые не подвластны другим видам искусства.

В социологическом аспекте музыкальное искусство реализует две основные функции - воспитательную и эстетическую, соединяющиеся в единую воспитательно-эстетическую функцию. В силу безграничных возможностей эмоционального воздействия музыки данная функция доминирует над всеми другими, так как служит формированию всего духовного мира человека.

Центральным звеном музыкально культуры личности выступает эстетическое сознание, являющееся, внутренним идеальным планом музыкальной деятельности и включающее в себя целостную совокупность таких эстетически окрашенных слагаемых, как музыкальные эмоции, оценки, идеалы, вкусы, потребности, интересы и т.д. Благодаря этому сознанию происходит постижение музыкальных явлений и своих собственных впечатлений от соприкосновения с миром музыки.

Благодаря эстетическим чувствам музыкальное искусство предоставляет человеку возможность обогатиться опытом многих поколений людей, сделать его фактом собственного художественного опыта. Эстетическая впечатлительность и эмоциональная отзывчивость лежат в основании музыкальной культуры личности, определяя культурное будущее личности в целом.

Если переживание музыки основывается на эмоциях и чувствах, то его осмысление базируется на художественном опыте, представлениях, понятиях. В результате переживания и осмысления создается эстетическая оценка как единство чувственного и логического в восприятии музыки. Эстетическая оценка, рассматриваемая как способ осознания и освоения ценностей музыкального искусства, предполагает обнаружение и исследование его эстетических

достоинств, их степени и интенсивности.

Эмоционально-оценочное отношение музыканта к музыке выражается в двух формах: в эмоционально-образном словесном суждении и художественно-исполнительской интерпретации и предполагает наличие у субъекта музыкальных способностей. Последние, предстают в качестве индивидуально-психологических особенностей человека, отвечающих требованиям музыкальной деятельности и являющихся условием успешного ее выполнения.

Эстетический идеал выступает в качестве важнейшего критерия оценки, так как выражает представления личности о должной красоте, эстетическом совершенстве, норме, образце и т.д. Оценка произведения музыкального искусства зависит от того, какова связь предмета оценки с идеалом, насколько данное произведение соответствует личностным представлениям о должной эстетической ценности.

Заключение. Постигание человеком эстетического идеала, заложенного в музыкальном произведении, возможно лишь при наличии у субъекта познания эстетического вкуса. Эстетический идеал ценностно ориентирует и определяет направленность вкусовых предпочтений в ситуации выбора. В связи с этим эстетический идеал, характеризуется как доминанта эстетического вкуса.

Музыкально-эстетический вкус личности предстает, с одной стороны, как способность высказывать суждения об эстетических достоинствах художественной и музыкальной культуры, с другой - как выражение переживания, выявление субъективного начала личности. Являясь мерой эстетического освоения явлений действительности, музыкальная культура младшего школьника представляет собой динамичное новообразование, выступающее в виде познания ценностного осознания и творческой деятельности в мире музыкальных ценностей. Способность начинающего музыканта выстраивать свою творческую деятельность по законам красоты является наиболее обобщенной способностью, формирующейся на основе слияния творческих и специальных способностей к эстетическому восприятию и оценке музыкальных явлений.

ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ МАНИПУЛЯТОРА

Нишанова З.Я. – преподаватель кафедры психологии Ташкентского университета прикладных наук, PhD по психологии

Введение. Манипуляция — это всегда токсичное общение. Даже если такие действия маскируют под благие намерения и искренние чувства, суть одна — вас пытаются подчинить своей воле. Иногда осознанно, иногда — нет.

Что такое манипулятивное общение?

В психологии под манипуляциями принято понимать скрытое воздействие,

когда один человек управляет другим, чтобы получить желаемое. Манипулятор избегает прямых просьб — вместо этого он обманывает, играет на чувствах или искажает факты. Его цель — это контроль, власть или выгода. Чаще всего жертва манипулятора идет против своих интересов, при этом верит, что действует по своей воле или что не может поступить иначе.

«В отличие от открытой просьбы или прямого столкновения в конфликте, при манипуляции человек не говорит честно, чего хочет. Он играет на чувстве вины, страха, долга или тревоги. Чтобы добиться своего, избегает ответственности за собственные желания и нарушает чужие границы».

Главный признак манипуляции — психологический дискомфорт. Например:

- после разговора вы чувствуете вину, хотя ничего плохого не сделали;
- вам навязывают «единственно верное» решение;
- ваши аргументы игнорируют или высмеивают;
- вы не можете отказать, потому что боитесь обидеть или рассердить человека.

«Манипуляция может быть изощренной и почти незаметной — особенно в дружбе, семье, соседских или “псевдоблиских” отношениях, где открытая конфронтация считается недопустимой. Именно поэтому распознать манипулятивный стиль общения бывает непросто: его маскируют под заботу, юмор, добрые намерения или даже самопожертвование.

Если вы систематически чувствуете в отношениях напряжение, тревогу, необходимость “ходить на цыпочках” — обратите внимание не только на слова, но и на состояние, в котором вы находитесь.

Часто ли вы ловите себя на попытках оправдаться, хотя вас ни в чем открыто не обвинили? Возникает ли у вас чувство вины, даже если вы не сделали ничего плохого? Появляется ли мысль: “Лучше соглашусь, иначе снова будет скандал”?

Все это маркеры того, что отношения держатся не на честности и уважении, а на тонких механизмах контроля».

Методы. Виды манипуляций и способы им противостоять

Собрали 12 «любимых» приемов манипуляторов и рассказываем, как правильно реагировать в каждой ситуации.

Навешивание вины

Вас заставляют почувствовать себя обязанными или виноватыми, пытаются вызвать стыд, покорность и желание «все исправить» или компенсировать. Для этого упрекают за прошлые ошибки, перекалывают на вас ответственность за свои промахи, напоминают о помощи, за которую вы должны расплачиваться до конца жизни.

Пример. Коллега, которая замолвила за вас словечко на собеседовании, вскользь упоминает, что благодаря ей вас взяли на работу, и она вообще-то

рисковала своей репутацией. А потом просит взять ее задачи на выходные.

Как реагировать. Отстаивайте границы, отделите свою ответственность от чужой, благодарите за помощь, но не выполняйте просьбы в ущерб себе.

«Манипуляция через позицию жертвы — одна из самых коварных форм давления. Фразы “Я тебе отдала лучшие годы жизни, а ты даже не звонишь”, “После всего, что я для тебя сделал, ты со мной так поступаешь...” звучат как обида, но на деле это скрытая попытка получить власть над вашими решениями. За ней не всегда стоят реальные страдания — скорее, это стратегия влияния.

Эффективный способ выйти из этой ловушки — разделить эмоции и контроль: “Я вижу, что тебе важно быть услышанным, и ценю все, что ты для меня сделал. Но мое текущее решение связано не с прошлым, а с тем, что происходит сейчас”. Прямота в таких ситуациях — это не холодность и не жесткость, а зрелый способ защитить свои границы и сохранить уважение с обеих сторон».

Манипулятор искажает реальность и заставляет жертву сомневаться в ее здравомыслии, памяти или восприятии. Отрицает факты и свои обещания, даже если вы их точно помните, перевирает слова, обвиняет вас в «выдумках», «паранойе», «чрезмерной чувствительности». Цель — подчинить, лишить опоры в себе.

Пример. Вы хотите поговорить с мужем о том, что вчера он накричал на вас при детях, и попросить держать себя в руках. Он же утверждает, что был спокоен, и это вы “докопались” и устроили истерику без повода. Вот ему и пришлось слегка повысить голос, чтобы привести вас в чувство.

Как реагировать. Доверяйте себе, а не чужим словам, и держитесь как можно дальше от газлайтера. Его приемы — эмоциональное насилие.

Результаты. Характерные черты манипулятора:

Ложь- использование различных приемов, методов и маневров, разыгрывание ролей;

Неосознанность действительного значения жизни, ограниченность восприятия локальными целями: апатия, скука;

Закрытость, намеренность, стремление контролировать ситуацию;

Цинизм - не доверяет ни себе, ни другим, делит людей на контролирующих и контролируемых.

Виды и техники манипулятивного поведения

Классификация видов манипулирования сознанием проводится по различным критериям:

по форме проявления - идеология, имиджелогия, гипноз, гадание, слухи, внушение, убеждение;

по степени смысловой обработки - социальные мифы, социальные стереотипы, коммуникативно-семиотическое манипулирование;

по направленности манипулятивных потоков на социальные группы, различные по полу, возрасту, профессии;

по характеру воздействия - агрессивный и неагрессивный типы воздействия.

Классификация манипулятивного поведения:

Вербальная и невербальная манипуляция

При вербальной манипуляции средством воздействия на собеседника служит речь манипулятора, то есть все слова и звуки, произносимые им в ходе общения. Невербальная манипуляция осуществляется при помощи невербальных знаков, то есть это позы, жесты, взгляды, мимика, территориальное расположение и т.д.

Осознаваемая и неосознаваемая манипуляция

Осознаваемая субъектом манипуляция бывает:

Социально желательная - речь идет о манипуляции, которую человек совершает из лучших побуждений, желания помочь ближнему;

Неодобряемая манипуляция - направлена на получение собственной выгоды;

Вынужденная манипуляция - направлена на достижения полезного для всех результата. Манипулятор, независимо от добродетельного или корыстного мотива, осознает социальную нежелательность своего поведения, может чувствовать вину.

Заключение. Неосознаваемая манипуляция проявляется в использовании вранья. Вранье принципиально отличается ото лжи, как намеренного искажения фактов. Вранье может оказываться внешним проявлением защитных механизмов: стремление защитить внутренний мир, не открывать душу, проявление снисходительности. Защитная манипуляция представляет собой совокупность не выражаемых вслух, скрытых способов воздействия на собеседников, направленных на предупреждение таких возможных их слов и действий, которые потребуют от субъекта актуализации защитных механизмов личности.

КАСБИЙ ЧАРЧАШНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ ВА УНИ БАРТАРАФ ҚИЛИШ ИМКОНИАТЛАРИ

*Ниязметова Гулбаҳор
Психология фанлари номзоди
ИСФТ институти*

Қадимдан ота-боболаримиздан қолган бир нақл бор: “Меҳнат тош ёради, тош бош ёради” деган. Ҳақиқатан ҳам бу мақолни таҳлил қилиб кўрадиган бўлсак, ҳаётга, турмушга тўғри келишини кўрамиз. Инсон фақатгина меҳнати

билан ҳамма нарсага, юксакликка эришади.

Меҳнат ақлий ёки жисмоний меҳнатми барибир ҳаммаси инсондан куч, билим, асаб, соғлиқ эвазига амалга ошади. Вақт эса олий ҳакам, яъни у ҳам инсон ҳаёти ва фаолиятида ўз ўрнига эга бўлган асосий факторлардан бири бўлиб хизмат қилади.

Инсон меҳнат фаолияти давомида ўз касби билан бир бутунликка бирлашади ва стереотипга эга бўлади. Мунтазам такрорлашлар, такрорий тажрибалардан чарчай бошлайди. Зерикарли кўриниш, овозининг жарангини йўқолганлиги, чарчаган табассум, паришонхотирлик, тез чарчаб қолишлик каби ҳолатлар ташқаридан кўринадиган белгилардир.

Машҳур “Burnout”, яъни “Чарчаш” синдроми, ишдан зерикиб кетиш, ишлаш жонига тегиш, “ҳиссий чарчаш” синдроми, одатда ишда “ёниб кетган” одамлар учун хосдир. Бундай одамлар узоқ муддатли иш юкламаси ёки кучли эмоционал зўриқиш туфайли ўзини одатий ишлаш кайфиятида ва талаб қилинадиган иш тартибида ушлаб тура олмайдилар.

“Ёниш” яъни, “ҳиссий чарчаш” тушунчаси 1974 йилда психиатр Фрейденоберг томонидан таклиф қилинган. Ва бу ҳодиса ҳиссий ёки “профессионал чарчаш” деб ҳам аталади. Кейинги пайтларда одамлар шифокорларга касбий чарчаш билан боғлиқ муаммолар ҳақида шикоят қилмоқда.

“Касбий куйиш” (касбий чарчаш) муҳим сигналларга сезгирликнинг пасайиши, илгари ҳиссий аҳамиятга эга бўлган нарсаларга бефарқлик, муҳим воқеаларга вақтида жавоб беришни пайсалга солиш ёки рад этиш, атрофда содир бўлаётган ҳамма нарсага бефарқликни ошишида намоён бўлади.

Тадқиқотчилар (Maslach, Schaufeli ва Leite) томонидан аниқланган олти та хавф омиллари:

- 1) иш жойи талабларига шахсий фазилатларнинг номувофиқлиги;
- 2) ўз иш жараёнини ва иш омилларини назорат қила олмаслик;
- 3) раҳбари ёки ўз меҳнати натижаларини ҳисобга олмасдан ишлаш, бундан ташқари ижобий баҳо ва ижтимоий қўллаб-қувватлашсиз;
- 4) ишдаги ва дўстона муносабатларнинг ва алоқаларнинг етишмаслиги, ҳамкасблар билан алоқа ва ўзаро муносабатлар камлиги;
- 5) ўз меҳнатига нисбатан ноҳақлик ва ноҳақ баҳоланиш ҳисси;
- 6) касбий қадриятлар билан шахсий қадриятлар ўртасидаги тўқнашув.

Анъанага кўра, чарчаш иш, унинг мазмуни ва шароитлари билан боғлиқ синдром деб ҳисобланади. Шундай қилиб, касбий чарчаш ўзларининг касбий вазифалари туфайли одамлар билан бутун иш куни давомида – мижозлар, беморлар, талабалар, ўқувчилар, харидорлар, ташриф буюрувчилар, бўйсунувчилар билан мулоқот қиладиганлар учун кўпроқ таҳдид солади.

Ва яқинда ҳар қандай табиатдаги стресс таъсирига тушиб қолганларда чарчаш белгилари сезила бошлади. Масалан, тасодифан ўқиш қийин бўлган жойга

рўйхатдан ўтган талабалар ёки касал қариндошига узоқ вақт ғамхўрлик қилишлари керак бўлганлар. Кейин чарчаш тушунчаси профессионалдан ташқарига чиқади ва ҳиссий чарчашга айланади. Хавф омиллари рўйхати кенгая боради:

- айбдорлик ҳисси,
- “ҳеч нарсага вақтим етишмайди” каби фикрлар,
- баъзи салбий воқеалар оғирлиги остида депрессия,
- ҳаддан ташқари жисмоний ва психологик стресс,
- танловининг тўғрилигига ишончининг етишмаслиги,
- узоқ муддатли можарода иштирок этиш.

Чарчаш таъсири остида одамнинг хулқ-атвори ва ўзига ва бошқаларга муносабати ўзгаради. Ҳиссий куйиш вақт ўтиши билан қутулиш тобора қийинлашиб борадиган сиқилишлар пайдо бўлишидан бошланади:

Яқиндагина илҳомлантирган ва ғайрат пайдо қилган нарсага бефарқлик; ҳамкасбларга нисбатан асабийлашиш, уларнинг кичкинагина хатолигига ёки сўзларига тоқат қилмаслик ;

эътиборини мижозларга йўналтирилган бўлиши, мижозларга ёрдам бериш, уларга тушунтиришлар бериш ёки ёрдам бериш истаги йўқлиги ёки камайиши, ҳатто бу касбий вазифаларнинг бир қисми бўлса ҳам;

касбий қобилиятсизлик ҳисси, ўзининг касбий маҳоратига шубҳа билан қараш, ҳеч қандай сабабсиз ўзини ҳаддан ташқари танқид қилиш.

Бу уч факторли моделга ўхшайди. (К.Маслач ва С. Жексон):

1) Ҳиссий чарчоқ ёки ҳиссий фонни камайтириш. Одамнинг касбий ёки ташкилий соҳаси чегараларидан чиқиб кетадиган ва аста-секин ҳаётининг тобора кенг доирасини қамраб оладиган бефарқлик пайдо бўлади. Бу психиканинг ҳиссий тўйинганликка мутлақо табиий жавоби бўлиши мумкин.

2) Деперсонализация ёки бошқа одамлар билан муносабатларнинг деформацияси. Негативизм бизнесда, касбда ва кундалик ўзаро таъсирда ортиб боради. Муносабатлар масалаларига ҳам, ушбу муносабатлар ичида ўз шахсига нисбатан ҳам қаттиққўллик, беҳурмат муносабат тобора яққолроқ намоён бўлиб боради.

3) Шахсий ютуқларни қисқариши. Ўз-ўзини салбий баҳолаш тенденцияси орта боради, ҳурмат қилиш, касбий натижалар, ютуқлар ва муваффақиятларини кам баҳолаш ва ҳатто қадрсизланиш тенденцияси янада кескинлашади. Ва натижада, профессионал сифатида ўзига бўлган ишончни йўқотиш ва вазифаларни аввалгидек муваффақиятли бажара олмаслик кўрқуви туфайли қийин касбий вазифаларни рад этади.

“Профессионал ёниш учун асос бўлган омиллардан айнан қайсилари ҳақиқий касбий ёнишга айлантиради?” деган савол учун учта манбанинг муҳим роли аниқ бўлди. Учаласи бирлаштириб, улар касбий чарчашнинг триггерларига

айланади. (Триггер – муайян жараённи ёки ҳиссиётни ишга туширувчи сабаб ёки омил. Психологияда Триггер – инсонда муайян ҳиссиёт ёки хотирани қўзғатиб юборадиган ташқи ёки ички омил. Масалан ҳид, овоз, сўз ёки вазият одамда хавотир, қўрқув ёки ҳолатани уйғотиши мумкин).

Биринчи манба-бу шахсий хусусиятлар. Кимдир нафақага чиққунга қадар ўз иш жойида муваффақиятли ишлайди ва нафақага чиққанидан кейин у ёш ворисларга маслаҳат бериш ва мураккаб касбий вазифаларни ҳал қилишга ёрдам бериш учун куч топади. Ва кимдир касбий ҳаётининг ярмида ёки ҳатто ярмидан ўтмасдан олдин “енгилади” яъни касбидан воз кечади. Касбий чарчокқа мойиллик одамнинг сезгирлигига, чарчашга қаршилиқ эса унинг стрессга чидамлилигига боғлиқ. Аммо чарчаш нафақат бу фазилатларга боғлиқ келиб чиқади. Маълум бўлишича, унинг таҳдидлари ишлаш мотивацияси билан бевосита боғлиқ экан: мотивация қанчалик паст бўлса, чарчаш эҳтимоли шунчалик юқори бўлади. Ва яна бир муҳим шарт-бу одамнинг ишнинг аҳамиятини кўриш ва фойдалилигига ишониш. Инсоннинг фойдалилиги ҳақида хабардорлик қанчалик кам бўлса, чарчаш эҳтимоли кўпроқ.

Психологлар тузган чарчаш учун зарур шарт-шароит бўлиб хизмат қиладиган шахсий хусусиятлар рўйхатига қуйидагилар киради: эмпатия ва инсонпарварлик, мулойимлик ва инсоний йўналиш, эҳтирос, идеализм, ҳиссий беқарорлик, интроверсия, бошқалар билан бирдамлик қилишга тайёрлик.

Иккинчи манба -ижтимоий ва профессионал роллар. Аниқроғи, ролларнинг ўзи эмас, балки уларнинг ноаниқлиги ва номувофиқлиги. Бир томондан, ходим яқин атрофда ишлайдиган ҳамкасби билан жуда яхши ва ҳатто ишончли муносабатларга эга бўлиши мумкин (“биз бир-биримизни оилавий ишларимиз ҳақида узоқ вақтдан бери биламиз”). Бошқа томондан, унинг вазифаларига ушбу ҳамкасбининг ишини кузатиш ва қабул қилиш киради. Ходимнинг олдида қийин вазифа туради: қандай қилиб талабчан назоратчи ва яқин дўст ролини бирлаштириш мумкин? Шунга ўхшаш ҳолат, ходимлар ўз раҳбарининг ажойиб мутахассис эканлигини тан олишади, лекин айти пайтда улар унинг шафқатсиз хатти-ҳаракатларига ёки авторитар суҳбат услубига тоқат қилишлари керак. Аммо чарчашнинг энг катта манбаи бу масъулият ҳуқуқлардан кўра кўпроқ, куч эса масъулиятдан анча кам бўлган роллардир. Ёки, қоида тариқасида, масъулият бир хил тақсимланмаган, лекин кимларнидир қандай ролларни бажариши номаълум.

Агар ходим иш вақтида қандайдир тарзда мулоқот қилиши керак бўлган доимий ўзгарувчан одамларнинг катта оқими орасида ишласа, вазият янада оғирлашади. Ва шу билан бирга, том маънода ҳам, мажозий маънода ҳам доимо “тайёр ҳолатда” бўлиш керак.

Учинчи манба-ташкилий ва операцион масалалар. Касбий куйиш, биринчи навбатда, иши кучли ва узоқ муддатли психо–эмоционал ҳолатда

бўлишни талаб қиладиган, тўхтовсиз мулоқот билан боғлиқ ва кўпинча ёқимсиз шахслар - барча турдаги қоидабузарлар ва антисоциал шахслар билан ишлашга тўғри келадиган вазифаларда ишлайдиган шахсларга тахдид қилади. Касбий куйишнинг яна бир пайдо қиладиган манбаи - олинган маълумотларни тезкор қайта ишлаш ва талқин қилиш ва қарор қабул қилиш билан боғлиқ иш. Ва ниҳоят, яна бир манба - иш жойидаги носоғлом психологик муҳит ва олдиндан айтиб бўлмайдиган, тез-тез ўзгариб турувчи, номунтазам иш ритми.

Каттароқ ёшда, бу чарчаш ҳолати, аниқроғи, касбий чарчаш анча оғирроқ ва уни енгиш қийин бўлиб чиқади.

Агар ёшлар учун чарчаш одатда ҳаддан ташқари ва узоқ давом этадиган стресс натижасида пайдо бўлса, унда катта ёшда касбий чарчаш яна бир қўшимча нохуш хусусиятга эга – чарчаш, касбий ижтимоий ва ҳаётий тажрибада тўпланган нарсанинг натижасига айланади. Психологларнинг таъкидлашича, чарчаш одамларнинг касбий ҳаётидаги хавфлардан бири бўлиб, у “мен ҳамма нарсани ўзим қила оламан” дейдиган одамларда кўпроқ учрайди.

Тўпланган тажриба одамга ҳатто энг қийин вазифаларни ҳам ғайрат билан бажаришга имкон беради, тўхтовсиз кўп соатлик иш вақтида ишлаётганига эътиборсиз қолдиради ва ёши туфайли одам учун аста-секин оғирлашиб борадиган иш юкламаларини камайтиришдан бош тортади. Киши бирор ишда муваффақиятга эришиш ва вазифаларни енгиш учун ўзига катта босим ўтказди.

Касбий куйиш бирданига ҳаётга бостириб қирмайди. Касбий куйишнинг табиати жуда маккор ва пардали бўлиб, уни ҳис қилиш ва тан олишни анча қийинлаштиради. Шунга қарамай, тана ва онг огоҳлантириш сигналларини юборади ва шунда муаммони жуда кеч бўлмасдан тан олиш мумкин.

Касбий куйиш белгилари

Ўзгариш соҳалари	Огоҳлантирувчи биринчи аломатлар	Хавфли даражадаги аломатлар
Сурункали чарчоқ	Энергия етишмаслиги ва доимий чарчоқ ҳисси тобора кўпроқ кузатилади.	Жисмоний ва эмоционал тушкунлик ҳисси кетмайди, эртанги кундан кўрқиш пайдо бўлади.
Уйқусизлик	Ҳафтасига 1–2 марта ухлашда қийинчилик.	Деярли доимий уйқусизлик.
Унутувчанлик ва паришонхотирлик	Енгил, тезликда эътибор қарата олмаслик ва унутувчанлик.	Хотира ва диққат билан боғлиқ муаммолар ишга жиддий тўсқинлик қилади.
Жисмоний аломатлар	Юрак уриши тезлашиши, нафас қисиши, бош оғриғи, тез-тез шамоллаш, иштаҳанинг	Кўкрак оғриғи, ошқозон-ичак оғриқлари, бош айланиши, беҳушлик, инфекция ва иммунитет билан боғлиқ касалликларга

	камайтиши.	мойиллик, иштаҳанинг бутунлай йўқолиши.
Хавотир	Енгил хавотир ва ички зўриқиш ҳисси.	Тинчланмайдиган хавотир ҳисси фониди иш унумдорлиги пасайиши.
Депрессия	Сабабсиз енгил қайғу ва беихтиёр ноумидлик ҳисси.	Қийин, енгил бўлмайдиган шароитга тушиб қолганлик ҳисси, рухий тушкунлик
Ғазаб	Сабабсиз ва тез асабийлашиш.	Назорат қилиб бўлмайдиган ғазаб тўлқинлари.
Завқ ола билишни йўқолиши	Фақат баъзи ҳолларда қизиқиш йўқолиши.	Ҳаётнинг деярли барча соҳаларида қизиқиш йўқолган
Пессимизм	Турли ҳаётий ҳолатларга нисбатан салбий муносабат.	Ёлғизлик ва атрофдагилар томонидан тушунмаслик ҳисси.
Изоляция (ёлғизликка интилиш)	Ижтимоийлашувдан воз кечишни енгил кўриниши (масалан, тушликда чиқмаслик, эшик ёпиқ ҳолда ишлаш истаги).	Бошқалар бошлаган алоқаларни кескин рад этиш, доимий ижтимоий яқкаликка интилиш.

Бу ҳолат содир бўлганда, бунинг сабаблари жуда аниқ: узоқ муддатли юқори ҳиссий, психологик ва жисмоний стресс, одамлар ва бизнес учун улкан масъулият юки, ноаниқлик ва турбулентлик шароитида ҳаракат қилиш ва қарор қабул қилиш зарурати, хавфлардан ҳимоя қилиш ёки уларни қабул қилиш... Ва шунга мос равишда, эртами-кечми, ушбу тушкун ҳолатни енгил ва аввалги иштиёқ ва самарадорликка қайтиш учун мос самарали воситалар топилади.

Шунинг учун, шуларни олдини олиш учун, ҳаётингизда касбий чарчаш провокаторларининг турлари ва кучини аниқ баҳолаш учун биров вақт сарфлаш керак, сўнгра ундан қутулиш йўллари топиш ва қўллаш ёки ҳеч бўлмаганда уни камайтириш керак.

Бу ерда саломатликни сақлаш маданияти муҳим аҳамиятга эга. Баъзан одам нафақат соғлиқни, балки вақтни, пулни ва ҳаётга қизиқишни тежашга имкон берадиган профилактик тиббиёт ўрнига, ўжарлик билан даволанишни бошлашни кечиктиради.

Чарчашни енгил учун воситалар доираси жуда кенг. Бунга оилавий таътил ёки дўстлар билан қизиқарли саёҳатларидан тортиб балиқ овлаш ёки спорт ва курорт, санаторий ёки яхши клиникада махсус қўллаб-қувватловчи терапия курсигача ҳамма нарса мос келади.

Бундан ташқари одам ўзини ўзи фаоллаштиришга, ўз ўзини таҳлил қилишга эътибор бериши керак. Айниқса ёши катта инсонлар учун бу жуда муҳим.

Қуйидаги саволларга жавоб топиши керак:

- 1) сиз охирги пайтларда нима ўқидингиз?
 - 2) сиз бошқалардан кўра яхшироқ нима қила оласиз?
 - 3) қандай қилиб атрофдагиларга фойдали бўлишингиз мумкин?
 - 4) ўзингиз ва ўзингиз учун жавобгарликни қандай ҳис қиласиз?
 - 5) ўтган йили нимани ўргандингиз?
 - 6) одамлар орасида тасодифан нималар ҳақида эркин гапириш мумкин?
 - 7) дўстларингизнинг сеvimли машғулотларини қанчалик яхши биласиз?
 - 8) фарзандларингизнинг сеvimли машғулотларини қанчалик яхши биласиз?
 - 9) суҳбатни давом эттира оласизми?
 - 9) фарзандларингизни қандай муаммолар хавотирга солади?
 - 10) агар сиз ишдан воз кечишингиз керак бўлса, ҳаётингизни нима билан тўлдирган бўлар эдингиз?
 - 11) сизни чиндан ҳам ўзига жалб қиладиган қандай иш қилишни ёқтирасиз, агар бунинг учун сизга пул тўланса нима қилган бўлардингиз?
 - 12) Агар сизнинг қобилиятларингизда ҳеч қандай чеклов бўлмаганида, нима қилган бўлардингиз?
 - 13) Ҳозиргача қилган ишларингизни эслаб, жавоб беринг: қайси фаолият тури, қайси иш ёки қайси шароитда ўзингизни энг аҳамиятли ва қимматли инсон деб ҳис қилгансиз? (Бизни ўзимизни муҳим эканлигимизни ҳис қилдирувчи фаолият - бошқалардан устунлигимизнинг асосий кўрсаткичидир).
- Саволларга берилган жавоблар таҳлили борасида амалиётчи психологлар билан учрашиб туриш ва маслаҳатлашиш мумкин. Ушбу саволларга мунтазам жавоб топиб бориш, инсонни ҳаётга янада қизиқишини кучайтиради, стрессларни камайтиради, фаолликни оширади ва ҳаётини гўзал ва қизиқарли қилади. Демак муаммога психологик ёндашиш – шахсни ўз-ўзини таҳлил қилишга ўргатиш касбий куйинишни олдини олиш ва бартариф этишда муҳим восита бўлиб хизмат қилади.

Фойдаланилган адабиётлар

- 1.Исмагилова Ф. Опыт в нагрузку //Harvard Business Review Россия, 2010, март, стр.75-81.
2. Маслач С., Шауфели В.Б., Лейте А. — «Профессиональное выгорание» // Обзор психологии, 2001, №52, с. 397–422.
3. Маслач С., Джексон С.Е. — «Измерение степени переживаемого профессионального выгорания» // Журнал профессионального поведения, 1981, №2, с. 99–113.
4. А. В. Молокоедов, И. М. Слободчиков, С. В. Удович .*Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности: монография.* Москва Издательство «Левъ» 2018 250 бет.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ НРАВСТВЕННОГО САМОСОЗНАНИЯ ПОДРОСТКОВ

Одилова Н.Г.

доктор философии

по психологическим наукам (PhD),

доцент НУУЗ

Введение. В психологии развитие, становление нравственного сознания, самосознания с позиции целостно-базового, динамического процесса рассматривается с различных точек зрения. В основе концепции морального развития лежит преимущественно абсолютизация когнитивного подхода и пр. Приверженцы теории социального учения акцентируют внимание на то, что индивид усваивает нравственный аспект в целом преимущественно благодаря соответствующему процессу, состоящему из наказаний и поощрений за различное поведение, поведенческие стратегии, а также благодаря подражанию различным ролевым моделям.

Представители когнитивной теории полагают, что формирование и дальнейшее становление нравственного сознания и самосознания имеет определенную стадиальную динамику похожую на этапный процесс когнитивного развития человека. При этом, нравственность соответствующего действия и стратегии поведения в целом преимущественно определяется намерениями, т.е. определёнными мотивами, а не его последствиями.

Методы. Как указывает Е.Г. Кашкарова, элементом нравственного сознания вступает моральное самосознание подростка. Данный, довольно важный компонент придает всем процессам субъектный характер. Как известно, подросток запоминает не только моральные нормы, но и интериоризирует их, применяя в качестве некоего эталонов для оценки поведения окружающих и собственных действий.

Благодаря нравственному самосознанию, подросток в свой повседневной жизнедеятельности оценивает своё поведение, сформированность нравственных качеств и их проявление относительно соответствующей нормы. На этапе перехода к подростковому возрасту происходит открытие человеком своей внутренней жизни, которое тесно связано и скоординировано с внешней деятельностью.

Наиболее ярко нравственное самосознание проявляется в самооценке и осмыслении своих переживаний. Процесс нравственного самосознания проходит в виде отражения этических смыслов Я, которые возникают в результате соотнесения собственных действий человека с мотивами его деятельности. На основании этого в существующих концепциях моральной саморегуляции выделяются два звена: нравственное сознание и представление о себе как о

субъекте деятельности, поведение которого находится в пределах социальных требований.

Взаимодействие этих главных звеньев, которые лежат в основе нравственной саморегуляции, описываются следующим алгоритмом. Человек, как правило, в соответствующем возрасте должен научиться сравнивать свои эгоцентрически-направленные действия с интересами других, выраженные через нравственные нормы, которые представлены в Я-идеальном.

Вместе с тем, еще в раннем возрасте человек не умеет и не стремится овладеть операцией соотнесения своего поступка с идеальным образом себя. Но до тех пор, пока он ею не овладеет, о нравственности как стойкой характеристике личности говорить не приходится (Кашкарова, 2010).

Согласно позиции И.В.Ежова, нравственное становление подростков происходит на основе следующих путей:

формирование социально одобряемого поведения, как правило, вызванного страхом перед наказанием со стороны родителей, осуждением ближайшего значимого окружения, а также интернализации запретов;

развитие эмпатии, на основе которой подростки становятся более чувствительными к другим и проявляют к ним большую заботу.

В связи с этим, нравственное становление в период взросления может характеризоваться неким осложнением, растущей либерализацией ценностных взглядов. У подростков начинают преобладать абстрактные ценностные понятия и взгляды, которые доминируют в кругу сверстников. В этот период целый ряд общественных ценностей (помощь, самопожертвование) временно утрачивают свою значимость. Очень актуальными для подростков становятся такие ценности, как социальный статус, авторитет, экономическая и мировоззренческая самостоятельность, гигиена и внешний вид (Ежов, 2001).

Одним из реальных путей создания проблемной ситуации, по мнению С.С.Белоусовой, вступает демонстрирование взрослым вербального негативного образца. Негативный пример взрослого способствует в целом активизации нравственного самосознания подростков.

Ситуация своеобразного провоцирования заставляет подростка искать веские объяснения необходимости морального поведения. В ситуациях негативного образца взрослого уже нельзя опираться на него как на гаранта и контроллера моральных императивов, это заставляет подростка выйти на более высокий уровень обобщения, апеллировать к факторам второго порядка.

Ситуация столкновения нормы и носителя нормы определяет поиск иных оснований. Противоречивая ситуация позволяет подростку осмыслить значение действия как с точки зрения собственных интересов, так и морального образца. С переходом подростка к решению новой творческой задачи можно говорить о новом этапе овладения нормой, на котором он начинает применять личностные

нормы в своей практической деятельности.

Началом практического использования нормы, первым необходимым шагом вступает планирование собственных действий в мысленном плане. Кроме того, подросток попадает в ситуацию морального выбора только тогда, когда он может осознать, оценить и личностно отнестись к своему предполагаемому действию.

В этом случае он может учитывать личные нормы и использовать их как средство разрешения морального конфликта, творчески планировать должное действие. Таким образом, личностная норма становится и средством анализа ситуации социального взаимодействия, и носителем операционного состава социально одобряемого способа действия, а также регулятором планирования поведения (Белоусова, 2016).

Н.Б.Дрожжин полагает, что становление нравственного сознания в подростковом периоде происходит на основе оценок объективных аспектов человеком своей непосредственной деятельности, в которой, как правило, раскрываются соответствующие индивидуально-психологические особенности. Учёным выделяется, что по своей сущности, процесс становления нравственного самосознания действительно реализуется тогда, когда подросток достигает соответствующего уровня жизненного, психического опыта, позволяющий результативно обеспечить должное познание, оценку морально-психологической позиции.

При этом, активный рост всех структурных компонентов самосознания предопределяет духовный труд подростков в образовании собственных внутренних позиций, в стремлении быть свободным, независимым, ответственным за себя, за свои личные качества, за свои взгляды и способность самостоятельно отстаивать свои убеждения.

Наряду с вышеизложенным, довольно важной вступает точка зрения исследователя, направленная на определение значимости подросткового периода в аспекте формирования и развития способности личности сознательно, а также самостоятельно ставить перед собой те или иные произвольные задачи, быть внутренне организованной, определять направления своих действий (Дрожжин, 2003).

По степени усвоения нравственных знаний Т.П.Днепров предлагает выделять следующие критерии:

у подростков, которые хорошо усвоили нравственные знания и овладели принципами и нормами нравственности, возникает понимание их важности в регуляции поведения;

у подростков с удовлетворительным усвоением нравственных знаний возникает отклонение в их понимании, а потому их знания не являются еще убеждениями;

поведение и нравственные оценки подростков с неудовлетворительным усвоением нравственных знаний часто противоречат принципам и нормам морали.

И хотя природа психологического влияния моральных убеждений на устойчивость нравственного поведения еще недостаточно изучена, доказательством сформированности и действенности моральных убеждений является их действие на поведение индивида, закрепление усвоенных нравственных норм в процессе саморегуляции собственного поведения, обогащение социального опыта, фиксация новых моральных качеств личности (Днепров, 2003).

Важным компонентом нравственного самосознания подростков по мнению И.И.Казимирской выступает ответственность. Психологические особенности проявления ответственности подростка заключаются в способности принять на себя роль ответственного лица за соблюдение социальных норм, в переживании чувства личной причастности к каждой из совершаемых им поступков. Вместе с тем, как правило, старшие подростки недостаточно осведомлены о правовых нормах, регулирующих поведение людей, и не обладают необходимыми формами активного противодействия нарушению их другими людьми.

Очевидно, что ограниченность знаний и жизненного опыта не позволяет подросткам самостоятельно и правильно разбираться во всех разнообразных, сложных и противоречивых жизненных фактах, обстоятельствах, с которыми они встречаются.

Низкий уровень ответственности у подростков связан с заниженной требовательностью к себе, что неизбежно порождает снижение их самокритичности, свободы и личностной ответственности.

Подросток может проявлять ответственность по отношению к себе и быть безответственным по отношению к группе, обществу. И наоборот, может проявлять ответственность перед микрогруппой, но не переживать раскаяния, вины перед самим собой. Автор определяет следующие особенности переживания подростками чувства ответственности:

- осознание личностью подростка общественного содержания требования;
- глубокая убежденность подростка в субъективной и объективной необходимости взаимодействовать в соответствии с общественными нормами поведения;

- осознание себя непосредственным соучастником совместной с другими деятельности;

- понимание неизбежности наказания за безответственность, возложение на себя вины за возможные негативные последствия своего поведения;

- готовность выполнять установленные нормы, порядки, традиции как лучшие и проявление инициативного творческого отношения к ним;

наличие адекватных мотивов и способов поведения в условиях реальной деятельности;

самоконтроль за собственными действиями и поступками (Казимирская, 2001).

Результаты. Формирование нравственного самосознания вступает процессом динамическим. Важным фактором развития нравственного самосознания у подростков является дружеское общение, потому что оно основано на таких нравственных принципах, как верность, постоянство, взаимопонимание, честность и др. У старших подростков эмоционально-нравственные отношения характеризуются осознанностью и действенностью.

Однако данной возрастной категории слабо выражена способность к дифференцировке нравственных чувств.

В своих исследованиях учёный обнаружил, что подростки еще не умеют четко дифференцировать такие чувства, как совесть и стыд. Чувство стыда рассматривается подростками как негативное чувство, возникающее из-за понимания несоответствия собственных действий нормативным ожиданиям окружающих.

Совесть старшие подростки связывают с убеждениями, что могут расходиться с мнением и моральными взглядами своих сверстников несмотря на то, что для них значимой является солидарность с товарищами.

В этом возрасте они уже стремятся преодолевать влияние подростковой среды и способны совершать поступки, руководствуясь совестью. В период взросления возникают внутренние противоречия между действиями, которые вызваны собственной совестью и подростковым негативизмом, точнее, стремлением доказать свою независимость от морали взрослых.

Для того, чтобы подросток вел себя в соответствии с нормами, особенно тогда, когда их соблюдение ведет к отказу от своих личных интересов, он должен видеть альтернативные возможности поведения в определенной ситуации: либо удовлетворить свои интересы в ущерб соблюдению нравственных норм, либо вести себя так, как требует нравственная норма, которая, однако, вступает в противоречие с собственными интересами. Понимание наличия сразу двух возможностей поведения становится первым шагом, который ставит подростка перед необходимостью выбора.

Выбор между должным и недолжным, моральными и аморальными мотивами приводит подростка к состоянию амбивалентности чувств и нравственного конфликта. В связи с этим, нравственный опыт подростков накапливается благодаря их личному участию в нравственном выборе, стремление к которому вступает ведущим моментом роста нравственного самосознания.

Выводы. Таким образом, исходя из вышеизложенного полагается

целесообразным заключить, что проведённый анализ позиций различных учёных относительно становления нравственного самосознания подростков показывает высокую значимость социально-психологического аспекта в этом важном процессе. Большинство исследователей подчеркивают об устойчивой связи становления нравственного самосознания с особенностями воспитательной среды подростков, её нравственной компетентности, специфики развития нравственных чувств и положением человека данной возрастной категории в референтном окружении.

В преобладающем количестве научных работ, преимущественный акцент ставится на исследование отдельных сторон нравственного самосознания подростков и относительно редко наблюдаются попытки их интеграции. Кроме того, в подростковом возрасте увеличивается объем знаний о положительных и отрицательных нравственных качествах человека, растет информированность об соответствующих нормах поведения, формируется система нравственных убеждений. Вместе с тем, как правило, недостаточная осведомленность подростков о роли нравственных норм приводит к их слабой дифференциации.

Список источников

1. Белоусова С.С. Исследование нравственного самосознания подростков. // Вектор науки ТГУ. – 2016. - №1(24). – С. 81-86.
2. Днепров Т.П. Нравственная готовность к профессиональной деятельности будущего педагога. // Гуманизация педагогического образования: Рос.-амер. семинар по пробл. образования: Тез. докл. - Екатеринбург, 2003. - С.30-32.
3. Дрожжин Н.Б. Нравственно развитие как условие становления созидательно активности личности: Методическое пособи. - Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2003. - 116 с.
4. Ежов И.В. Психолого-педагогические условия формирования нравственного самосознания личности. // Вестник РУДН. - 2008. - № 4. - С. 74-78.
5. Казимирская И.И. Нравственно-эстетическое развитие подростков. Минск: Нар.асвета, 2001. - С. 43-54.
6. Кашкарова Е.Г. Формирование нравственной позиции современных подростков. // Приволжский научный журнал. - 2010. - №1. - С. 226-230.

Психологические особенности восприятия компьютерной графики при изучении иностранного языка

*НПУУз, имени Низами
Соискатель кафедры
Практической психологии Озодходжаева А. У.*

В настоящее время в психологии проблема повышения эффективности изучения иностранного языка приобретает большое значение в связи с растущими высокими требованиями к качеству знаний, умений и навыков, предъявляемым к выпускникам учебных заведений. В системе школьного и особенно вузовского образования язык занимает, как известно, особое место.

Это объясняется той важной ролью, которую он играет в жизни людей. Иностранный язык дает возможность человеку свободного приобщения к истории, культуре, искусству другого народа, другой страны. Он обеспечивает непосредственные контакты с людьми, говорящими на этом языке.

Владение иностранным языком - это эффективный путь самостоятельного повышения профессиональной квалификации человека при помощи неограниченного чтения литературы. Так же следует обратить внимание на роль восприятия в обработке вербальной информации, т.к. восприятие текста является сложным многоплановым процессом, от которого зависит дальнейшая обработка текста. Кроме того, произошло изменение в отношении к чтению.

По мнению А.Е. Войскунского, чтение заменяется селекцией, поиском информации. Реципиент, получая огромное количество различной информации, вынужден быстро ее обрабатывать. Часто при чтении через компьютерную графику реципиент не имеет возможности глубоко вчитываться в текст, но при этом он находит и получает нужную информацию. Каким образом происходит первичная обработка текста, на что обращает внимание реципиент при восприятии текста — это исследовательские вопросы, которые требуют специального изучения.

Общая цель изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики является комплексной, включающей в себя практическую коммуникативную, образовательную и воспитательную цели, которые находятся в тесном взаимодействии с задачей подготовки высококвалифицированных специалистов.

На сегодняшний день коммуникативная цель изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики является ведущей. Эта цель осуществляется путем формирования у учащихся необходимых языковых и речевых умений в чтении, аудировании, говорении и письме, как видов речевой деятельности.

Процесс порождения речевого высказывания проходит сложный путь от момента формирования мотива и коммуникативного намерения к стадии общего замысла, затем во внутренней речи замысел (программа) начинает

трансформироваться в целостный, связный текст. Важно подчеркнуть мысль о первичности синтаксиса в процессе формирований высказываний, подтвержденной опытами А. Р. Лурия [2]. На заключительных стадиях речепорождения происходит грамматическое структурирование и отбор конкретной лексики, после чего реализуется артикуляция.

Большой научный интерес представляют собой психологические закономерности, механизмы, факторы, влияющие на особенности формирования речевого высказывания.

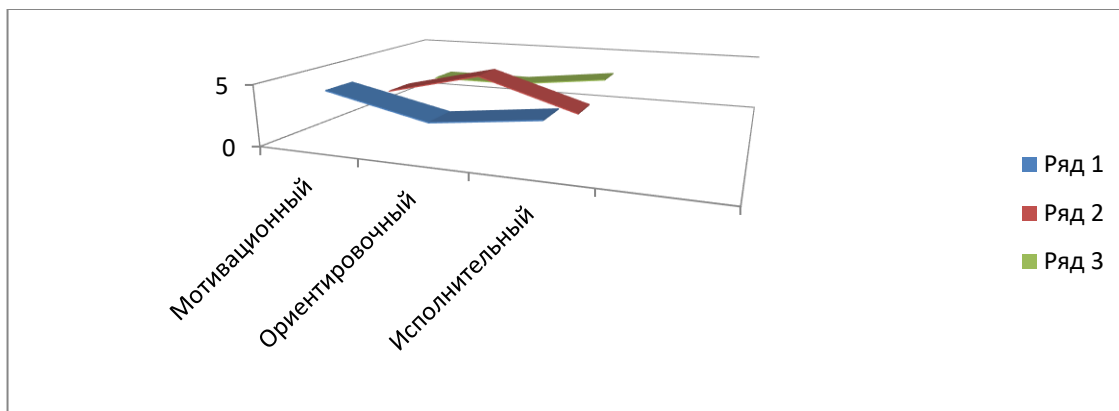
В немногочисленных работах по психологии изучению иностранного языка экспериментально выявлена роль психологического содержания учебной мотивации в процессе формирования речевого высказывания, изучены параметры речевого высказывания: опора на предложенные суждения, выход за пределы исходного текста, частота употребления местоимения «Я», эмоциональная окрашенность содержательной стороны речевого высказывания, которые косвенно свидетельствуют о доминировании внутренней или внешней мотивации (Савонько Е. И., Хизроева З. М.)

Роль установки как состояния психологической настройки на восприятие определенного предмета, явления, ситуации изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики является под специфическим углом зрения привлекает внимание исследователей в разных областях психологии.

В психолингвистике подчеркивается роль установки в формировании речевого высказывания на уровне коммуникативного намерения. Особо важную роль играет смысловая установка, при изучении иностранного языка с помощью компьютерной графики является фактором определяющим пристрастное отношение личности к объектам, имеющим личностный смысл.

В нашем исследовании предпринимается попытка экспериментального исследования влияния изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики как установки субъекта учебной деятельности на особенности отбора лексических единиц, грамматических конструкций и общую модальность восприятия иностранного языка.

Как известно, всякая деятельность человека и его речевая деятельность в частности определяется трехуровневостью или трехфазностью своего строения так же как в восприятии трехмерного измерения в компьютерной графике. В него входят: мотивационно-побудительный, ориентировочно-исследовательски и исполнительный уровни и в то же время в этой структуре выделяются предметный и операциональный уровни деятельности.



1-диаграмма. Трехфазное строение речевой деятельности

Учет особенностей каждого из них и целенаправленность их организации являются специальными задачами при изучении иностранного языка с помощью компьютерной графики [1, 2, 3].

Первый уровень речевой деятельности представлен сложным взаимодействием потребностей, мотивов и цели речевого действия как будущего его результата. По содержанию этот уровень деятельности — потребностно-мотивационно-целевой. По функции — побудительный. Как уже отмечалось выше, деятельность побуждается целой совокупностью мотивов - внутренних и внешних.

Для данного плана анализа нам важно отметить прежде всего ее внутренний мотив. В качестве такового и речевой деятельности выступает познавательно-коммуникативная потребность учащегося, «нашедшая» себя в предмете этой деятельности - ее смыслом, предметном содержании.

Напомним, что, согласно теории А. Н. Леонтьева, потребность, «находя» себя в предмете деятельности, становится ее внутренним мотивом. Таким образом, внутренний мотив деятельности входит в саму структуру, строение деятельности, определяя и направляя ее.

В связи с этим перед учителем, прежде всего, возникает задача создания, поддержания и повышения внутренней мотивированности обучения речевой деятельности на иностранном языке.

Выполнение этой задачи предполагает создание ситуации, стимулирующей возникновение и развитие коммуникативно-познавательной потребности учащегося высказать или принять мысль на изучаемом языке с какой-то определенной целью, например, научиться общаться, познакомиться с культурой, историей народа и т. д.

В то же время такое определение внутреннего мотива речевой деятельности предполагает, что сам учитель иностранного языка должен организовать интересный, удовлетворяющий коммуникативно-

познавательную потребность учащихся предмет деятельности (т.е. смысловое содержание темы, ситуации, проблемы), который личностью значим для них, эмоционально не нейтрален и т. д. Напомним в этой связи еще раз положение Л. С. Выготского о психологической природе мотива, его связи со всей личностью говорящего, с его эмоциями и волей, с его мыслью, которая сама возникает в силу разных мотивов. «Сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наше влечение и потребности, наши интересы и побуждения, наши аффекты и эмоции. За мыслью стоит аффективная и волевая тенденция.

Только она может дать ответ на последнее «почему» в анализе мышления. Если мы сравнили бы мысль с нависшим облаком, проливающимся дождем слов, то мотивацию мысли мы должны были бы, если продолжить это образное сравнение, уподобить ветру, приводящему в движение облака. Действительное и полное понимание чужой мысли становится возможным только когда мы, вскрываем ее действенную, аффективно-волевою подоплеку» [2].

Второй уровень речевой (как и любой другой) деятельности ориентировочно-исследовательский (или аналитико-синтетический) по функции и по механизму. По содержанию почти предметный план деятельности. Он включает в себя исследование условий деятельности, выделение предмета, привлечение средств, орудий деятельности и т. д. Так, в частности, на этом уровне речевой деятельности реализуется отбор средств и способов формирования и формулирования собственной или чужой (заданной извне) мысли в процессе речевого общения. Это уровень планирования, программирования и внутренней языковой организации предметного, содержательного.

Третий уровень всякой деятельности исполнительный, реализующий. Этот уровень речевой деятельности может быть внешне выраженным и внешне не выраженным. Так, например, исполнительный уровень слушания внешне не выражен, тогда как исполнительная, моторная часть деятельности говорения очевидна - она внешне ярко выражена в артикуляционных движениях говорящего.

Выбор способа формирования и формулирования мысли зависит от самого субъекта его деятельности и культурно-исторических традиций языковой особенности при изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики.

Список литературы:

1. Абдуллаева Асилахон компьютерная графика как современнйй опыт в развитии личности. France international scientific-online conference: "SCIENTIFIC APPROACH TO THE MODERN EDUCATION SYSTEM" PART 2, 5th MARCH. Стр.118
2. Абдуллаева А.У . Развитие компьютерной графики на современном этапе. EURASIAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES, PHILOSOPHY AND CULTURE. Volume 2 Issue 5, May 2022. стр 202.SOCIAL
3. Жинкин Н.И. Язык. Речь. Творчество. - М., 2008. 360 с
4. Зимняя И. А. Психология обучения иностранным языкам в школе. - М., 2001, 219 с.
5. Ляудис В.Я., Негурэ И. П. Психологические основы формирования письменной речи у младших школьников. - Кишинев, 2000.

STEAM – ОБРАЗОВАНИЕ КАК ИНТЕГРАТИВНАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

*Рафикова Рената Анатольевна,
Старший преподаватель кафедры «Креативная педагогика и психология»
Наманганского государственного педагогического института*

Термин «интеграция» происходит от латинского слова, означающего восстановление или объединение частей в единое целое. При этом речь идет не о простом механическом соединении, а о глубоком взаимопроникновении и взаимодействии элементов. Концепция интегративного обучения, которая лежит в основе STEAM-образования, не возникла внезапно в конце XX века. На протяжении истории развития общества многие мыслители и педагоги обращались к идеям объединения знаний из разных областей, формируя тем самым основы интегративных педагогических подходов.

Одним из значимых философов, внесших вклад в становление идей, близких к STEAM-образованию, был Рене Декарт. В своей работе по методологии науки «Правила для руководства ума» он отмечал тесную взаимосвязь между различными науками, подчеркивая, что изучать их по отдельности менее эффективно, чем рассматривать их в совокупности. По мнению Декарта, для глубокого понимания истины необходимо обращаться ко всем наукам одновременно, поскольку они взаимозависимы.

Ян Амос Коменский, основоположник пансофизма и автор фундаментальных педагогических трудов, неоднократно акцентировал внимание на важности диалога между различными дисциплинами и способами познания мира. Его идеи пансофизма, опередившие свое время на несколько столетий, можно рассматривать как прообраз междисциплинарного подхода к знаниям.

В период эпохи Возрождения в педагогике наблюдалась тенденция к размыванию границ между так называемыми «свободными» искусствами (такими как грамматика, риторика, логика, арифметика, геометрия, астрономия и музыка) и «механическими» искусствами, включающими архитектуру, живопись, медицину, торговлю, кораблестроение и ремесла. Педагоги эпохи Просвещения, в частности И.Г. Песталоцци и Ж.-Ж. Руссо, в своих трудах акцентировали внимание на единстве различных наук и подчеркивали значимость междисциплинарных связей для эффективного обучения.

В педагогической мысли конца XVII–XIX веков получил распространение новый подход к обучению, основанный на принципе взаимосвязанности всех знаний — «всё есть во всём». Этот принцип способствовал значительным открытиям в естественных науках: такие ученые, как М.В. Ломоносов, И. Ньютон, И. Кеплер, Б. Паскаль и Э. Торричелли, исследовали природу именно на пересечении различных научных дисциплин. Американский философ и педагог Джон Дьюи, один из ключевых мыслителей XX века, подчеркивал важность научной и технической грамотности как основы общей образованности, отмечая, что практическое применение науки выражается в многочисленных изобретениях, появившихся благодаря глубокому пониманию природных законов.

Период XVII века ознаменовался началом процесса дифференциации наук в истории естествознания, который продолжался на протяжении нескольких столетий и характеризовался чётким разграничением предметов исследований. Однако, начиная с конца 1970-х годов XX века, в естественных науках стали проявляться новые тенденции, противоположные дифференциации — процесс интеграции различных дисциплин.

Со временем эта тенденция значительно усилилась. Повышенный интерес к объединению научных направлений связывают с достижениями в области биотехнологий, а также с появлением и развитием синтетических наук, которые рассматривают мир и общество как сложные системы с множеством взаимосвязей и влияний.

Данные направления и соответствующие им технологии способствуют формированию инновационных отраслей производства и новых профессий, особенно в сферах STEM (наука, технология, инженерия и математика). В книге «Future Shock» Э. Тоффлер отметил, что неграмотными в XXI веке будут не те, кто не умеет читать и писать, а те, кто не способен к постоянному обучению, переобучению и адаптации. Такие качества, как креативность, любознательность и дизайн-мышление, приобретают всё большее значение для будущей рабочей силы.

Цели образования эволюционируют вместе с изменениями в обществе. В настоящее время мы находимся на этапе перехода, когда педагоги разрабатывают

и тестируют новые образовательные технологии и методы, отвечающие современным экономическим, социальным и экологическим вызовам.

STEM-образование на протяжении более двух десятилетий занимает значимое место в педагогической науке и постепенно расширяет своё влияние в различных регионах. Главной целью данной интегративной педагогической технологии является формирование ключевых компетенций, востребованных в XXI веке. Активное развитие STEM-образования обусловлено необходимостью отвечать на современные вызовы, среди которых можно выделить:

- поиск новых факторов для повышения конкурентоспособности национальных экономик и укрепления позиций в сфере инноваций;
- изменение требований к квалификации работников со стороны бизнеса и высокотехнологичных отраслей производства;
- решение актуальных социальных задач.

Изначально аббревиатура STEM не отражала интегративного характера образования и имела иной порядок букв (например, SMET или METS), а возможны были и другие варианты. Однако в 2001 году была установлена современная форма STEM, которая получила широкое распространение. В дальнейшем в рамках этого направления сформировались производные концепции, обозначаемые как STEM+, которые акцентируют внимание на дополнительных областях и видах деятельности.

Наиболее популярными из них являются STEAM — включающая искусство (Art) вместе с наукой, технологиями, инженерией и математикой, а также STREM — где добавляется робототехника (Robotics). Эти расширенные подходы позволяют обучающимся достигать более высоких результатов за счёт комплексного развития навыков и творческого потенциала.

С учётом современных требований оптимальным считается использование аббревиатуры STEAM, поскольку искусство играет важную роль в подготовке специалистов, способных эффективно работать в условиях быстро меняющегося мира. В таблице 1. Представлена сравнительная характеристика STEM- и STEAM-подхода в образовании по ряду признаков.

Таблица 1. Сравнительная характеристика STEM- и STEAM-подхода в образовании

Сравниваемые признаки	STEM	STEAM
Цель	Приоритет в освоении естественных наук, технологий, инженерии и математики	Освоение естественных наук во взаимосвязи с искусством
Сущность	Интеграция естественных наук, математики, инженерии и	Интеграция естественных наук, математики, инженерии,

	технологий	технологий и искусства
Направленность образовательной деятельности	Развитие навыков критического мышления в процессе проблемного обучения	Развитие творческого мышления в процессе практико-ориентированного обучения

Рассмотрим содержание ключевых компонентов аббревиатуры STEAM в аспекте межпредметных связей, проявляющихся в образовательном процессе.

Science (естественные науки) представляет собой совокупность дисциплин, изучающих природу, явления и закономерности, присущие окружающему миру человека. Эти науки обеспечивают точное и обоснованное знание о реальных и потенциальных объектах во Вселенной. В разные исторические эпохи доминировали различные направления естествознания, оказывавшие значительное влияние на развитие как самой науки, так и смежных областей знаний.

Так, в XVII–XVIII веках ведущей была механика; в XIX столетии — химия, физика и биология; в первой половине XX века — физика; а во второй половине XX века — химия, физика и биология. В настоящее время наблюдается не только преобладание отдельных наук или их групп, но и их интеграция, что связано с углублением связей между естественными науками и производственной сферой, а также с их направленностью на решение актуальных социальных задач.

Technology (технология) определяется как процесс создания инноваций или преобразования природной среды для удовлетворения потребностей и желаний человека. На протяжении всей истории человечество разрабатывало разнообразные технологические решения, направленные на улучшение условий жизни. Современные технологии во многом базируются на достижениях естественных наук и инженерии, а технические средства находят применение как в научных исследованиях, так и в практической деятельности.

Инженерия (Engineering) представляет собой комплекс технических консультационных услуг, связанных с разработкой, планированием и оптимизацией производственных процессов, а также обеспечением их эффективного функционирования и реализации продукции. Это умение воспринимать окружающий мир как сложную систему, проектировать ее компоненты и управлять ими.

Инженерный подход характеризуется системностью и зачастую итеративностью при создании объектов, процессов и систем, направленных на удовлетворение человеческих потребностей. Инженерия объединяет знания о дизайне и создании продуктов, рассматривая процесс решения задач как творческий дизайн в условиях различных ограничений, среди которых ключевую роль играют законы природы. В своей деятельности инженерия опирается на

достижения естественных наук, математики и технологические инструменты, а также использует элементы искусства в процессе проектирования.

Искусство (Art) — это способ выражения и интерпретации различных форм коммуникации, включая музыку, изобразительное искусство и другие виды творческой деятельности. Искусство выступает как особая форма освоения мира человеком, способствующая развитию творческого потенциала и преобразованию как внешней среды, так и самого себя.

Математика (Mathematics) — наука, изучающая количественные отношения и пространственные структуры реального мира. В отличие от естественных наук, где теории могут изменяться или заменяться, математические знания сохраняют свою актуальность до тех пор, пока не меняются базовые аксиомы. Математика служит фундаментом для естественных наук, инженерии, технологий и искусства.

Таким образом, дисциплины STEAM совместно исследуют объективную реальность с целью удовлетворения разнообразных потребностей человека — как материальных, так и духовных. Образовательная концепция STEAM ориентирована на комплексное изучение природных явлений в их взаимосвязи, а также на анализ того, каким образом технологии преобразуют окружающую среду для удовлетворения разнообразных потребностей человека.

Фундаментальная идея STEAM-образования заключается в объединении естественных наук и технологий, основанных на математических принципах, которые дополнительно интерпретируются через призму искусства и инженерных практик.

STEAM представляет собой не просто совокупность отдельных дисциплин, а целостную педагогическую модель, направленную на формирование компетенций посредством изучения предметов через призму реальных жизненных ситуаций. Такой подход способствует целостному восприятию мира учащимися, преодолевая традиционные разделения между научными и техническими областями знаний.

Он обеспечивает интеграцию учебного материала, где академические концепции рассматриваются в контексте практического применения. Главная задача данного метода — установить прочные связи между образовательным процессом, обществом, профессиональной деятельностью и глобальными вызовами, что способствует развитию STEM-грамотности и повышению конкурентоспособности в условиях мировой экономики.

Таким образом, STEAM-образование можно рассматривать как междисциплинарную педагогическую стратегию, направленную на формирование ключевых компетенций XXI века. В его основе лежат проблемно-ориентированные, исследовательские и практические методы обучения, которые готовят обучающихся к решению разнообразных задач в условиях быстро

меняющегося мира. В связи с этим особое значение приобретает подготовка педагогов, способных эффективно внедрять STEAM-подход в образовательный процесс.

Использованная литература

1. Марчукова С.М. Развитие идеи пансофийности в педагогических трудах Я. А. Коменского / С. М. Марчукова // Человек и образование. – 2013 – № 4 – С. 170–173.
2. Сологуб Н.С. Steam-образование: сущность и анализ идеи в исторической ретроспективе / Н.С. Сологуб, Е.Я. Аршанский // Вестник Белорусского государственного педагогического университета. Серия 1 Педагогика. Психология. Филология. – 2020 – № 2(104). – С. 15-18.
3. Хумарова И.В. Интеграция, межпредметные связи в школьных курсах географии при традиционной и инновационной системах обучения /И.В.Хумарова.–URL: <https://urok.1sept.ru/articles/212779>
4. STEM-подход в образовании: идеи, методы, перспективы / Т. Водолажская [и др.] // Репозиторий БГПУ. – URL: <http://elib.bspu.by/handle/doc/41934> (дата обращения: 24.08.2025)
5. Рената Анатольевна Рафикова Анализ преимуществ и ограничений методологии STEMобразования // Science and Education. 2025. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-preimuschestv-i-ogranicheniy-metodologii-stemobrazovaniya> (дата обращения: 03.09.2025).

АГРЕССИВНОСТЬ КАК ПРОБЛЕМА ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ

*Расулова Феруза Файзуллаевна
доктор философии по психологическим наукам (PhD)
доцент кафедры «Психология религии и педагогика»
Международная академия исламоведения Узбекистана*

SS

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для педагогов и психологов, но и для общества в целом. Особенно важным изучение агрессивности является в младшем школьного возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще можно предпринять своевременные корректирующие меры.

Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

На первом этапе работы с ребенком, важно понять, с чем именно мы имеем дело — действительно с агрессивными проявлениями как отклонениями,

требующими коррекционного вмешательства, или с возрастными особенностями его поведения. Психологу необходимо обратить внимание на следующие моменты.

Детей 6-7 лет отличаются повышенной эмоциональностью. Их эмоционально-волевая и познавательная сферы окрашены сильными переживаниями. Дети еще не умеют сдерживать свои чувства, контролировать их проявление. Они очень непосредственны, откровенны в выражении радости, горя, печали, страха, удовольствия или неудовольствия.

Младшие школьники отличаются большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений, склонностью к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям чувств.

И только с годами развивается способность их регулировать, сдерживать нежелательные проявления. Наличие признаков импульсивного поведения у младших школьников является возрастной особенностью. В силу своего эгоцентризма ребенок заботится только об удовлетворении своих потребностей. Разумеется, поведение ребенка может в большей или меньшей степени отклоняться от нормального. Незначительные отклонения есть у всех детей. В различные периоды жизни появляется или исчезает стремление к отклоняющемуся поведению. Специалисты говорят даже о наличии сензитивных, то есть наиболее благоприятных периодов для его возникновения.

Они стремятся к самоутверждению среди сверстников, им свойственна конформность. В то же время огромное значение для развития их личности приобретают мотивы установления и сохранения положительных взаимоотношений с другими детьми. Получение положительных эмоций — первейшая человеческая потребность. Поэтому желание ребенка заслужить одобрение и симпатию сверстников является одним из основных мотивов его поведения.

В младшем школьном возрасте потребность в признании проявляется двояко: с одной стороны, ребенок хочет «быть как все», а с другой — «быть лучше, чем все». Данная потребность выражается в готовности быстрее и лучше выполнить задание, правильно решить задачу, написать или выразительно прочесть текст. Однако стремление к самоутверждению в том случае, если ребенок не способен или затрудняется выполнять то, что от него ожидают (в первую очередь это касается его успехов в школе), может стать причиной проблем в его поведении.

Очень часто агрессивные проявления, необоснованные своевольные выходки с целью обратить на себя внимание, «взять верх» над взрослыми, становятся, по существу, примитивными асоциальными формами поведения. В данную категорию, как правило, попадают дети, неуспешные в школе или чрезмерно избалованные родителями, либо те, на которых обращают мало

внимания, или же ослабленные, безынициативные, отстающие от сверстников. Во всех случаях такие дети не могут удовлетворить стремление к самоутверждению другими путями и избирают инфантильный бесперспективный способ обратить на себя внимание. Подобные особенности могут обнаруживаться в поведении ребенка со скрытыми еще акцентуациями в развитии личности, что в дальнейшем может проявиться в подростковом возрасте в асоциальном поведении.

Одной из игровых форм в этом возрасте являются «игры-потасовки». И.А. Фурманов (2007) выделяет такую игровую форму поведения младших школьников, как «игры-потасовки». Они особенно популярны у мальчиков и, как правило, сопровождаются ударами, преследованием друг друга, борьбой, что подчас сильно раздражает родителей и педагогов.

Однако такое поведение едва ли можно признать агрессивным. Во-первых, подобная «возня» детей — это всего лишь форма игры, и, как всякая игровая активность, она является добровольной и приносит удовольствие. Кроме того, если бы ребенку это было неприятно и причиняло страдания, он скорее всего стремился бы избежать общения с агрессором, а не затевал с ним очередную «кучу малу». Во-вторых, игры-потасовки способствуют развитию у детей определенных позитивных функций, например двигательных способностей, навыков социальной аффилиации и сотрудничества, умения совместно решать проблемы и пр.

В-третьих, хотя игры-потасовки и являются очень распространенной формой выражения детской агрессии, они обычно не мотивированы желанием умышленного нанесения ущерба партнеру. В-четвертых, ребенок с ярко выраженной агрессией и стремлением обидеть другого со временем лишается возможности участвовать в играх-потасовках, так как в большинстве случаев дети начинают избегать его. Психологической основой таких игр является желание повеселиться, разрядиться, реализовать те потребности, которые блокированы в реальной жизни.

Все перечисленные возрастные особенности необходимо учитывать при проведении диагностического обследования. И, если проявления агрессии у ребенка являются единичными, не повторяются часто в различных сферах жизни и соответствуют представленным выше параметрам, то психологу нужно предоставить педагогам, либо родителям грамотные рекомендации по взаимодействию с ребенком в данном возрасте, но не обсуждать вопрос наличия у ребенка отклонений.

Диагностические методы определения причин агрессии для дети. Наблюдение за невербальным поведением ребенка и за поведением ребенка в игре Н.В.Клюевой и Ю.В.Филипповой; Тест определения особенностей межличностных отношений Рене Жиля; Тест Розенцвейга для изучения

особенностей поведения ребенка в конфликтных ситуациях; Тест «Руки» (Hand – Test); Тест «Сказка» Э.Дюсс

Для родители: Тест «АСВ»; Анкета для выявления эмоционально-личностных проблем детей. Хельбрюгер Т.; Тест «Руки» (Hand – Test)

Использованная литература:

1. Rasulova F. F. Characteristics of principal ways and methods of correction of aggressive behavior among teenagers //Theoretical & Applied Science. – 2016. – №. 9. – С. 173-176.
2. З.Т.Нишоновна, Н.А.Аскарлова, Ф.Ф.Расулова. Диагностика и психокоррекция детей с агрессивным поведением. Ташкент-2011.
3. Ф.Расулова, С.Абдумаликова. Оилавий муносабатларнинг шахс ривожланишига ижтимоийпсихологик таъсир. «Ислом тафаккури» журнали махсус сон. 2020 й
4. Ф. Ф. Расулова. Психокоррекционные работы практического психолога с агрессивным ребёнком //Science And World. – 2013. – С. 97.
5. Ф. Ф. Расулова. Дифференциально-психологические особенности агрессивности у подростков //Наука и мир. – 2020. – Т. 2. – №. 4. – С. 87-90.

ВОЗРАСТНЫЕ И СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ

Рахмонова Дилноза Уктамовна
Республики Узбекистан,
преподавателя Навоийского государственного университета

Введение: В отношениях с внешней средой человек отвечает на потребность понимать чувства, эмоции, потребности других людей. Способность признавать свои и чужие чувства и "опыт," способность сопереживать позволяет человеку быть счастливым и успешным человеком, быстро взаимопонимать с другими, учитывать их интересы, потребности, умело разрешать конфликты. Важная роль в социальной сфере и личной жизни определяется уровнем развития эмоционального интеллекта.

Не будет преувеличением сказать, что эмоциональный интеллект - это тип интеллекта, ответственный за распознавание личных эмоций и эмоций других людей. Чувства играют важную роль в жизни человека и по-разному влияют на его психическое и психологическое здоровье, на его деятельность.

Чувства - это вид личного субъективного отношения человека к окружающей действительности и к самому себе, которые сами по себе являются

жизненными ценностями.

Важно не только уметь понимать свои чувства и эмоции, но и уметь их переживать, выражать, а также уметь ими управлять, от эмоционального состояния человека зависит его здоровье, его психофизиологическое благополучие.

До сих пор многие специалисты в этой области изучали ряд аспектов развития эмоционального интеллекта у подростков и его теоретических основ в своих научных исследованиях. В современной психологии существует множество отдельных видов общего интеллекта, это: практический интеллект (Р. Стернберг), социальный интеллект (Э. Торндайк), эмоциональный интеллект (Ж. Мейер, П. Селовей), адаптивный интеллект (С. Берт, Д. Уотсон), эффективный интеллект (Р. Пеллегрини, М. Политис), профессиональный интеллект (М. Смулсон), по которым проводились исследования. [4, с. 98]

Различные аспекты проблемы формирования когнитивного и эмоционального интеллекта в школе изучали российские ученые: Ю.К.Бабанский, В.Ф.Башарин, В.Б.Бондаревский, В.Г.Иванов, И.Я.Ф.К.Савина, Г.И.Щукина и другие.

В психологии существует несколько теорий, касающихся эмоционального интеллекта: теория эмоциональной компетентности Д.Големана; Теория эмоциональных и интеллектуальных способностей Дж.Майера, П.Селовей, Д.Карузо; Некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она; Двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта Д.Люсина. В следующих теориях научно обосновано, что важной особенностью эмоционального интеллекта является совокупность способностей понимать и управлять своими эмоциями, понимать и контролировать эмоции других людей.

Цель исследования: определить значение эмоционального интеллекта в общении у подростков.

Анализ теорий по вопросу эмоционального интеллекта позволил сформулировать этапы его реализации. Физиологические (тип осведомленности, естественные предпосылки для эмоциональной возможности); общепринятые (успешные отношения с эмоциональной точки зрения, самосознание, гендерная идентичность, формирование эмоциональных навыков и знаний). Ученые выдвинули 4 компонента ЭИ

- эмоциональное восприятие - способность выявлять чувства других людей и распознавать личные эмоции;
- использование эмоций для стимулирования мыслительного процесса
- использование творческих возможностей своей личности, умение использовать эмоции как мотивационный компонент;
- выявление эмоций - способность определить происхождение определенного чувства, сформировать отношения между идеями и чувствами,

предвидеть возникновение эмоциональных цепей через определенный промежуток времени;

- эмоциональная регуляция - способность осуществлять контроль над личными чувствами и эмоциями других людей, направлять полученную информацию на достижение конкретных целей.

Развитие эмоционального интеллекта приобретает особую значимость и актуальность в школьном возрасте, поскольку существует эмоциональное формирование детей, развитие самопознания, понимание их чувств и потребностей других. Вначале уровень сформированности эмпатии у детей недостаточен - эмоциональная чувствительность, уровень эмпатии, способность выражать свои чувства.

В процессе развития ребенка до совершеннолетия происходит множество изменений, включая изменения в эмоциональном интеллекте, этот период понимается как "детство" - интенсивный рост организма и формирование умственных функций и основных жизненных ценностей человека⁸¹.

Подростковый возраст - это период, когда межличностное общение особенно важно и приобретает статус ведущего вида деятельности. Эффективная реализация всех компонентов общения (общение, взаимодействие, восприятие) в основном основана на эмоциональном интеллекте - способности человека признавать свои чувства, адекватно выражать их и воспринимать чувства партнера по общению, включать эту информацию в общий контекст. [1, с. 254]

Большой вклад в изучение кризисного возраста внес и немецкий психолог Шпрангер, опубликовавший издание "Психология подросткового возраста," которое не утратило своего огромного значения и по сей день. Ученый определил, что возраст кризиса формируется в возрасте от 14 до 21 года для мальчиков и от 13 до 19 лет для девочек. Начальный этап фиксированного времени - от 14 до 17 лет. Это связано с кризисом, структурой которого является избавление от детской зависимости.

По мнению Л.А.Регуша, пик эмоциональной нестабильности у подростков приходится на 11-13 лет, а у девочек - на 13-15 лет. Исходя из этого мнения, 13 лет можно считать возрастом эмоциональной нестабильности для обоих. Это характеризуется наличием трудностей в общении и взаимоотношениях между подростками и взрослыми. По наблюдениям учителей, в 13 лет поведение учащихся часто нарушается. Они также выделяют своеобразный ажиотаж у 13-летних детей: например, они считают чужие заботы смешными, плохо обращаются с пожилыми и инвалидами и т. д. [8, с. 78]

На основе результатов эмпирического исследования, проведенного

⁸¹Егоров И. А. Влияние уровня эмоционального интеллекта руководителей организации на выполнение управленческих функций дис. канд. псих. наук. - Москва, 2006. - 119с.

А.Я.Чебикиным и И.Г.Павловой, были определены этапы развития эмоциональной зрелости в подростковом возрасте.

1. 11-13 лет. Эта стадия характеризуется ослаблением самоконтроля и эмпатии, но не усилением экспрессивности, а превращением в доминирующую эмоциональную зрелость. К концу этого периода он снижается, в результате чего все компоненты стабилизируются и подростки более адаптируются к своему эмоциональному состоянию.

2. 14-15 лет. Продолжается снижение уровня экспрессивности и формируется произвольная эмоциональная саморегуляция. Отмечается, что существенных гендерных различий в уровне эмоциональной зрелости нет, но на этом этапе девочки развивают больше эмпатии, желание понять чувства партнера, в то время как мальчики уделяют внутреннее внимание регулированию своих эмоций.

3. 16-17 лет. Наблюдается повышение эмпатических качеств, снижается эмоциональная саморегуляция. Улучшение личного эквалайзера происходит в этот период⁸².

Если рассматривать подростковый возраст с точки зрения эмоциональных проявлений в целом, он может характеризоваться сильными склонностями, дисбалансом, возбудимым поведением и моральной пустотой. Все это выражается в капризах и неконтролируемом поведении.

В подростковом возрасте ведущей деятельностью является личное интимное общение. Ведущей деятельностью в подростковом возрасте является учеба, общение и трудовая деятельность. Основная задача общения в подростковом возрасте - выявление и овладение элементарными нормами дружбы, товарищества. Главная особенность общения подростков заключается в том, что это волокно подчиняется кодексу товарищества. Общение подростков со сверстниками имеет первостепенное значение. Подростки ставят дружбу, товарищество и взаимопомощь превыше всего.

Объекты и методы исследования. Мы поставили перед собой цель диагностировать эмоциональный интеллект у подростков с помощью следующих методик. Это: мы использовали тест определения общения В.Ф.Ряховского.

Результаты и их обсуждение : В качестве объекта нашего исследования были выбраны учащиеся-подростки общеобразовательной школы № 234 Алмазарского района города Ташкента.

⁸².Лобанов А.П., Коптева С.И., Ткачук О.А. Интеллект и личностный рост: Учеб. пособие. – Минск: БГПУ, 2015. – 128 с



Рисунок 1. В нашем исследовании приняли участие 52% 15-летних подростков и 48% 16-летних подростков.

Таблица 1

Возрастные различия данных (по Роджерсу и Даймонд)

Шкалы	Возраст	N	Средний ранг	Сумма рангов	U	Уровень доверия
Адаптация	15	6 2	69,40	4233,50	,282 -	,778
	16	4 2	71,35	5636,50		
Дезадаптация	15	6 2	73,88	4506,50	,866 -	,387
	16	4 2	67,89	5363,50		
Подделка	15	6 2	68,45	4175,50	,526 -	,599
	16	4 2	72,08	5694,50		
Самопринятие	15	6 2	65,02	3966,00	1,407 -	,159
	16	4 2	74,73	5904,00		
Самоотрицание	15	6 2	70,81	4319,50	,080 -	,936
	16	4 2	70,26	5550,50		
Принять других	15	6 2	75,11	4582,00	1,186 -	,236
	16	4 2	66,94	5288,00		
Не принимать других	15	6 2	67,11	4093,50	,872 -	,383
	16	4 2	73,12	5776,50		
Эмоциональный комфорт	15	6 2	75,21	4588,00	1,212 -	,225
	16	4 2	66,86	5282,00		
Эмоциональный дискомфорт	15	6 2	69,79	4257,00	,183 -	,855
	16	4 2	71,05	5613,00		
Внутренний контроль	15	6 2	69,40	4233,50	,282 -	,778
	16	4 2	71,35	5636,50		
Внешний контроль	15	6 2	79,25	4834,00	2,244 -	,025*
	16	4 2	63,75	5036,00		

Приоритет	15	6 ²	71,64	4370,0 ⁰	-,293	,770
	16	4 ²	69,62	5500,0 ⁰		
Последовательность	15	6 ²	69,84	4260,5 ⁰	-,169	,866
	16	4 ²	71,01	5609,5 ⁰		
Эскапизм (избегание проблем)	15	6 ²	70,92	4326,0 ⁰	-,108	,914
	16	4 ²	70,18	5544,0 ⁰		

При анализе результатов по методике Роджерса и Даймонда достоверных различий по шкале Приспособленности не наблюдалось ($U=-,282;p>0,05$), достоверных различий по шкале Неприспособленности не наблюдалось ($U=-,866;p>0,05$), достоверных различий по шкале Ложности не наблюдалось ($U=-,526;p>0,05$), достоверных различий по шкале Самопринятия не наблюдалось ($U=-1,407;p>0,05$), достоверных различий по шкале Самонепринятия не наблюдалось ($U=-,080;p>0,05$), достоверных различий по шкале Принятия других не наблюдалось ($U=-1,186;p>0,05$), достоверных различий по шкале

Непринятия других не наблюдалось ($U=-1,186;p>0,05$). Достоверных различий по шкале непринятия других не наблюдалось ($U=-,872;p>0,05$), достоверных различий по шкале эмоционального комфорта не наблюдалось ($U=-1,212;p>0,05$), достоверных различий по шкале эмоционального дискомфорта не наблюдалось ($U=-,183;p>0,05$), достоверных различий по шкале внутреннего контроля не наблюдалось ($U=-,282;p>0,05$), достоверных различий по шкале приоритетности не наблюдалось ($U=-,293;p>0,05$), достоверных различий по шкале следования не наблюдалось ($U=-,169;p>0,05$), достоверных различий по шкале эскапизма (избегание проблем) не наблюдалось ($U=-,108;p>0,05$). Если сделать вывод из этих анализов, то можно увидеть, что результаты, полученные по вышеуказанным шкалам, не зависят от возраста.

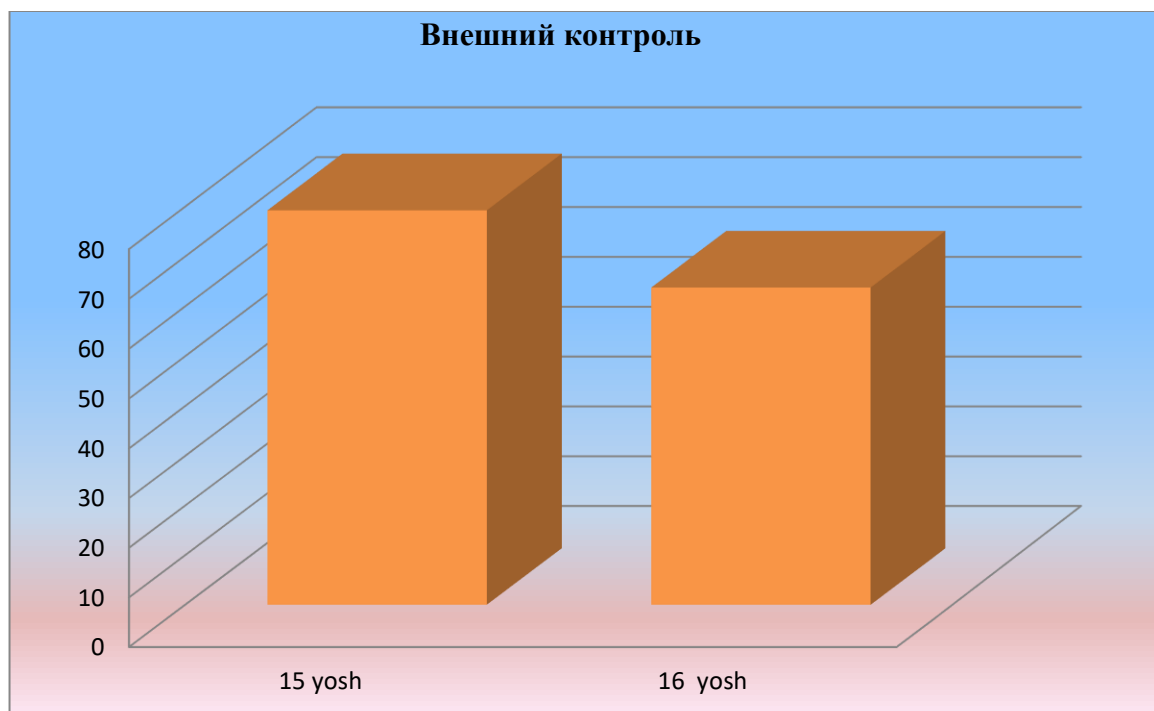


Рисунок 2. Возрастные различия по шкале внешнего контроля.

Достоверные различия наблюдались только по шкале внешнего контроля ($U=-2,244$; $p<0,05$). Мы можем ясно видеть это на диаграмме на рисунке 2 выше. Это означает, что у 15-летних подростков внешний контроль может немного преобладать над 16-летними подростками.

Под «внешним контролем» понимается склонность человека объяснять происходящее в своей жизни внешними факторами — удачей, случайностью, влиянием других людей и т.д.

Показатели на диаграмме, а также статистический анализ ($U=-2,244$; $p<0,05$) указывают на то, что разница между двумя возрастными группами является статистически значимой, то есть неслучайной. Это означает, что 15-летние подростки чаще связывают события в своей жизни с внешними обстоятельствами. Например, они могут считать, что успех или неудачи зависят не от их собственных действий, а от внешней среды или других людей. В то время как 16-летние подростки начинают больше опираться на свои собственные усилия и личную ответственность. Следовательно, можно сделать вывод, что у 15-летних уровень внешнего контроля выражен сильнее, чем у 16-летних.

Заключение: Эмоциональный интеллект признаётся многими исследователями по всему миру. Важность и необходимость развития компонентов эмоционального интеллекта как факторов, способствующих личностному и профессиональному росту человека и влияющих на его жизненный успех, также неоспорима. Высокий уровень эмоционального интеллекта характеризуется точностью интерпретации своих эмоций, эмоций

других людей, способностью управлять своим эмоциональным состоянием и эмоциями других людей. Способность использовать понимание чувств других людей в процессе мышления, добиваться наиболее положительного результата межличностных отношений. Средний уровень эмоционального интеллекта характеризуется способностью распознавать собственные эмоции и чувства, не всегда можно правильно распознать эмоции других людей, во всех случаях невозможно контролировать собственное эмоциональное состояние.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показывает, что подростковый возраст чувствителен к воздействию окружающей среды, поскольку в этот период личность активно формируется как субъект. Эмоциональный интеллект в подростковом возрасте не развивается без специальной подготовки. В коррекционно-развивающей работе особое внимание следует уделить группе признаков эмоционального интеллекта, составляющих фактор "понимания эмоций." Исследования показывают, что эти признаки хорошо реагируют на внешние воздействия и основаны на процессе формирования концепции, усвоение детьми начинается с подросткового возраста. Изучение особенностей эмоционального интеллекта подростков позволяет понять и создать необходимые условия для минимизации неправильных форм поведения подростков и позволяет использовать полученные данные для предотвращения неправильной адаптации всего молодого поколения.

Список литературы.

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова. - Екатеринбург: Деловая книга, 2002. -352 с
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к «исчезновению» // Психол. журн. 2006. №1. С. 28- 32.
3. Вайсбах Х. Эмоциональный интеллект. М.: Лик Пресс, 1998. 160 с
4. Вебер Б., Шэффер У. На пути к активному управлению с помощью показателей // Проблемы теории и практики управления. - 2000. - М. - С. 107-111.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Вместе переживаем и играем. - М.: АСТ, 2014. - 96 с.
6. Егоров И. А. Влияние уровня эмоционального интеллекта руководителей организации на выполнение управленческих функций дис. канд. псих. наук. - Москва, 2006. - 119с.
7. Лобанов А.П., Коптева С.И., Ткачук О.А. Интеллект и личностный рост: Учеб. пособие. – Минск: БГПУ, 2015. – 128 с
8. Захарова, Е. И. Кинотерапия: современный взгляд на возможности применения // Национальный психологический журнал. 2018. №2. С. 57-65.
9. Шабанов С. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.: МИФ, 2020. 427 с.

Проблема взаимовлияния служебной деятельности и семейных отношений сотрудников органов внутренних дел

Саттаров Эркинбай Ниязметович,

Профессор кафедры профессиональной психологии и управленческой деятельности Правоохранительной Академии Республики Узбекистан

Шамшиметов Руслан Таштемирович,

Старший преподаватель кафедры профессиональной психологии и управленческой деятельности Правоохранительной Академии Республики Узбекистан

Введение. Процесс профессионального становления личности является многогранным и многофакторным. Он включает в себя как воздействие внешних факторов, таких как социальная ситуация и профессиональная деятельность, так и внутреннюю активность индивида, его стремление к совершенствованию.

Профессионализм личности как феномен развивается через взаимодействие множества закономерностей, проявляющихся в деятельности и социальной социализации человека. Важным аспектом является влияние кризисных периодов профессионального становления на личность, ее эмоциональное состояние, а также семейные и профессиональные отношения. Данный текст исследует, как профессиональные кризисы могут стать фактором развития личности и привести к самореализации или же, наоборот, вызвать регресс личности и профессиональную деформацию.

Исследуются различные стратегии преодоления профессиональных кризисов, а также роль профессиональной деятельности в процессе формирования личностных качеств и достижении профессиональных вершин.

В ходе профессионального становления личности осуществляется процесс целостного развития человека как субъекта профессиональной деятельности, детерминированной социальной ситуацией развития, ведущей деятельностью, а также активностью самого индивида, при этом для эффективной подготовки, прежде всего, необходимо стремление индивида к совершенствованию, профессиональному росту, формированию профессионализма.

Профессионализм личности как феномен обусловлен действием общих, особенных и единичных (касающихся данного индивида) закономерностей проявления целенаправленной активности, то есть реальными детерминантами деятельности конкретного человека, которые включены в совокупность разнородных взаимосвязей в процессе профессиональной социализации³³.

⁶¹Деркач А.А. Психология развития профессионала / Деркач А.А., Зазыкин В.Г., Маркова А.К. - М.: «РАГС». 2000. С.125.

Согласно известному методологическому принципу единства сознания и деятельности, личность, овладевая деятельностью, в ней же и совершенствуется, подготавливается. Недаром, говоря о высших профессиональных достижениях сотрудника органов внутренних дел, утверждают, что они неразрывно связаны с высоким уровнем развития профессионально-значимых качеств сотрудника органов внутренних дел, акмеологических инвариантов профессионализма, адекватным уровнем притязаний и ценностных ориентаций, направленными на прогрессивное развитие³⁴. При этом результаты исследования особенностей удовлетворения личных целей в процессе служебной деятельности свидетельствуют о положительной связи между ориентацией сотрудника на личностный рост и удовлетворенностью службой, удовлетворенностью семьей, межличностными отношениями с коллегами и отрицательная связь с «эмоциональным выгоранием», неудовлетворительным психосоматическим состоянием т.д.³⁵.

По мнению Л.М. Митиной, подготовка в ходе профессиональной деятельности неразрывно связана с принципом саморазвития, детерминирующим способность личности превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования, что ведет к высшей форме жизнедеятельности личности - творческой самореализации.

По мнению исследователя, образ профессии как когнитивное и эмоциональное образование в определенной мере меняет систему общих ориентиров в индивидуальном сознании сотрудника органов внутренних дел. При этом происходит смещение ориентиров на выбор желаемого образа жизни с помощью профессии как средства достижения этого образа жизни³⁶.

Как указывает Г. Минцберг, подготовка личности в процессе профессиональной деятельности обеспечивает достаточно надежное поведение индивида в конкретных и типичных жизненных и профессиональных условиях, определяющих формирование устойчивых черт личности, характерных, в частности, для данного вида профессиональной деятельности. То есть, деятельность выступает стимулом развития личности и условием формирования ее черт и качеств, наиболее адекватных конкретным формам поведения и видов

³⁴ Синягин Ю.В., Кобелева О.В. Психолого-акмеологические особенности формирования жизненных ценностей руководителя // Мир психологии, 2009. - №2. - С.52-63.

³⁵ Алексеев Н.А. Личностно-ориентированное обучение: вопросы теории и практики: монография.- Тюмень: Изд-во ТГУ, 2005. С.100 – 101.

³⁶ Митина Л.М. Психология конкурентоспособной личности. - М.: МПСИ, 2002. С.256 - 257

деятельности³⁷.

На стадии взрослости, по мнению Л.И. Анциферовой, человек сам должен формировать в себе способ дальнейшего поступательного движения в системе общественных и семейных отношений. Таким способом выступает ее ведущая деятельность, обеспечивающая социальную активность человека, высокие результаты и т.д. Ведущая деятельность имеет следующие психологические характеристики:

- эмоционально захватывает человека;
- удовлетворяет потребность в ярких, сильных переживаниях, развивает и обогащает эмоциональную жизнь человека;
- достигнутые в ней успехи переживаются как удача на целостном жизненном пути;
- эмоционально не исчерпывается через достижение результата, индивид чувствует не облегчение от увольнения, формируется способность конструктивно справляться с состояниями психической напряженности;
- выступает как фактор гармонизации взаимосвязи и интеграции различных частей, структур и свойств личности, способствует «подтягиванию» до своего уровня других видов активного отношения человека к действительности, вызывает всестороннее развитие его способностей;
- осуществляется расширение и совершенствование сложной системы социальных связей личности;
- достигается переживание полноты жизни и эмоционального благополучия³⁸.

Именно наполненная личностной значимостью деятельность способствует, как показал С. Коминко, интеграции психодинамических свойств личности сотрудника и его социально-психологического отношения к миру, в результате чего формируется адекватное реальному социальному положению сотрудника чувство своего истинного личностного существования. В противном случае возникнет противопоставление дела и семейной жизни³⁹.

От характера профессии человека в значительной степени зависит характер

³⁷ Минцберг Г. Требуется управленцы, а не выпускники МВА. Жесткий взгляд на мягкую практику управления и систему подготовки менеджеров / Пер. с англ. - М.: ЗАО «Олимп-Бизнес», 2010. С.112-121

³⁸ Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. - 2006. - Т. 15, № 1. С.15-21.

³⁹ Коминко С., Куранты Л. Психология в менеджменте: учеб. пособие. / С. Коминко, Л. Куранты. - М.: Финансы, 2008. С.123 – 132.

его идеологии, его духовное достояние, его этика, симпатии и антипатии, вкусы, привычки, отношения к семье, внутрисемейные отношения и все мировоззрение. Профессия каждому навязывает свою точку зрения, с которой он воспринимает мир явлений и реагирует на него⁴⁰.

С.Л. Рубинштейн отмечает, что с появлением новых уровней бытия в новых качествах выступают и все его уровни, лежащие ниже.

Влияние профессии на личность особенно ярко прослеживается в так называемые кризисные периоды профессионального становления, которые оказывают большое влияние на семейные отношения. Как утверждает Г.Г. Горелова, кризисы профессионального становления проявляются в изменении темпов и вектора профессионального развития сотрудника органов внутренних дел, сопровождаются перестройкой смысловых структур профессионального самосознания, переориентацией на новые цели, коррекцией социально-профессиональной позиции и т.д.

Автор выделяет три вида событий, которые могут повлиять на профессиональное становление личности и соответственно на качество подготовки:

- нормативные критические события, обусловленные логикой становления сотрудника органов внутренних дел;
- ненормативные критические события, характеризующиеся случайными или неблагоприятными обстоятельствами, как на службе, так и в семье;
- экстраординарные или сверхнормативные происходящие вследствие актуализаций сильных эмоционально-волевых усилий сотрудника органов внутренних дел⁴¹.

Известны результаты исследований, согласно которым стресс, возникающий в профессиональной деятельности в кризисные моменты, может служить фактором развития и профессиональной самоактуализации сотрудника органов внутренних дел. Изменение поведения человека и его отношение к жизни под влиянием переживаний является усложнение системы «человек - мир», когда переживания переходят на более высокий уровень сложности, расширяются представления о границах и возможности собственной личности, а внешний мир начинает восприниматься как разнообразный, сложный и одновременно

⁴⁰ Петрунина Т.А., Остапчук Н.В. Проблемы личности педагога. - Екатеринбург: Уникум, 2007. С.56.

⁴¹ Горелова Г.Г. Кризисы личности и педагогическая профессия: учеб.-метод. пособие / Г.Г. Горелова. - М.: МПСИ, 2004. С.120 - 122.

доброжелательный⁴².

Таким образом, критические события - это поворотные моменты индивидуального жития человека, глубоко и эмоционально переливающиеся и негативно сказывающиеся на развитии семейных отношений сотрудников органов внутренних дел. Такое переживание критических событий ведет к совершению жизненно и профессионально важных поступков, и меняют ход профессионального и семейного развития, подготовки, самосовершенствования в конструктивном или деструктивном направлении⁴³.

Конструктивное решение кризисов носит активный, творческий характер, направлено на перестройку семейных отношений, профессионального самосознания и деятельности.

Переживая профессиональные кризисы, личность поднимается на более высокий уровень развития, инициирует новые этапы профессионального и семейного развития и самоактуализации, становится жизненно и профессионально компетентным. Наличие именно таких кризисов профессиональной самоактуализации обеспечивает чувство полноты и осмысленности бытия, возникновения необходимости в подведении итогов и в дальнейшем профессиональном росте, в подготовке, и в самосовершенствовании.

Деструктивное разрешение кризиса вызывает регресс личности из-за нерационального, пассивного, неадекватного реагирования на кризис, возложение ответственности на других или на обстоятельства, а чаще всего сотрудники перекладывают ответственность на семью. Качество разрешения кризиса зависит от степени активности сотрудника органов внутренних дел в критических жизненных ситуациях, от его локуса контроля. В связи с этим выделяют следующие стратегии преодоления кризисов профессионального становления:

- инициативная (проявление субъектной активности, целенаправленность действий, ответственность за принятые решения и поступки, свойственные зрелой личности, ориентированный на успех и достижения);
- ситуативная (слабость и неустойчивость позиции, пессимистические установки личности, преобладание деструктивных психологических защит и т.п.);

⁴² Гинзбург М. Стрессменеджмент / М. Р. Гинзбург / / Инструменты развития бизнеса: Тренинг и консалтинг / [сост. Л. Кроль, Е Пруткова]. - М: Независимая фирма «Класс», 2001. С.154-170.

⁴³ Пирен М.И. Конфликты и управленческие роли: социально-психологический анализ. – СПб.: Речь, 2000. С.96 - 98.

- пассивная (приспособление к внешним обстоятельствам через ригидность, неготовность к изменениям, освоение новых способов самореализации);
- защитная (устойчивая направленность на самореализацию в непрофессиональной сфере через заниженную самооценку, отвержение признание трудностей в профессиональной деятельности и необходимости их преодоления);
- депрессивная (аутоагрессия из-за потери интереса, безразличие, подавленность, неудовлетворенность жизнью в целом);
- аффективно-агрессивное (раздражительность, противопоставление себя окружающим, агрессивность по отношению к другим, амбициозность и т.п.).

Очевидно, что только инициативная стратегия определяет конструктивный способ преодоления кризиса, как на службе, так и в семье, вызывая прогрессивное развитие личности, предоставляя возможность эффективной подготовки и самосовершенствования⁴⁴.

Вместе, с тем, может иметь место и негативное влияние профессии на личность и на семью, личностный отрицательный професиогенез, в результате которого личность «угасает», деформируется. Так, в частности, профессия влияет на процессы восприятия и внимания.

Это проявляется в обострении внимания к явлениям, которые связаны с профессией, снижением интереса ко всему окружающему, в конце концов, может привести к одностороннему мировоззрению, и к профессиональной предвзятости т.д.⁴⁵. Негативное влияние на личность оказывает и чрезмерная фиксация на профессиональной роли, стремлению к его еще большему закреплению, даже если при этом и жизнь, и личностная структура заметно обедняются⁴⁶. Вследствие отрицательного професиогенеза может возникнуть явление профессиональной деформации личности, сущность которой заключается в том, что под влиянием выполнения профессиональной роли у сотрудников происходят социально-психологические изменения и психические изменения личности, когда стираются границы между службой и семьей, когда сотрудник не может переключиться от службы к семье и начинает себя вести в семье как на службе.

Как отмечает А.Л. Свенцицкий, профессиональные стереотипы действий, отношений становятся настолько характерными для человека, что они никак не

⁴⁴ Громова О.Н., Мишин В.Н., Свистунов В.М. Организация управленческого труда: Учебное пособие. - М.: «Изд-во ГАУ», 2003. С.96.

⁴⁵ Шейнов В.П. Как управлять другими. Как управлять собой - Минск: «Амалфея», 2006. С.123-127.

⁴⁶ Зазыкин В.Г. Менеджер: психологические секреты профессии / Зазыкин В.Г., Чернышов А.П. - М.: 2002. С.153 – 155.

могут выйти за пределы данного стереотипа в других социальных ролях, перестроить поведение в соответствии с новыми условиями⁴⁷.

Среди деформирующих эффектов также существует переоценка своих профессиональных подходов и ценностей, специфической профессиональной солидарности («профессионально-групповой эгоизм»), нечувствительности к другим. В таком случае больше всего страдают, супруга и дети сотрудника, так как он не проявляет жалости к ним.

Результатом профессиональной деформации в крайних ее проявлениях может стать исключительная увлеченность личности профессиональной деятельностью, профессиональный фанатизм, когда человек превращает профессию в средство новых жизненных достижений, становится конфликтным и жестоким в отношениях с другими, формирует специфическую профессиональную этику⁴⁸. Эти изменения усиливаются в случае, когда сотрудник занимает высокую должность.

По мнению Л. Орбан-Лембрик, о деформации мотивационной сферы личности свидетельствует:

- сфокусированность только на собственных интересах, игнорирование общественных потребностей;
- ориентация на получение очередной должности только как средство личной успешности, что помогает избежать ответственности, принятия некачественных решений, поскольку одним из важнейших факторов становится собственная выгода;
- стремление к доминированию над другими, что приводит к снижению результатов работы сотрудников, формированию комплекса собственной исключительности и т.д.

Последнее усиливается в случае деформирующего влияния социальной среды, которая возникает из-за чрезмерного внимания окружающих, увлечения, захваливания, страх подчиненных, отсутствие сопротивления руководству т.д.⁴⁹.

Исследователи в области психологии управления утверждают, что регрессу подвержена не только мотивационная сфера личности, отношение к себе, к труду,

⁴⁷ Свенцицкий А.Л. Руководитель: слово и дело. Социально-психологические аспекты. - М.: «Политиздат», 2000. С.97 – 99.

⁴⁸ Синягин Ю.В., Калинин И.В. К вопросу о структурных единицах управленческой деятельности // Психологические и акмеологические проблемы управленческой деятельности. - Ульяновск, 2007. С.5 - 16.

⁴⁹ Орбан-Лембрик Л.Е. Психология становления личности профессионала: акмеологический поход / Л.Е. Орбан // Современная психология в ценностном измерении: Материалы третьей Костюкивских чтений (Киев, 20-22 декабря 1994 г.) - В 2 т. - М.: 1994. - Т. 1. С.210-211.

но и все элементы его личности, вся ее структура, и выделяют следующие типы личностного регресса⁵⁰:

- повторение прогрессивного развития в обратном порядке, предусматривающего свертывание интегральной способности к принятию решений, связано с изменением отношения к себе и к труду (завышенная самооценка, принятия необоснованных решений и т.п.);
- потеря чувства перспективы в развитии организации, когда проявляется стремление сохранить устоявшийся образ жизни, пассивность, снижается интенсивность взаимодействия личности с социальной средой;
- снижение эмоциональной устойчивости и изменение отношения к людям, что проявляется в преобладании негативных эмоциональных состояний, раздражительности, восприятии других как объектов воздействия и т.д.

Согласно акмеологическому подходу, достижение вершин профессии (профессионального «акме») возможно лишь при условии согласования личностью сложных коллизий как личностного, так и профессионального развития: осознание предмета и условий деятельности (понимание сути самой профессии, ее законов), окружающей социального и профессионального мира, себя как профессионала, а также возможностей самореализации личности в контексте жизненного и профессионального пути⁵¹.

В процессе деятельности свойства личности определенным образом превращаются, связываются друг с другом, т.е. происходит их интеграция. Результатом этого процесса является возникновение в структуре личности новых, более обобщенных свойств, с более сложной структурой - интегральных характеристик личности.

Интегральные характеристики развития в направлении личностного роста, самоактуализации, субъектности являются результатом взаимодействия целого ряда свойств более низкого уровня обобщенности. Каждая из этих характеристик определяется не суммой отдельных свойств, входящих в ее состав, а новой системой связей между ними.

Заключение. Таким образом, исходя из вышеизложенного можно заключить, что должная подготовленность сотрудника к служебной деятельности возможна лишь при условии развития личности, способной распознать

⁵⁰ Вудкок М. Раскрепощенный менеджер. Для руководителя-практика / М. Вудкок, Д. Фрэнсис; пер. с англ. А. В. Верникова, А. Ф. Ковалева - М.: «Дело», 2001. С.120 – 127.

⁵¹ Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. - М.: Под ред. А. А. Бодалева ; Акад. пед. и соц. наук, Моск. психол.-соц. ин-т. — М. 2008. С.326-328.

имеющееся состояние развития своих свойств, осознавать необходимость перемен и преобразований своего внутреннего мира, способной на поиск новых возможностей самоосуществления в профессиональной деятельности. При этом благоприятные семейные отношения эффективно влияют на профессиональное самосовершенствование личности и сотрудникам органов внутренних дел необходимо использовать психологические резервы, заложенные в его личности.

Список использованной литературы

1. Алексеев Н.А. Личностно-ориентированное обучение: вопросы теории и практики: монография.- Тюмень: Изд-во ТГУ, 2005. С.100 – 101.
2. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. - М.: Под ред. А.А. Бодалева; Акад. пед. и соц. наук, Моск. психол.-соц. ин-т. — М. 2008. С.326-328.
3. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. - 2006. - Т. 15, № 1. С.15-21.
4. Вудкок М. Раскрепощенный менеджер. Для руководителя-практика / М. Вудкок, Д. Фрэнсис; пер. с англ. А. В. Верникова, А. Ф. Ковалева - М.: «Дело», 2001. С.120 – 127.
5. Деркач А.А. Психология развития профессионала / Деркач А.А., Зазыкин В.Г., Маркова А.К. - М.: «РАГС». 2000. С.125.
6. Горелова Г.Г. Кризисы личности и педагогическая профессия: учеб-метод. пособие / Г.Г. Горелова. - М.: МПСИ, 2004. С.120 - 122.
7. Гинзбург М. Стрессменеджмент / М. Р. Гинзбург / / Инструменты развития бизнеса: Тренинг и консалтинг / [сост. Л. Кроль, Е Пруткова]. - М: Независимая фирма «Класс», 2001. С.154-170.
8. Громова О.Н., Мишин В.Н., Свистунов В.М. Организация управленческого труда: Учебное пособие. - М.: «Изд-во ГАУ», 2003. С.96.
9. Зазыкин В.Г. Менеджер: психологические секреты профессии / Зазыкин В.Г., Чернышов А.П. - М.: 2002. С.153 – 155.
10. Коминко С., Куранты Л. Психология в менеджменте: учеб. пособие. / С. Коминко, Л. Куранты. - М.: Финансы, 2008. С.123 – 132.
11. Минцберг Г. Требуются управленцы, а не выпускники МВА. Жесткий взгляд на мягкую практику управления и систему подготовки менеджеров / Пер. с англ. - М.: ЗАО «Олимп-Бизнес», 2010. С.112-121.
12. Митина Л.М. Психология конкурентоспособной личности. - М.: МПСИ, 2002. С.256 - 257.
13. Орбан-Лембрик Л.Е. Психология становления личности профессионала: акмеологический поход / Л.Е. Орбан // Современная психология в ценностном измерении: Материалы третьей Костюкивских чтений (Киев, 20-22 декабря 1994 г.) - В 2 т. - М.: 1994. - Т. 1. С.210-211.

14. Петрунина Т.А., Остапчук Н.В. Проблемы личности педагога. - Екатеринбург: Уникум, 2007. С.56.
15. Пирен М.И. Конфликты и управленческие роли: социально-психологический анализ. – СПб.: Речь, 2000. С.96 - 98.
16. Синягин Ю.В., Калинин И.В. К вопросу о структурных единицах управленческой деятельности // Психологические и акмеологические проблемы управленческой деятельности. - Ульяновск, 2007. С.5 - 16.
17. Синягин Ю.В., Кобелева О.В. Психолого-акмеологические особенности формирования жизненных ценностей руководителя // Мир психологии, 2009. - №2. - С.52-63.
18. Свенцицкий А.Л. Руководитель: слово и дело. Социально-психологические аспекты. - М.: «Политиздат», 2000. С.97 – 99.
19. Шейнов В.П. Как управлять другими. Как управлять собой - Минск: «Амалфея», 2006. С.123-127.
20. Штейнмец А.Э. Психологическая подготовка к педагогической деятельности. - Калуга: «КГПУ», 2008. С.214.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ГОТОВНОСТИ МОЛОДЕЖИ К СОЗДАНИЮ СОВРЕМЕННОЙ КАРАКАЛПАКСКОЙ СЕМЬИ

*Сулетбаева Элла Серикбаевна,
доктор философии (PhD) по психологическим наукам
доцент кафедры «Педагогика и психология»,
Каракалпакский государственный университет имени Бердаха.*

Современное общество сталкивается с проблемами роста разводов, снижением брачной активности и деформацией традиционных семейных ценностей. Молодёжь часто оказывается неготовой к решению семейно-бытовых, психологических и воспитательных задач. Поэтому необходимость совершенствования подготовки к семейной жизни становится приоритетной задачей для системы образования, социальной политики и институтов воспитания.

В последние десятилетия в условиях глубоких социальных трансформаций наблюдается снижение влияния семьи как института воспитания. Несмотря на положительные изменения, такие как рост самостоятельности женщин, достижение гендерного равенства и расширение возможностей для самореализации личности, современные семьи нередко утрачивают роль эталона для подрастающего поколения.

Национальная семья сталкивается с угрозой утраты традиционных ценностей. Примером может служить современная турецкая семья, в которой усиливается конфликт между стремлением мужчин сохранить традиционные роли и требованием женщин отстаивать юридическое равноправие. Это противоречие зачастую приводит к росту насилия в семье и утрате этнопсихологических особенностей народной культуры. Как отмечается, мудрые учатся на чужих ошибках.

Одним из значимых факторов традиционного воспитания, в том числе подготовки молодёжи к семейной жизни, является институт махалли, исторически исполнявший функции социального контроля [1].

В условиях урбанизации и роста многоэтажной застройки происходит снижение социального взаимодействия между жителями, что ведёт к отчуждению и снижению воспитательного потенциала местного сообщества. Однако в сельской местности махалля сохраняет свои функции, и государство предпринимает шаги по её дальнейшему укреплению как института общественного контроля и мониторинга.

В связи с этим представляется целесообразным научно и нормативно осмыслить роль махалли и широкой общественности в подготовке молодёжи к семейной жизни. Традиционно махалля активно участвовала в решении семейных вопросов, в согласовании проведения торжеств, в воспитательном процессе. Возрождение совета старейшин и народных традиций может способствовать восстановлению воспитательного потенциала местных сообществ и снижению негативных социальных проявлений.

Таблица 1.

**Факторы, влияющие на подготовку
молодежи к семейной жизни.**

№	Факторы	Использование реализуемого потенциала
1	Родительская семья	33%
2	Образовательные учреждения	20%
3	Внешкольные организации (спортивные кружки и другие)	4%
4	Махалля	Значительный скрытый потенциал, но наименьшее участие в подготовке молодёжи к семейной жизни

Результаты эмпирического исследования, проведённого с использованием авторского опросника, показывают, что наибольшее влияние на формирование готовности к семейной жизни оказывает родительская семья (около одной трети реализуемого потенциала). Образовательные учреждения занимают второе место по степени воздействия, однако их потенциал используется лишь на 20%. Внешкольные организации оказывают незначительное влияние (4%). Наименьшее участие в подготовке молодёжи к семейной жизни, по мнению респондентов, принимает махалля, несмотря на значительный скрытый потенциал.

При этом следует отметить, что фактор "Родительская семья" не состоит сугубо из родителей. На личность в ее представлениях о будущей семейной жизни оказывает свое влияние бабушка и дедушка независимо от места проживания (совместно или раздельно) [3]. Также оказывает влияние семьи братьев, сестер отца и матери, семьи дяди и тети, то есть близких родственников. Также под родительской семьей мы подразумеваем молодые семьи, которые первые годы живут в форме патрилокальной семьи вместе с родителями жениха их опыт общения, особенно невестки со свекровью.

Фактор "Образовательные и внешкольные учреждения" состоит не только из специального обучения предмета "Воспитание" с 1 по 11 класс, изучение предмета "Литература", где при обсуждении отдельных главных героев произведения затрагиваются непосредственно семейные аспекты.

В данный фактор входит влияние одноклассников, родители отдельных учащихся, которые могут служить образцом в формировании идеала будущей семьи. В общем данный фактор не ограничивается обучением.

Уместно отметить, что на протяжении последних 6 лет "Психология семейной жизни" в качестве отдельного предмета не преподается ни в школе, ни в академических лицеях, ни в профессиональных колледжах и техникумах из-за перехода на 11 летнее образование в общеобразовательных школах и двухлетнее обучение в академических лицеях и профессиональных колледжах [2].

В предмете "Воспитание" специально включенных тем на подготовку молодежи к семейной жизни отсутствует, поскольку на момент подготовки программы и учебников по предмету "Воспитание" задачи интеграции, однако это не осуществилось. Вместе с тем, что "ПСЖ" (Психология семейной жизни) как предмет отсутствует, а острая необходимость в ней присутствует. На наш взгляд, до введения данного предмета "ПСЖ" следует максимально использовать предмет "Воспитание" с определенным дополнением для учеников 10-11 классов.

Подводя итоги к анализу трёх ведущих факторов (родительская семья, общеобразовательные учреждения, махалля и СМИ) следует сказать, что на сегодняшний день ни один из них не отвечает статусу ведущего.

Они имеют достаточно большой потенциал, однако процент использования, то есть "КПД" минимальный.

К тому же большая часть молодого поколения многое в жизни, в том числе семейной считает старым архаичным, а взамен новое современное и более совершенное апробированное жизнью не имеют. Не всегда грамотно работает СМИ.

Влияние западных нормативов, которые для своих европейских народов в развитых странах считается нормой, у нас в среднеазиатском регионе способствует разрушению, преданию в забвение хороших национальных традиций. При развитии такой тенденции народы центральной Азии безвозвратно потеряют много ценных народных традиций. В конечном итоге они негативно повлияют на традиции народов, способствующих испокон веков стабильности супружеских, благоприятности бесконфликтности родительско - детских отношений.

На сегодняшний день данный вопрос и проблему, на наш взгляд, невозможно решить без комплексного подхода, где семья (родительская) и образовательные учреждения (школа) должны играть ведущую роль не на словах и научных исследованиях, а на деле в жизни общества, личности, народа.

Современные социокультурные процессы, такие как снижение рождаемости, рост числа разводов, суицидов, ослабление семейных ценностей и миграционные процессы, обостряют проблему сохранения и укрепления института каракалпакской семьи. Особенно остро стоит задача подготовки молодежи к семейной жизни с учетом этнокультурных традиций и современных вызовов.

Современная каракалпакская семья обладает высоким потенциалом для подготовки молодежи к семейной жизни, однако данный ресурс используется недостаточно. Семья, школа и махалля должны не декларативно, а реально стать ведущими институтами в формировании семейных ценностей. Необходимо приостановить бездумное копирование западных моделей, не учитывающих этнопсихологические и социально-экономические особенности региона. Требуется комплексный подход к семейной политике, опирающийся на традиции, научные подходы и современные вызовы.

Список литературы.

1. Мусурманова О. Миллий кадриятлар – оила маънавияти пойдевори: монография. – Тошкент: Зарварақ нашриёти, 2023. – 113 б.
2. **Утепбергенов М.** Ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш муаммолари //“Оила институтини мустаҳкамлашнинг ижтимоий-психологик муаммолари” мавзусидаги халқаро илмий-амалий анжуман материаллари тўплами. – 2024. – 31 май. – Б. 738–739.

3. Эшмурадов, О. Э. Оила мустаҳкамлигини таъминлашнинг ижтимоий-психологик омиллари : психол. фан. бўйича фалсафа доктори (PhD) дис. автореф. – Тошкент, 2022. – 22 б.

РЕГИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ ОБЩЕСТВЕННОЕ ВОСПРИЯТИЕ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ВЫЗОВЫ

Султанова а.а.

PhD по психологии и.о. доцента

Введение. Суицидальное поведение в Узбекистане остается одной из самых закрытых и табуированных тем, что обусловлено глубокими культурными, религиозными и социальными традициями.

Занимаясь ранее изучением гендерных особенностей подросткового суицида, мы столкнулись с тем, насколько сложна и многогранна эта проблема в нашей стране (Султанова, 2023). Наш интерес к теме перерос в желание пойти дальше и разобраться, почему способы суицидального поведения могут различаться в разных регионах Узбекистана — в городах и сельской местности.

Анализ литературы показал, что подобных исследований в нашем регионе еще не проводилось, что делает эту тему не только актуальной, но и новаторской. Это вдохновило нас на первый шаг в сложном, но важном исследовательском пути — изучение региональных особенностей суицидального поведения.

Мы стремимся понять, как социальные и культурные факторы формируют различия в способах суицида, и стать первыми, кто затронет эту тему, чтобы заложить основу для эффективной профилактики. Общественное восприятие проблемы

В Узбекистане суицид окружен завесой молчания, что особенно заметно в сельских регионах, таких как Каракалпакстан, где он воспринимается как нарушение семейной чести или религиозных норм.

В городах, например, в Ташкенте, к суициду нередко относятся как к проявлению психических расстройств, но страх общественного осуждения

заставляет людей избегать открытого обсуждения. Средства массовой информации редко касаются этой темы, а если и делают это, то в обезличенной форме, что лишь усиливает стигму (Гарданова и др., 2020).

Нам как исследователям больно видеть, как эта проблема остается в тени, лишая людей возможности получить помощь. В регионах с сильными традиционными устоями, таких как Самаркандская область, патриархальные

нормы оказывают дополнительное давление, особенно на женщин, что может повышать суицидальный риск (Султанова, 2023).

Низкий уровень психологической грамотности населения и отсутствие просветительских инициатив делают эту тему еще более сложной для обсуждения, но именно поэтому она требует нашего внимания.

Наше исследование нацелено на изучение региональных особенностей способов суицидального поведения в Узбекистане — темы, которая до сих пор остается *terra incognita* в научной практике региона.

Нас глубоко волнует вопрос, почему в разных уголках нашей страны люди выбирают разные способы ухода из жизни: что стоит за этими различиями — доступность средств, культурные традиции или социальные условия?

Например, мы предполагаем, что в городах, таких как Ташкент, чаще могут использоваться медикаменты из-за их доступности, тогда как в сельских районах, например, в Каракалпакстане, преобладают механические методы, возможно, из-за ограниченного доступа к медицинским препаратам и влияния традиционных установок.

Но это лишь гипотезы, которые пока невозможно подтвердить из-за полного отсутствия данных. Эта неизвестность и вдохновляет нас: мы хотим стать первыми, кто прольет свет на эти вопросы, чтобы понять, как социальные, психологические и культурные факторы формируют региональные различия.

Актуальность исследования неоспорима: понимание этих особенностей позволит разработать адресные программы профилактики, которые учтут специфику каждого региона. Наша предыдущая работа над гендерными аспектами подросткового суицида показала, насколько глубоко традиции и социальные ожидания влияют на поведение человека (Султанова, 2023).

Теперь мы хотим углубиться в эту тему, чтобы помочь людям, которые остаются невидимыми для общества, и заложить фундамент для будущих исследований. Проблемы и вызовы исследования

Исследование суицидального поведения в Узбекистане — это не только научный, но и глубоко личный вызов, который требует от нас чуткости и стойкости.

Первая трудность — это стигматизация: говорить о суициде в нашей стране сложно, особенно в сельских сообществах, где люди боятся осуждения

или нарушения религиозных норм. Мы представляем, как непросто будет убедить людей поделиться своими историями, когда даже упоминание этой темы вызывает неловкость или страх.

Вторая проблема — отсутствие официальной статистики. В Узбекистане нет единой базы данных о суицидах, а региональные органы здравоохранения часто не публикуют такие сведения, что делает анализ почти невозможным. Нам

как исследователям придется искать альтернативные источники — возможно, через интервью или косвенные данные, но это потребует огромных усилий.

Третья трудность — культурные и религиозные барьеры, которые ограничивают доступ к уязвимым группам. Работать с такими темами нужно крайне осторожно, чтобы не навредить людям и соблюсти этические нормы (Дементьева, 2010).

Кроме того, мы ожидаем возможное недоверие со стороны местных сообществ и властей, которые могут видеть в таком исследовании угрозу общественному спокойствию. Нехватка квалифицированных психологов и ограниченное финансирование исследований в Узбекистане только усложняют задачу. Но именно эти вызовы делают нашу работу значимой: преодолевая их, мы сможем не только собрать ценные данные, но и начать разговор о проблеме, которая слишком долго оставалась в тени.

Выводы Изучение региональных особенностей суицидального поведения в Узбекистане — это новое и актуальное направление, которое впервые затрагивается в нашей стране. Общественная стигматизация и низкая психологическая грамотность подчеркивают необходимость просветительских кампаний и открытого диалога.

Исследователи сталкиваются с культурными, этическими и организационными трудностями, включая отсутствие данных и недоверие общества. Наше стремление понять причины региональных различий в способах суицидального поведения делает исследование новаторским и значимым. Дальнейшая работа должна быть направлена на создание базы данных и разработку профилактических мер, учитывающих культурную и региональную специфику Узбекистана.

Список литературы

1. Султанова А.А. Гендерные особенности факторов риска суицидального поведения у подростков // Образование и инновационные исследования. 2023. № 1. С. 64–72.
2. Султанова А.А. Проблема гендерного суицида в Узбекистане // Марказий Осиёда жамият, гендер ва оила. 2023. № 2. С. 45–50.
3. Султанова А.А. Гендерные особенности подросткового суицида // Оила, хотин-қизлар ва ижтимоий ҳаёт. 2023. № 3 (10). С. 33–39.
4. Гарданова Ж.Р., Есаулов В.И., Седова Е.О. и др. Гендерные особенности факторов риска суицидального поведения у подростков // Репродуктивное здоровье детей и подростков. 2020. Т. 16, № 4. С. 131–150.
5. Дементьева И.Ф. Педагогическое сопровождение школьников, склонных к суициду // Социальная педагогика. 2010. № 3. С. 72–80.

ФЕНОМЕН СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ ЭТНИЧЕСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ: МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЙ АНАЛИЗ

*Туракулова Азиза Санджаровна,
Национальный университет Узбекистана
Имени Мирзо Улугбека Факультет Социальных наук
и.о.доцента кафедры Психологии*

Введение. В психологической литературе неоднократно подчеркивалось, что семья играет фундаментальную роль в социализации ребёнка и формировании его этнического самосознания, ведь именно в семье ребёнок впервые усваивает национальный язык, нормы и традиции, а также получает первичный опыт взаимодействия с этническими символами и практиками (Umaña-Taylor, 2004).

В условиях глобализации и растущего культурного многообразия проблема формирования этнической идентичности приобретает особую значимость. Этническое самосознание является важным компонентом социальной идентичности личности и играет ключевую роль в процессе социализации, определяя отношение индивида к собственной этнокультурной группе и к представителям других сообществ (Phinney, 1990). Семья при этом выступает базовым институтом, через который ребёнок впервые усваивает национальный язык, культурные традиции и социальные нормы (Umaña-Taylor et al., 2014).

Особое внимание в последние годы уделяется изучению различий в формировании этнической идентичности в моноэтнических и межеэтнических семьях. Ряд исследований указывает, что в гомогенной культурной среде процессы этнической социализации протекают более естественно и гармонично, тогда как в условиях межеэтнического брака ребёнок сталкивается с необходимостью выбора культурной принадлежности и выработки собственной идентичности (Hughes et al., 2006). Эти процессы могут сопровождаться как позитивной интеграцией, так и развитием этнической маргинальности (Berry, 2005).

Современные исследования показывают, что этническая идентичность является многокомпонентным феноменом, включающим когнитивный, аффективный и поведенческий аспекты (Phinney, 1990; Schwartz et al., 2014).

На ранних этапах развития её ядро формируется через идентификацию с родителями (Mortimer, 1979), эмоциональное принятие и поддержку в семье (Finkelhor, 1987). При этом воспитательные практики, такие как уровень контроля, теплоты и вовлечённости родителей, оказывают прямое влияние на то, будет ли этническая идентичность ребёнка носить толерантный или изоляционистский характер (Restifo & Bögels, 2009).

Методы. Теоретической основой исследований этнической идентичности

является теория социальной идентичности Г. Тэджфела и Дж. Тёрнера (Tajfel & Turner, 1986), согласно которой принадлежность к этнической группе обеспечивает человеку чувство значимости и социальной поддержки. Развитие этнической идентичности рассматривается как динамический процесс, включающий когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты (Phinney, 1992).

Согласно модели Дж. Берри (Berry, 2005), процесс аккультурации в межэтнических семьях может протекать по четырём стратегиям — интеграции, ассимиляции, сепарации или маргинализации. Выбор стратегии зависит от того, насколько семья сохраняет собственную культуру и одновременно принимает нормы доминирующего общества.

Эмпирические исследования показывают, что именно родители являются основными агентами этнической социализации. Они транслируют детям представления о культурных традициях, истории, этнической гордости, а также модели взаимодействия с представителями других групп (Hughes et al., 2006).

При этом качество детско-родительских отношений играет ключевую роль: поддержка и принятие со стороны родителей связаны с формированием позитивной этнической идентичности и толерантности (Umaña-Taylor et al., 2014), тогда как авторитарные или враждебные стили воспитания могут усиливать изоляционизм и снижать адаптивность (Restifo & Bögels, 2009).

Результаты .Современные исследования подчёркивают, что в условиях поликультурного общества этническая идентичность приобретает особую динамику. Она может усиливаться при контакте с «инаковостью» или, напротив, становиться менее выраженной в случае этноиндифферентности (Schwartz et al., 2014). Таким образом, семья остаётся главным медиатором между культурной традицией и социальной адаптацией ребёнка.

Формирование этнического самосознания начинается в раннем детстве и проходит через несколько этапов, связанных с когнитивным развитием, эмоциональными переживаниями и социальным опытом ребёнка. Ведущая роль в этом процессе принадлежит семье как первичному агенту социализации. Именно в семье ребёнок впервые сталкивается с символами этнической принадлежности — языком, именами, традициями, ритуалами, религиозными и культурными практиками (Phinney, 1990; Umaña-Taylor et al., 2014).

В условиях моноэтнической семьи социализация носит относительно гармоничный и непротиворечивый характер. Отсутствие конкурирующих культурных кодов позволяет ребёнку быстрее и глубже усвоить этнические нормы, формируя устойчивое чувство принадлежности к «своей» группе. По данным исследований, такие дети чаще демонстрируют положительное отношение к собственной этнической группе и более высокую этническую самооценку (Hughes et al., 2006). Кроме того, процессы этнической

идентификации в данном контексте нередко сопровождаются развитием этнической гордости, что способствует формированию позитивной «нормативной» идентичности (Berry, 2005).

Совсем иной характер приобретает социализация в межэтнических семьях. Здесь ребёнок сталкивается с необходимостью совмещать культурные коды родителей, что порой приводит к возникновению амбивалентности в этнической идентификации. Согласно концепции аккультурации Дж. Берри (2005), такая ситуация может развиваться по разным сценариям — от интеграции культурных моделей до маргинализации. Дети из межэтнических браков чаще переживают дилемму выбора между этнической принадлежностью матери и отца, что может сопровождаться чувством неопределённости или снижением этнической самооценки (Schwartz et al., 2014).

Вместе с тем межэтническая семья может становиться и ресурсом для формирования гибкой идентичности. При поддерживающем стиле воспитания дети демонстрируют более высокую межкультурную толерантность и готовность к взаимодействию с представителями других этнических групп (Umaña-Taylor et al., 2014). Важно отметить, что ключевым фактором в этом случае является качество детско-родительских отношений: принятие, эмоциональная близость и авторитет родителей определяют, станет ли этническая идентичность ребёнка фактором интеграции или, напротив, источником напряжённости (Restifo & Bögels, 2009).

Психологический климат в семье и характер родительских стратегий воспитания также напрямую связаны с особенностями этнического самосознания. Эмпирические исследования показывают, что позитивный интерес родителей и поддерживающий стиль общения ассоциируются с формированием устойчивой этнической идентичности и более высоким уровнем этнической толерантности (Hughes et al., 2006). Напротив, авторитарный или враждебный стиль может провоцировать развитие этноизоляционизма и этноэгоизма, особенно в межэтнических семьях, где культурные различия родителей усиливают вероятность внутриличностных и межгрупповых конфликтов (Schwartz et al., 2014).

Выводы. Таким образом, роль семьи в формировании этнического самосознания детей и подростков требует всестороннего анализа, с учётом как культурного контекста, так и особенностей внутрисемейных отношений, поскольку семья выполняет двоякую функцию: с одной стороны, она обеспечивает передачу этнокультурных норм и традиций, а с другой — выступает посредником между ребёнком и многообразием окружающего мира. Именно баланс между сохранением культурной аутентичности и готовностью к межэтническому взаимодействию определяет, какой тип этнической идентичности сформируется у ребёнка.

Список литературы

1. Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697–712. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>
2. Hughes, D., Rodriguez, J., Smith, E. P., Johnson, D. J., Stevenson, H. C., & Spicer, P. (2006). Parents' ethnic-racial socialization practices: A review of research and directions for future study. *Developmental Psychology*, 42(5), 747–770. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.747>
3. Phinney, J. S. (1990). Ethnic identity in adolescents and adults: Review of research. *Psychological Bulletin*, 108(3), 499–514. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.3.499>
4. Phinney, J. S. (1992). The Multigroup Ethnic Identity Measure: A new scale for use with adolescents and young adults from diverse groups. *Journal of Adolescent Research*, 7(2), 156–176. <https://doi.org/10.1177/074355489272003>
5. Restifo, K., & Bögels, S. (2009). Family processes in the development of youth depression: Translating the evidence to treatment. *Clinical Psychology Review*, 29(4), 294–316. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.02.005>
6. Schwartz, S. J., Unger, J. B., Zamboanga, B. L., & Szapocznik, J. (2014). Rethinking the concept of acculturation: Implications for theory and research. *American Psychologist*, 65(4), 237–251. <https://doi.org/10.1037/a0019330>
7. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 7–24). Nelson-Hall.
8. Umaña-Taylor, A. J., Quintana, S. M., Lee, R. M., Cross, W. E., Rivas-Drake, D., Schwartz, S. J., ... & Seaton, E. K. (2014). Ethnic and racial identity during adolescence and into young adulthood: An integrated conceptualization. *Child Development*, 85(1), 21–39. <https://doi.org/10.1111/cdev.12196>

HUQUQSHUNOS SHAXSINING O‘ZIGA XOS INDIVIDUAL- PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Umarov B.M., *Alfraganus universiteti “Psixologiya” kafedrası professori,
psixologiya fanlari doktori*

Huquqni muhofaza qilish tizimi faoliyatining samaradorligi va sifatini oshirish – huquqshunos shaxsining individual-psixologik xususiyatlarini, shaxsiy fazilatlarini, ularning kasb talablariga muvofiqligini har tomonlama o‘rganishni nazarda tutadi [3]. Prokurorlar, tergovchilar va sud organlari xodimlari faoliyatini o‘rganish bo‘yicha

o'tkazilgan tadqiqotlar bu soha xodimlarida kasbiy yaroqlilik xususiyatlarining beshta asosiy omilini, shu jumladan, professional ahamiyatga ega bo'lgan ijtimoiy-psixologik va individual-psixologik xususiyatlarni ko'rsatib o'tish imkoniyatini beradi.

1.Yurist shaxsining yuqori darajadagi ijtimoiylashuvi xususiyati. Bu omil huquqshunoslik kasbiy faoliyatining kuchli jismoniy va ruhiy zo'rqiqlashga, ekstremal sharoitlarda amalga oshirishga yo'naltirilgan me'yoriy xatti-harakatlar bilan bevosita bog'liqligi bo'yicha, kasbiy yaroqlilikning asosiy omillaridan biri sifatida ko'rib chiqish mumkin.

Ushbu omilni tashkil etuvchi huquqshunosning professional muhim shaxsiy individual-psixologik xususiyatlari quyidagilarni tashkil etadi:

- huquqiy ongning yuqori darajada rivojlanganligi (umumiy va kasbiy);
- kasbiy faoliyatni rag'batlantirish sohasida ijtimoiy ahamiyatga ega motivlarning ustunligi xususan: odamlarga o'z huquqlarini himoya qilish, adolatni o'rnatish, jinoyatga qarshi turish, qonun ustuvorligini qat'iy himoya qilish, mehnat faoliyatida muvaffaqiyatga erishish, o'z imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga intilish, kasbiy obro'ga ega bo'lish va hamkasblar orasida hurmat va boshqalar;
- halollik, prinsiplariga sodiqlik, fuqarolik jasorati, burch hissi, vijdonlilik;
- mas'uliyat, majburiyat, mehnatsevarlik, qat'iy intizom, aniqlik.

Quyidagi fazilatlar esa huquqshunos shaxsining kasbiy yaroqsizligidan dalolat beradi: noaxloqiy fazilatlarga egalik, insofsizlik, kasbiy faoliyatiga mas'uliyatsiz munosabat, intizomsiz, alkogolizmga moyillik, nosog'lom turmush tarzi va boshqalar.

2.Huquqshunos shaxsining hissiy va irodaviy barqarorligi xususiyati. Huquqshunos shaxsining hissiy va irodaviy barqarorlikni ta'minlaydigan aqliy xususiyatlar majmuasiga quyidagilarni kiritish mumkin:

- kasbiy faoliyatga yuqori darajadagi qobiliyatlilik
- uzoq muddatli, kuchli jismoniy va ortiqcha aqliy faoliyat talab qilinadigan holatlarga chidamlilik;
- uzoq muddatli, kuchli jismoniy va ortiqcha aqliy faoliyat talab qilinadigan holatlarda maqsadga intiluvchanlik va mahsuldorlikni namoyon qilish qobiliyati;
- stressga chidamlilikning yuqori darajasi, his-tuyg'ular va xatti-harakatlar ustidan o'zini o'zi boshqarish qobiliyati;
- kasbiy faoliyatda o'z-o'zidan paydo bo'ladigan impulsiv reaksiyalarni jilovlash qobiliyati.

Shaxsning rivojlangan adaptiv xususiyatlari (kuch-quvvat, faollik, chidamlilik, irdaviylik, moslashuvchanlik), asab tizimining rivojlangan adaptiv xususiyatlari - kuch, muvozanat, harakatchanlik, faollik, asab jarayonlari dinamizmi.

Huquqshunoslik kasbiy faoliyatida quyidagi shaxs xususiyatlari salbiy baholanadi: stressga qarshilikning past darajasi, umidsizlikka chidamlilikning pasayishi, haddan tashqari hissiy taranglik, tajovuzkorlik, harakatlarning impulsivligi, nevrotik alomatlar, asabiy jarayonlarda tez charchash.

3. *Huquqshunoslik kasbi egasining kognitiv qobiliyatlari va intellektual rivojlanishning yuqori darajasi omili.* Bu quyidagi psixologik fazilatlarni o'z ichiga oladi:

- yuqori darajadagi intellekt, analitik va sintetik tafakkur, mavhumlik, mulohaza yuritish qobiliyati;
- mulohazakorlik, bag'ri kenglik, mustaqillik, maqsad sari intiluvchanlik, tanqidiy tafaqqur, bashoratli fikrlash;
- dunyoqarash kengligi, bilimdonlik;
- o'ziga xos tasavvur, kuzatish, idrok, sezgi;
- kuchli xotiraga egalik, kerakli ma'lumotlarni tezda yangilash imkoniyati;
- diqqatni jamlash qobiliyati, diqqatning yuqori konsentratsiyasi va uning bir ob'ektdan ikkinchisiga tez o'tishi;
- rivojlangan semantik idrok;
- yuqori aqliy qobiliyat, o'rganish, bilish qobiliyati, yangiliklarni qabul qila olish.

Aksincha, aqliy qobiliyatning sustligi, kognitiv faollik darajasining pasayishi, aqlu-zakovatning yetarli emasligi, sust rivojlangan tasavvur, xotiraning zaifligi kabilar huquqshunos kasbiy faoliyatining yuqori samaradorligiga salibiy ta'sir ko'rsatadi.

4. *Huquqshunosning kommunikativ kompetenlik xususiyati* Ushbu omil quyidagi xususiyatlarni o'z ichiga oladi:

- muloqotning turli ishtirokchilari bilan psixologik aloqa o'rnatish va davom ettirish, muloqot jarayonida psixologik va kommunikativ to'siqlarni bartaraf etish qobiliyati;
- idrok etish, suhbatdoshning xatti-harakatlarini, psixofiziologik holatlarini to'g'ri talqin qilish va uning ichki dunyosini tushunish, haqiqiy va yolg'on guvohliklarni farqlay olish qobiliyati;
- verbal va noverbal muloqot vositalarini, shu jumladan shaxslararo munosabatlarda va ommaviy nutq so'zlashda kommunikativ ta'sir vositalaridan oqilona foydalana bilish;
- og'zaki nutq madaniyati, so'zlarning ravonligi aniqligi, tushunarligi, ishonarliligi, ifodaliligi va obrazliligi, yozma nutqning esa, ravonlikni nazarda tutuvchi nutq madaniyatining rivojlanganligi;
- xushmuomalalik, sezgirlik, muloqot ishtirokchilarini hurmat qilish, diqqat-e'tiborlilik va xayrixoh munosabatda bo'lish, suhbatdoshni tinglash qobiliyati, empatiya (suhbatdoshning tajribalariga hissiy munosabatda bo'lish) qobiliyati;
- muloqotdagi ziddiyatli vaziyatlarda adekvat xulq-atvorni tanlash va amalga oshirish qobiliyati, kommunikativ o'zaro ta'sir strategiyasi, moslashuvchanlik, mavjud sharoitlarga qarab, muloqot uslubini o'zgartirish, muloqot ishtirokchisiga nazorat qiluvchi ta'sir ko'rsatish qobiliyati;
- o'zini adekvat baholay olish qobiliyati;

- hazilkashlik qobiliyati [1].

Huquqshunosning kommunikativ xulq-atvorni sezilarli darajada murakkablashtiradigan, uning samaradorligini pasaytiradigan fazilatlar sirasiga - izolyatsiya (autizm), muloqot ishtirokchilarining muammolariga, tajribalariga e'tibor qaratmaslik, manmanlik, mag'rurlik, sezgirlikni yaqqol namoyon etish, ziddiyatlilik, tajovuzkorlik, hissiy beqarorlik, impulsivlik, verbal va noverbal muloqot usullarini yaxshi bilmaslik.

5. *Tashkilotchilik qobiliyati xususiyati* Bunday qobiliyat huquqshunosga kasbiy faoliyat turidan qat'i nazar, professional muloqot jarayonida muloqotga kirishish kerak bo'lgan turli sub'ektlarga nazorat ta'sirini o'tkazish imkoniyatini beradi [1]. Shunday ekan, huquqshunos, ayniqsa boshqaruvchi huquqshunos, chuqur kasbiy bilim va tajriba bilan bir qatorda quyidagi fazilatlarga ega bo'lishi talab etiladi:

- samaradorlikka intilish;
- mustaqillik, tashabbuskorlik, tadbirkorlik;
- qat'iyatlilik, maqsadga sari yo'nalganlik, o'ziga ishonch, motivatsion sohadaga muvaffaqiyatga intilish motivlarining ustunligi;
- stressga bardoshlilik;
- o'z harakatlari uchun mas'uliyat hissining yuqoriligi;
- fikrlashdagi moslashuvchanlik, faoliyatni bashorat qilish va rejalashtirish, o'z qo'l ostidagilarning imkoniyatlari va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda vazifalarni taqsimlash kabi tahliliy ko'nikmalarining rivojlanganligi;
- rivojlangan kommunikativ fazilatlar, odamlar bilan psixologik aloqa o'rnatish qobiliyati, aql-idroklilik, bo'ysunuvchilarning xatti-harakatlarini bashorat qilish, ularning harakatlari motivlarini anglab yetish va tushunish qobiliyati, boshqalarga nisbatan xayrixohlik, ular bilan munosabatlarda psixologik takt;
- qo'shimcha faoliyat jarayonining borishi va natijalarini nazorat qilish qobiliyati, tanqidiylik, bo'ysunuvchilarga nisbatan talabchanlik;
- jamoaga boshqaruv ta'sirini o'tqazish, qo'l ostidagilarning ishni bajarishga undash va rag'batlantirish, ularni yo'naltirish va quvvat bilan "zaryadlash" qobiliyati. Nazarimizda shaxs xislatlarining ushbu guruhi tashkilotchilik qobiliyatining boshqa tarkibiy qismlari orasida markaziy o'rinni egallaydi.

Huquqshunosning tashkilotchilik imkoniyatlarini, boshqa shaxslarga ta'sir o'tkazish samaradorligini sezilarli darajada pasayishiga olib keladigan fazilatlar, ayniqsa u rahbar lavozimini egallagan bo'lsa, tajovuzkorlik, hissiy beqarorlik, passivlik, mas'uliyatsizlik, haddan tashqari shubhalanuvchanlik, tashvish, aqlning taraqqiyotning pasatligi, o'z-o'zini hurmat qilish, hokimiyatga bo'lgan ishtiyoq, odamlarni mensimaslik va b.q.

Yuqoridagilardan xulosa qilish mumkinki, huquq-tartibot tizimi xodimlari shaxsining o'ziga xos ijtimoiy-psixologik va individual-psixologik xususiyatlari faoliyat samaradorligini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi va ayrim shaxs

xislatlari esa ular faoliyatining sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Vasilev V.L. Yuridicheskaya psixologiya. SPb: «Piter», 2000. str.132.
2. Stolyarenko A.M. Prikladnaya yuridicheskaya psixologiya. M.: 2001. str.24.
3. Umarov B.M. Huquqshunoslik faoliyati psixologiyasi. Toshkent, 2005. B.77.

**ЭТНИЧЕСКИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР
ОБЕСПЕЧЕНИЯ МЕЖНАЦИОНАЛЬНОЙ СТАБИЛЬНОСТИ**

Умурзоков Д.Х.

Введение. Эффективность внутренней и внешнеполитической деятельности каждого государства напрямую связана, в первую очередь, с вопросами внутренней стабильности страны. Одним из важнейших аспектов в этом отношении являются межнациональные отношения, которые считаются важной составляющей национальной безопасности любого государства.

Анализ социально-политических и экономических процессов, происходящих в мире, свидетельствует о том, что обеспечение государствами собственной безопасности, а именно сохранение их внешнего и внутреннего баланса, стало стратегической задачей.[17].

В странах, где в межнациональных отношениях сложилась гармония, многонациональность эффективно влияет на политико-экономическое развитие общества. Солидарность между титульной нацией, давшей название определенной стране, и другими народами, проживающими в ней, является одним из важнейших факторов общественного прогресса. Напротив, непонимание значимости этой идеи может нарушить жизнь, мир и стабильность общества.

Анализ литературы по теме. Межэтнические и межнациональные отношения в многонациональном государстве являются одним из действенных факторов, лежащих в основе формирования понятия национальной безопасности. Поэтому в процессе становления новых независимых государств на постсоветском пространстве возрастает актуальность гармонизации межэтнических и межнациональных отношений. Этот вопрос, требующий деликатного и осторожного подхода к решению, особенно актуален для нашей страны, входящей в число многонациональных государств.

Также гармонизация национально-этнических отношений является одним из приоритетных направлений государственной политики в формировании

гражданского общества. В настоящее время требуется полностью искоренить национальное единство и национализм в обществе, формируя при этом у людей чувства патриотизма и любви к родине.

Несвоевременное предотвращение национально-этнических конфликтов в странах Центральной Азии и неустранение причин, создающих условия для их возникновения, могут привести к обострению межнациональных противоречий, что, в свою очередь, может поставить под угрозу жизнь различных этносов, проживающих на приграничных территориях, а также создать нестабильную ситуацию в регионе.

С момента возникновения человечества между людьми, нациями и народностями постоянно происходили в той или иной форме столкновения, конфликты, войны и массовые убийства[2]. Согласно данным, в мире насчитывается более 2 тысяч этносов, причем в условиях глобализации наблюдается тенденция к увеличению количества этносов и сокращению численности малых народов[3].

Известно, что в настоящее время первичной и основной особенностью демографических процессов в мире является стремительный рост населения.

Если в течение первой половины XX века общая численность населения Земли увеличилась с 1,5 миллиарда до 2,5 миллиарда, то в последующие десятилетия численность населения возросла на 3,5 миллиарда, или в 2,4 раза. В 1999 году численность населения достигла 6 миллиардов человек. Согласно имеющимся данным, к 2025 году население Земли составит 8 миллиардов 524 миллиона. Эксперты прогнозируют, что через 100 лет оно может превысить 11 миллиардов[15]. Эксперты прогнозируют, что через 100 лет он может превысить 11 млрд[15].

Данные свидетельствуют о том, что государства, в которых проживает единая нация, сегодня составляют очень небольшую часть стран мира. Точнее говоря, лишь в 12 странах мира (9% от общего числа государств) проживают народы одной национальности. Также в 31 стране от 50 до 70 процентов общей численности населения принадлежат к одной национальности и являются гражданами титульной нации, в то время как в 39 странах мира ровно половина населения состоит из граждан других национальностей[10].

В связи с этим, проведя теоретико-методологический анализ понятий "нация," "этнос," "национализм" и "межнациональные конфликты," можно увидеть следующее. В частности, понятие "нация" является широкоохватным и обладает очень богатым содержанием и сущностью. Поэтому исследование межнациональных отношений и условий развития национально-этнической жизни в обществе служит важным фактором в обеспечении межнационального согласия и гармонии.

Методология исследования. Термин "нация" в древности и в средние века

применялся в основном по отношению к определенной группе людей общего происхождения, обладавших экономической и политической общностью. В Новое время, особенно после

Великой французской революции конца XVIII века, в языках французского, английского и западноевропейских народов термин "нация" стал употребляться в отношении граждан определенного государства, то есть в этническом смысле. В связи с тем, что развитие национальной государственности в Центральной и Восточной Европе началось несколько позже, выражение "нация" стало применяться в этническом смысле к людям, проживавшим на одной территории и имевшим общность языка и культурных отношений.

Автором новой научной концепции нации считается французский ученый Э. Ренан. Первые научные взгляды на эту тему были изложены в его научном трактате "Что такое нация?," написанном в 1882 году.

Он подчеркивал, что одним из признаков нации является общность интересов, целей и стремлений людей. Общность же проистекает из единства интересов, а также общих условий жизни, истории, возникновения и развития нации, которые считаются факторами, имеющими большое значение. По мнению ученого, нация не существует вечно. У них есть как начало, так и конец"[16].

Э. Ренан впервые в 1877 году обобщил этатические (относящиеся к государству) и этнические интерпретации, а также истолковал первоначальное употребление термина "нация" как связанное с процессом возникновения национальной государственности в средневековой Европе. По его мнению, нация - это, прежде всего, совместное проживание определенной группы людей, их стремление сохранить традиции, передающиеся от предков к потомкам, и объединение ради общей цели.

Несмотря на то, что после Э. Ренана в системе общественных наук был изложен ряд теоретико-методологических взглядов, связанных с термином "нация," ни один из них не сформировался в качестве совершенной теории и не получил всеобщего признания.

Европейские ученые, философы и исследователи еще до Э. Ренана искали решение проблемы о нации и ее роли в развитии общества. Однако следует отметить, что понятие нации в XVIII веке значительно отличалось от современного. Согласно взглядам того времени, термин "нация" применялся только к представителям правящего сословия и интеллигенции общества, которые непременно должны были участвовать в государственном управлении. Этот термин появился в 60-х годах XIX века в комплексе проблем этноса в западноевропейской этнологии через английское слово "ethnicity" как производное от этноса. По представлениям западноевропейских этнологов, на основе этого понятия подразумевается, прежде всего, изучение этнических проблем полиэтнического характера или конфликтных ситуаций в региональных

межэтнических отношениях[9].

В то же время это было очень точно объяснено философами И. Кантом и Г. Гегелем, которые рассматривали термины "нация" и "этнос" во взаимосвязи[11]. В результате термин "народ" стал обозначать большое количество людей, сконцентрированных на определенной территории, которые вместе образуют единую целостность, национальность.

Также было отмечено, что одной из особенностей элементов национальности является её связь с процессом формирования и восприятия человеческого сознания[8]. Особого внимания в этом отношении заслуживают исследования российского исследователя В. Тишкова. По его мнению, нация представляет собой воображаемую конструкцию, которая служит основой для коллективных действий и становится объективной реальностью[23].

Нация представляет собой исторически сложившуюся этническую общность, основанную на единстве языка, территории, экономической жизни, культуры, а также психологической общности и устойчивости национального самосознания[21].

По мнению узбекских ученых, "нация" представляет собой этническое единство людей, создающих своеобразные материальные и духовные ценности как самостоятельный субъект, связанный экономическими отношениями и проживающий на определенной территории на основе единства языка, духовности, национального самосознания, обычаев, традиций и ценностей. Нация стабильно проживает на определенной территории, развивается в ходе исторического процесса и формируется на основе единства духовно-нравственного потенциала людей[12].

Также каждый человек является представителем определенной нации и обладает присущими ей особыми чувствами, ценностями, стереотипами, мечтами и надеждами. Учитывая именно эти факторы, национально-этнические группы представляют собой объединения, состоящие из тысяч и миллионов людей, связанных между собой общими внутренними и внешними психологическими характеристиками[20]. Если рассматривать это явление от простого к сложному, то оно включает в себя род и племя, народ и нацию, расу и народность[4].

Однако когда народ поднимается до уровня нации, его ответственность перед обществом возрастает в сотни, тысячи раз по масштабу, внутреннему содержанию и сущности предъявляемых к нему требований. Термин "нация" в древности и средние века применялся в основном к группе людей общего происхождения, обладающей экономической и политической общностью. С первого взгляда, толкование понятия нации не отличается от характеристики этноса[5].

Анализ и результаты. "Национализм" - это понятие, означающее всестороннее возвеличивание одной нации, пренебрежение правами,

потребностями и интересами других наций, их унижение. Национализм - это теория и практика, основанные на пропаганде национальной ограниченности и исключительности, проникнутые глубокой верой в свою нацию и духом недоверия к другим нациям.

Несмотря на то, что подобная трактовка понятия национализма широко распространена, необходимо отметить, что существуют различные интерпретации его охвата. Например, в бывшем Советском Союзе понятие национализма было намеренно искажено, и любое проявление национального самосознания расценивалось как национализм. В настоящее время в некоторых исследованиях высказываются мнения о необходимости разграничения понятий "национальная гордость," "патриотизм" и "национализм" по содержанию[13].

Английский историк А. Тойнби писал: "Национализм - самая мощная идеология в мире, и если возникнет конфликт национальных интересов, никакая другая идеология не сможет противостоять национализму."

Кроме того, национализм встречается в многогранных и разнообразных комбинациях и в различных формах, в частности, в традиционных, религиозных, этнокультурных концепциях (панисламизм, панамериканизм и другие)[6].

Сущность идеологии национализма состоит в признании и пропаганде превосходства своей нации над другими нациями. Национализм может проявляться в формах экспансионизма, изоляционизма, шовинизма и нацизма. Национализм порождает различные противоречия в рамках одной страны, а на международном уровне сеет раздор между народами разных стран. Согласно международному законодательству, национализм рассматривается как ограничение прав человека и квалифицируется как политическое преступление[14].

Однако не следует смешивать патриотизм с национализмом. Если национализм - это стремление выделить свою нацию и придать ей статус "великой," то патриотизм - это борьба за процветание своей нации, не унижая других, и, если нужно, готовность пожертвовать своей жизнью на этом пути. Ведь человек, который искренне не любит свою нацию, никогда не сможет полюбить другие нации.

Несомненно, сегодня положительные аспекты национализма практически не наблюдаются в жизни общества. Его негативные стороны уже вошли в число наиболее опасных угроз для безопасности общества и государства. Необходимо подчеркнуть, что если "национализм" приобретает политический характер, он может принять сильную негативную направленность.

Это может превратиться в достаточно серьезную угрозу безопасности государства и нации, а также региональной и глобальной безопасности[1]. В любой форме национализм основан на чувствах унижения и пренебрежения к другим народам и их культурам. Такие взгляды в большинстве случаев

проявляются вместе с попытками обвинить определенные народы в несправедливостях, которые имели место (а иногда и не имели места) в ходе исторического развития нации.

Что касается понятия "межнациональные конфликты," следует отметить, что конфликты между нациями никогда не возникают сами по себе. Несомненно, сегодня фактор межнациональных конфликтов, ставший основным объектом изучения многих наук, в том числе психологии, конфликтологии, социологии, политологии и других дисциплин, связанных с направлением безопасности, признается одной из наиболее актуальных тем в обеспечении стабильности общества и государства.

Выявление причин возникновения национально-этнических конфликтов и анализ механизмов их появления имеют не только теоретическое значение, но и важны, поскольку позволяют различать внутренние и внешние причины таких ситуаций, определять даже малейшие влияющие на них элементы, а также серьезно подходить к их устранению[7].

Теория хаоса играет особую роль в изучении этого процесса. В ней объект, то есть проблема, рассматривается как система, и предполагается, что изменение или воздействие на его малые элементы приводит к широкомасштабным последствиям и изменению его физических свойств. Эту теорию широко использовали могущественные государства в своих геополитических и геоэкономических интересах (СССР - 1990, в странах СНГ) [22].

Выводы и предложения. Обобщая вышеизложенное, следует подчеркнуть, что научно-теоретическое изучение вопросов, связанных с межнациональными отношениями, связями, противоречиями и конфликтами, а также научный и практический подход к стабилизации общества на основе полученных знаний имеют важное значение. При этом, хотя основная ответственность лежит на гражданах страны, каждый должен осознавать, что мир и спокойствие являются высшим благом.

В частности, проводимая в нашей стране политика направлена, прежде всего, на обеспечение национального согласия и стабильности. Поэтому считается целесообразным расширять дружеские и братские отношения между нациями, дальнейшее развитие гармонии и согласия между ними, уважение национальных ценностей, а также регулярно поддерживать язык, обычаи и традиции каждой нации.

В наши дни, благодаря устойчивому развитию солидарности между различными национальностями, толерантность также укрепляется как уникальная ценность. В настоящее время на мировом уровне усиливаются стремления, направленные на осознание народами своей самобытности, защиту своих интересов, сохранение обычаев, традиций и ценностей, а также их популяризацию среди народов мира. Каким бы позитивным ни был этот процесс, он, в свою

очередь, требует дальнейшего совершенствования чувства толерантности в связи с растущими стремлениями различных наций и народов к защите своей идентичности и интересов.

Список использованной литературы

1. Каримов И.А. Ўзбекистон XXI аср бўсағасида: хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёт кафолатлари. – Т.: Ўзбекистон, 1997. – Б.74.
2. Азизова Н. Ўзбек тили – миллатлараро ва давлатлараро муомала воситаси // Жамият ва бошқарув. Т: 2010, №1. – Б.117.
3. Анджелина Джоли Межэтнические конфликты: предпосылки и пути решения // http://www.coolreferat.com/Межэтнические_конфликты 20.07.2011г.
4. Асқаров А. Ўзбек халқининг этногенези ва этник тарихи (Ўқув қўлланма). – Т.: Университет, 2007. - Б. 92.
5. Асқаров А. Ўзбек халқининг этногенези ва этник тарихи (Ўқув қўлланма). – Т.: Университет, 2007. – Б.94.
6. Жумаев Р.З., Абдуллаев У.А., Хужанов Б.А. Конфликтология асослари. Ўқув қўлланма. – Т.: Академия, 2000. – Б.152.
7. Жумаев Р.З., Абдуллаев У.А., Хужанов Б.А. Конфликтология асослари. Ўқув қўлланма – Т.: Академия, 2000. –Б.145.
8. Кант И. Антропология с прагматической точки зрения. – СПб.: Наука, 1999. – 471 с., // http://www.bimbad.ru/biblioteka/article_full.php?aid=424&binr_rubrik_pl_articles=1 08 11.12.2011г.
9. Крыско В.Г. Этническая психология. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – Б. 10-13
10. Кудрявцев В.Н. Юридическая конфликтология. – М.: РАН, 1995. // <http://www.kursach.com/biblio/0009001/000.htm> 16.01.2012г.
11. Макаров В.В. Место и значение национальной особенности в антропологическом учении немецкого идеализма // ftp://lib.herzen.spb.ru/text/makarov_5_10_320_324.pdf 05.10.2011г.
12. Маманазаров Н. Мустақиллик ва миллий-этник жараёнлар. – Т.: Фан, 2004. – Б.24.
13. Маънавият: асосий тушунчалар изоҳли луғат. – Т.: Ғ.Ғулом нашриёти, 2009. – Б.382.
14. Маънавият: асосий тушунчалар изоҳли луғат. – Т.: Ғ.Ғулом нашриёти, 2009. – Б. 382–383.
15. О Кыргызстане // <http://www.gdhotel.kg/ru/show/about-kyrgyzstan/> 12.02.2012г.
16. Ренан Э. Что такое нация? // Ренан Э. Собрание сочинений: В 12 т. Т. 6. Киев: Издание Б.К. Фукса, 1902. С. 98.,

//http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=45980&p_page=12 15.09.2011г.

17. Самаров Р.Р. Хавфсизликнинг методологик асослари. – Т.: Академия, 2010. – Б. 245.

18. Самаров Р. Сиёсий хавфсизлик асослари. – Т.: Академия, 2011. – Б.31.

19. Самаров Р. Сиёсий хавфсизлик асослари. – Т.: Академия, 2011. – Б.29.

20. Самаров Р. Сиёсий хавфсизлик асослари. – Т.: Академия, 2011. – Б.96.

21. Смирнов А. “Национализм: нация коллективное действие: пустое означающее” // Логос. - Москва, 2009. №2. // <http://magazines.russ.ru/logos/2006/2/sm15.html>

22. Теория «хаоса» // <http://libsib.ru/menedzhment/tendentsii-razvitiya-menedzhmenta-osnovnie-etapi-nauchnie-shkoli-ikontseptsii-upravleniya/teoriya-chaosa> 12.01.2012г.

23. Тишков В.А. Реквием по этносу: Исследования по социально-культурной антропологии. Ин-т этнологии и антропологии им. Н.Н. Миклухо-Маклая. — М.: Наука, 2003. — 544 с., // <http://www.ethnonet.ru/book/tishkov.html> 15.12.2011г.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ НАУКА В ЭПОХУ ПЕРЕМЕН: ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПОДХОДОВ

Усманова М.Н.

*канд. психол. наук, профессор кафедры психологии
Бухарского государственного университета*

Введение. Современная эпоха характеризуется стремительным развитием глобализации и цифровизации, что кардинально меняет социальный контекст и предъявляет новые требования к психологической науке. Ускорение темпов цифровизации и глобализации привело к значительному росту объёма информации в науке, включая психологию.

В этих условиях психологам приходится осваивать новые методы исследования, учитывать влияние мировых процессов на психику человека и разрабатывать эффективные стратегии сохранения благополучия. В то же время глобальные вызовы (цифровые технологии, искусственный интеллект, информационно-психологические войны, интернет-зависимость, военные конфликты и др.) требуют переосмысления традиционных психологических подходов и внедрения междисциплинарных знаний. Цель данной статьи – проанализировать основные направления развития психологической науки в эпоху глобализации и цифровизации, выявить ключевые проблемы и перспективы изменений.

Глобализация и цифровизация делают психологию более межкультурной и многогранной наукой. С одной стороны, расширяются возможности

международного сотрудничества и доступ к разнообразным культурным данным, что стимулирует развитие кросс-культурной психологии и глобального исследования феноменов личного благополучия. С другой – появляются серьёзные проблемы.

По оценкам ВОЗ, глобально остаётся огромный разрыв в доступе к психологической помощи: в странах с низким и средним уровнем дохода до 76–85 % тяжёлых психических расстройств остаются необслуженными. Глобальные военные конфликты и социально-экономическая нестабильность усугубляют эту ситуацию, делая актуальными технологии дистанционной психосоциальной поддержки и масштабируемые цифровые решения.

Психология должна учитывать культурные различия и социально-политический контекст: в условиях глобального информационного пространства важны навыки критического мышления и понимания влияния массовых коммуникаций на индивида. Кроме того, информационная перегрузка создаёт новые когнитивные риски – фрагментация внимания, снижение критичности восприятия, что требует разработки методов цифровой гигиены и формирования психологической устойчивости.

Современные IT-технологии открывают перед психологией новые возможности и расширяют инструментарий исследований и практики.

В области психического здоровья наблюдается стремительное развитие цифровых решений: помимо традиционного онлайн-консультирования (телемедицины), в центр внимания выходят мобильные приложения для самопомощи, виртуальная реальность (VR/AR) и системы на основе искусственного интеллекта (ИИ).

Так, мобильные приложения и платформы телетерапии позволяют обеспечить круглосуточную поддержку и индивидуализированные программы вмешательства (трекинг настроения, напоминания о приёме лекарств, когнитивные тренировки и др.), расширяя охват целевых групп и снижая барьеры доступа.

Виртуальная реальность используется для иммерсивных терапий (например, экспозиционная терапия при фобиях, тренинги навыков для лиц с ПТСР), усиливая вовлечённость пациентов. Искусственный интеллект и большие данные дают возможность автоматизировать диагностику и прогнозирование (например, анализ текстов пациентов на раннюю идентификацию депрессии), а также создавать чат-ботов для психологической поддержки. Как отмечают исследователи, «сфера цифрового психического здоровья выходит за рамки традиционного дистанционного консультирования, включая мобильные приложения, виртуальную реальность и генеративный искусственный интеллект».

Вместе с тем интеграция ИТ и ИИ в психологию сопряжена с рядом

вызовов. Появляются этические и методологические вопросы: необходимость строгой научной валидации и клинических испытаний новых приложений, проблемы конфиденциальности личных данных, риск алгоритмической предвзятости и неправильной интерпретации результатов машинных моделей.

Согласно обзору World Psychiatry (2025), необходимо создавать «новое поколение более строгих, плацебо-контролируемых и ориентированных на реальную практику исследований», а также решать задачи вовлечения пользователей и персонализации вмешательств. Например, исследователи предлагают использовать гибридные модели («just-in-time adaptive interventions»), цифровых навигаторов и методы совместного проектирования («co-design») для повышения эффективности цифровой терапии. В таблице 1 приведены ключевые цифровые технологии и их значение для психологии.

ТЕХНОЛОГИЯ	ПРИМЕНЕНИЕ В ПСИХОЛОГИИ	ПРЕИМУЩЕСТВА	ОГРАНИЧЕНИЯ И РИСКИ
МОБИЛЬНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ И ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМЫ	Телетерапия, приложения для психодиагностики и самопомощи	Широкий охват и доступность 24/7; индивидуализация вмешательств	Требуется научная проверка эффективности; риск недобросовестных или неточных приложений
ВИРТУАЛЬНАЯ И ДОПОЛНЕННАЯ РЕАЛЬНОСТЬ (VR/AR)	Иммерсивные терапевтические сеансы (при фобиях, ПТСР); тренировки социальных навыков	Усиливает эффект экспозиции и обучения; повышает вовлеченность пациентов	Высокая стоимость оборудования; недостаток адаптированных программ и долгосрочных исследований
ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ (ИИ) И БОЛЬШИЕ ДАННЫЕ	Алгоритмическая диагностика, чат-боты-консультанты; анализ данных для научных исследований	Автоматизация аналитики; персонализация лечения; новые научные возможности	Этические вопросы (конфиденциальность, предвзятость моделей); юридическая ответственность

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ И ОНЛАЙН-КОММУНИКАЦИИ	Изучение влияния социальных сетей на психику, онлайн-сообщества поддержки	Создание социальных связей; доступ к групповым ресурсам поддержки	Риск интернет-зависимости, распространения дезинформации и кибербуллинга

Информационно-психологические войны и социальная инженерия

Новые информационные реалии превращают психологию в инструмент современных «мягких» стратегий. Информационно-психологическая война (часто называемая когнитивной войной) рассматривается как использование информационных и коммуникационных технологий для изменения восприятия, убеждений и поведения большой аудитории. Как подчёркивают эксперты, когнитивная война «фокусируется на том, чтобы посредством информационных средств изменить то, как целевое население думает, а через это – как оно действует». Это означает активное применение пропаганды, целенаправленной дезинформации и психологических операций (PSYOP), направленных на деморализацию противника или мобилизацию поддержки внутри своей страны. Исторически понятие «психологической войны» впервые прозвучало в 1920 г. (Д. Фуллер), а современные реалии (интернет, социальные медиа, алгоритмическая обработка данных) значительно расширили его инструментарий. Психология, таким образом, оказывается в «центре поля битвы» за умы и сердца людей, что требует от учёных уточнения и разграничения терминов и концепций (психологическая война, когнитивная война, информационные операции и др.).

Параллельно появилось явление социальной инженерии – манипулятивных кибератак, при которых злоумышленник с помощью психологических приёмов обманывает человека (жертву) с целью получения секретной информации или доступа в систему. «Атаки социальной инженерии – это своего рода психологическая атака, которая эксплуатирует слабые стороны человеческих когнитивных функций». Злоумышленники используют естественные склонности человека доверять и подчиняться авторитетам, а также человеческие эмоции (любопытство, страх, алчность), чтобы побудить жертву совершить действия во вред себе. В информационно-психологических войнах этот принцип масштабируется – распространяются фейковые новости и троллинг, создаются «посты с вирусным эффектом» и «подстроенные дискуссии», что изменяет публичную динамику.

Психология отвечает на эти вызовы разработкой адаптивных стратегий. Рекомендуется использование когнитивных инструментов: образование

(обучение медийной грамотности), законодательные инициативы (регулирование платформ), технологические решения (алгоритмы фильтрации нежелательного контента) и «бусты» – техники тренировки мышления и устойчивости. Например, эксперты предлагают внедрять автоматические системы с настройками по умолчанию, учитывающими психологию пользователя (privacy-respecting defaults), создавать технические барьеры для распространения оскорбительного контента и проводить превентивную «психологическую вакцинацию» – знакомство людей с примерами типовых приёмов манипуляции. Таблица 2 систематизирует основные феномены информационно-психологического воздействия и психологические механизмы их работы.

ЯВЛЕНИЕ	ОПИСАНИЕ	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МЕХАНИЗМ/ПРИМЕР
ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ВОЙНА (КОГНИТИВНАЯ ВОЙНА)	Государственные кампании по манипулированию массовым сознанием через СМИ и интернет	Использование пропаганды, дезинформации и психологического давления для формирования нужных убеждений и поведения
СОЦИАЛЬНАЯ ИНЖЕНЕРИЯ	Киберманипуляции, направленные на обман человека с помощью психологических приёмов	Эксплуатация доверия, авторитета, любопытства, страха для получения конфиденциальной информации или контроля
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОПЕРАЦИИ (PSYOP)	Военные и политические операции (в т.ч. в соцсетях) с целью деморализации противника или мобилизации масс	Распространение убедительных нарративов, фейковых новостей, демонстрация силы/слабости для воздействия на мораль
ДЕЗИНФОРМАЦИЯ И МАНИПУЛЯЦИЯ В МЕДИА	Целенаправленное создание и распространение ложной или искажённой информации через СМИ и интернет	Использование эффектов повторения, фреймов, кликбейтов и популярных тем для искажения общественного мнения

Интернет-зависимость и психологическое благополучие

Распространение интернета и цифровых устройств породило новые формы поведенческой зависимости. Понятие «интернет-зависимость» возникло в 1990-е гг. и описывает патологическую тягу к постоянному пребыванию онлайн, которая проявляется потерей контроля и ухудшением психического здоровья. Сегодня более чем у половины населения мира есть доступ в интернет, что делает

проблему актуальной.

Исследования демонстрируют тесную связь между интенсивным использованием сети и ухудшением психологического благополучия.

В выборочном исследовании подростков показано, что «существенная положительная связь между общей тяжестью интернет-пользования и плохим психическим здоровьем (балл GHQ-12)»: другими словами, чем сильнее развивается интернет-зависимость, тем выше уровень тревоги и депрессии у пользователя.

Интернет-зависимость проявляется разнообразно: бессонные ночи за экраном, социальная изоляция, снижение успеваемости и работоспособности. Регулярное нарушение сна и чрезмерное времяпрепровождение за устройствами приводят к физическим и психическим симптомам: по данным обзорных исследований, около 26,8 % интернет-зависимых жалуются на бессонницу, 20 % испытывают дневную сонливость, проблемы со зрением. Социальные и академические сферы также страдают: чрезмерное онлайн-присутствие часто сопровождается снижением успеваемости, конфликтами в семье и ощущением одиночества. В таблице 3 перечислены ключевые проявления интернет-зависимости и их психологические последствия.

ПРОЯВЛЕНИЕ ФАКТОР	ОПИСАНИЕ	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ
ВЫСОКАЯ ИНТЕНСИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СЕТИ	Постоянная доступность интернета и мобильных устройств	Повышенная тревожность, депрессивные симптомы
НАРУШЕНИЕ РЕЖИМА СНА	Поздняя активность в интернете, бессонница	Снижение концентрации, хроническая усталость, когнитивные нарушения
СОЦИАЛЬНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ	Замещение реальных контактов виртуальным общением	Чувство одиночества, снижение удовлетворённости жизнью
ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ	Постоянное обновление ленты, поиск одобрения «лайками»	Низкая самооценка, кибербуллинг, ухудшение учебной/трудовой деятельности

Для противодействия интернет-зависимости психологи разрабатывают программы цифровой гигиены: ограничение экранного времени, техники самоконтроля, повышение медийной грамотности и развитие устойчивости (резилиентности). Психологическая наука также исследует, как оптимизировать дизайны соцсетей и приложений с учётом человеческих потребностей, избегая зависимостных триггеров.

Военные конфликты и социальные кризисы оказывают глубокое влияние на психику как отдельных людей, так и целых сообществ. Боевые действия, гражданские беспорядки и террористические атаки вызывают массовые травмы: согласно оценкам ВОЗ, примерно у 10 % людей, переживших вооружённый конфликт, разовьются серьёзные психические расстройства (в основном депрессия, тревожные расстройства, ПТСР), а ещё у 10 % – длительные нарушения функционирования.

Эпидемиологические исследования демонстрируют чрезвычайно высокие показатели: например, среди населения Афганистана 67,7 % опрошенных имеют симптомы депрессии, 72,2 % – симптомы тревожности и 42 % – ПТСР. Подобная картина наблюдалась и в других регионах конфликтов (Балканы, Ближний Восток), а у беженцев и перемещённых лиц доля психических проблем обычно ещё выше.

Военные конфликты разрушают привычные социальные структуры и наносят психологические травмы новым поколениям. Дети, выросшие в условиях войны, могут испытывать хронический страх, неспособность к адаптации и передавать травматический опыт последующим поколениям.

Для психологии задача заключается в адаптации практик и исследований к экстремальным условиям: требуется разработка дистанционных терапий для пострадавших в зонах боевых действий, мобилизация международной помощи и организационных мер по защите психического здоровья. В то же время цифровые технологии могут стать частью решения: использование телемедицины, VR-процедур для реабилитации ветеранов и пострадавших, а также масштабируемые онлайн-программы психообразования и поддержки.

В таблице 4 приведены основные психологические последствия различных военных факторов для населения.

СИТУАЦИЯ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ
БОЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ	Высокий уровень PTSD, депрессии и тревожности (примерно 10–20 % населения); у поражённых стран (пример: Афганистан) до 67 % – симптомы депрессии и до 42 % – ПТСР
БЕЖЕНСТВО И ВНУТРЕННЯЯ МИГРАЦИЯ	Психологическая травма, чувство утраты и беспомощности; повышенный риск суицидальных настроений и хронической депрессии
ДЕЗОРГАНИЗАЦИЯ СООБЩЕСТВ	Чувство тревоги и социальной незащищённости; снижение доверия в обществе и разрушение сетей поддержки
ДЛИТЕЛЬНЫЙ СТРЕСС (БЛОКАДА, ТЕРРОР)	Хронический стресс и выгорание; передача травмы детям; снижение экономической и социальной стабильности

Эффективная работа психологов в военных условиях предполагает тесную

координацию с гуманитарными организациями и органами власти, уделение внимания профилактике посттравматических реакций и развитию индивидуальной и коллективной устойчивости. Одновременно остро встаёт вопрос «психологического вывода» общества из конфликтов: возвращения к мирной жизни и восстановления ментального здоровья.

Междисциплинарный подход и перспективы

Решение стоящих перед психологией задач требует широкого междисциплинарного подхода. Тема конференции подчёркивает важность синтеза знаний о языке, обществе и личности для изучения благополучия, что особенно актуально в эпоху информационных технологий. Так, лингвисты и специалисты по коммуникации помогают анализировать механизмы распространения дезинформации и пропаганды; социологи исследуют влияние цифровых сообществ на социальную идентичность и нормы; специалисты по развитию личности и психотерапии создают инструменты повышения психологической устойчивости.

Психологическая наука должна опережать вызовы времени: внедрять результаты когнитивной и нейронауки в дизайн интерфейсов и медийных продуктов, разрабатывать методы цифровой профилактики зависимостей, использовать алгоритмы машинного обучения для ранней диагностики отклонений. Одновременно важным остаётся усиление эмпирических стандартов, репродуцируемости и этических норм исследований в условиях работы с большими данными и ИИ. Как отмечают эксперты, «психологическая наука может информировать политические интервенции в цифровом мире и защищать пользователей от манипуляций»

Наконец, психологи в эпоху глобализации должны учитывать новые формы неравенства и уязвимости. Цифровой разрыв – различия в доступе к технологиям – приобретает черты социальной несправедливости, влияя на ресурсы благополучия. Военные конфликты и климатические кризисы создают массовый стресс и травму.

Психология нового века призвана не только описывать эти явления, но и предлагать пути восстановления гармонии: это включает развитие программ эмоциональной поддержки, внедрение образовательных инициатив по ментальному здоровью и использование цифровых платформ для пропаганды позитивного поведения.

Заключение. Сегодня психологическая наука переживает эпоху глубоких перемен. Глобализация и цифровизация создают как новые возможности (расширение исследований, доступ к информации и помощи), так и серьёзные вызовы (информационный перегруз, манипуляции, зависимости, кризисы). В таких условиях необходимо переосмысление фундаментальных подходов: интеграция инновационных ИТ-инструментов и ИИ в практику, усиление

внимания к коллективным и социокультурным факторам, разработка когнитивных «мускулов» человека для сопротивления манипуляциям. Сохранение и приумножение психологического благополучия требует от учёных и практиков объединения усилий в междисциплинарной плоскости — взаимодействия с социологами, лингвистами, специалистами по информационным технологиям и политике.

При правильном сочетании этического регулирования, научной строгости и творческого подхода цифровые технологии и глобализация могут стать катализатором прогресса в психологии, а не только источником угроз. В конечном счёте, психологическая наука призвана обеспечить человеку устойчивость и саморазвитие во времена быстрых перемен, опираясь на проверенные теории и новые данные

Список литературы

1. Torous J., Linardon J., Goldberg S. B., Sun S., Bell I., Nicholas J., Hassan L., Hua Y., Milton A., Firth J. *The evolving field of digital mental health: current evidence and implementation issues for smartphone apps, generative artificial intelligence, and virtual reality* // World Psychiatry. 2025. Vol. 24, № 2. P. 156–174. [Frontiers+6CoLab+6ResearchGate+6](#)
2. Dermani H., Perdikaris P. *Internet addiction and psychological impact on adolescents: A scoping review* // [электр. ресурс] General Hospital of Athens “Laiko”; 2022. Режим доступа: ResearchGate [ResearchGate](#)
3. Soriano-Molina E., Limiñana-Gras R. M., Patró-Hernández R. M., Rubio-Aparicio M. *The Association Between Internet Addiction and Adolescents' Mental Health: A Meta-Analytic Review* // Behavioral Sciences. 2025. Vol. 15, № 2, 116. doi: 10.3390/bs15020116 [PMC+13MDPI+13Preprints+13](#)
4. Hamamcı H., Topçu E., Yılmaz L. *Internet addiction and psychosocial problems among adolescents during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional Turkish study* // Pediatr Int. 2020. Vol. 62, № 8. [PMC](#)
5. Götzl C., Hiller S., Rauschenberg C., Schick A., Fechtelpeter J., Fischer-Abaigar U., et al. *Artificial intelligence-informed mobile mental health apps for young people: a mixed-methods approach* // Child Adolesc Psychiatry Ment Health. 2022. Vol. 16:86. doi: 10.1186/s13034-022-00522-6 [BioMed Central+15Frontiers+15PMC+15](#)
6. Rahimi M. P., Wafa M. H., Stanikzai M. H., Rahimi B. A. *Post-traumatic stress disorder probability among parents who live in Kandahar, Afghanistan and lost at least a child to armed conflict* // Sci Rep. 2023. Vol. 13:3994. doi:10.1038/s41598-023-3994-? [Nature](#)

7. Savage M. S., King T., et al. *Incidence of mental disorders in soldiers deployed to Afghanistan* // Front Public Health. 2024. Vol.12:1357836. doi:10.3389/fpubh.2024.1357836 [Frontiers](#)
8. Zaman T., Hussain A., et al. *Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress in war-affected populations: systematic review and meta-analysis* // Front Psychiatry. 2022. Vol. 13:978703. doi:10.3389/fpsyt.2022.978703 [Frontiers](#)
9. Claverie D., du Cluzel F. *Cognitive Warfare: Securing Hearts and Minds* // Innovation Hub – NATO. 2023. 40 с. [prism.sustainability-directory.com+9innovationhub-act.org+9ResearchGate+9](#)
10. Nikoula M., McMahon R. *Differences Between Cognitive Warfare and PSYOPS* // ResearchGate. 2024. [ResearchGate+1innovationhub-act.org+1](#)
11. “Social Engineering – Major Component of Cognitive Warfare” // Academia.edu, Dermeni & Perdikaris. 2022. [academia.edu+1ResearchGate+1](#)
12. «Какие современные риски интернет-зависимости и методы профилактики» // Wiley Digital Wellness. 2025.

ШАХС ИЖТИМОЙЛАШУВИ ВА РУҲИЙ СОҒЛОМЛИГИДА ОИЛА ИНСТИТУТИНИНГ ЎРНИ

Хайдарова Хилола Газикуловна

*Низомий номидаги Ўзбекистон миллий педагогика мустақил
тадқиқотчиси,*

2-сонли Шаҳар рухий асаб касалликлари диспансери психологи

Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегиясида белгиланган устувор йўналишларда ҳар бир шахс ўз салоҳиятини ривожлантириши, маънавий ва ижтимоий ҳимоя тизимига эга бўлиши — бу оила миқёсида ҳам пайдо бўладиган ижтимоий ғурур ва камолот учун асосий шароит саналади. Шунингдек, аҳолининг руҳий саломатлигини муҳофаза қилиш хизматини янада ривожлантириш, хотин-қизларнинг жамият ва оиладаги нуфузини ошириш, уларнинг ҳуқуқий ва ижтимоий ҳимоясини таъминлаш, оилада соғлом муҳит яратишга қаратилган чора-тадбирлар кучайтирилмоқда.

Шахснинг турли моддий, маиший шарт-шароитларга, жамиятга, инсонларга, ўзига, ўзининг шахсий бурчларига муносабатлари ўз навбатида шахснинг ахлоқий қиёфасини, унинг ижтимоий установкаларини, ижтимоийлашувини белгилайди. Хусусан, К.А.Абульханова-Славская фикрича, шахс аввало ўзлигини, етуклигини, яхлитлигини ўзи учун англаши — унинг ижтимоий фаоллигининг шаклланганлигини, ижтимоий таъсирларга тайёрлигини билдиради.

Ижтимоийлашув — инсон томонидан кишилик маданиятининг, хусусан

миллий маданият анъаналарининг ўзлаштириб борилиши жараёни сифатида ҳам талқин қилиниши мумкин. Маданий муҳитга мослашиш сифатида ижтимоийлашув шахснинг бутун умри бўйи давом этади, бироқ бу жараён боланинг икки ёшдан олти ёшгача бўлган даврида бошланишини назарда тутсак, бунда оиланинг ўрнини нақадар муҳимлигини кўрамиз.

Оила ижтимоий институт сифатида бир томондан жамиятнинг таркибий қисми бўлса, иккинчи томондан кичик гуруҳ ҳисобланади. Оила шахсни ижтимоийлаштириш вазифасини бажаришда макроижтимоийлашув томондан маданиятнинг таъсирини, микроижтимоийлашув томондан эса оила хусусиятларининг таъсирини ўз ичига олади. Макромуҳитнинг таркибий қисми сифатида оила шахсни маданиятга қўшилишини, таъминлайди. Яъни, оила орқали миллий урф-одатлар, қадриятлар эгалланади, шахсни баркамоллиги йўлида мунтазам равишда таълимий, тарбиявий жараён олиб борилади. Аммо, оиланикоҳ институтидаги кризисли ҳолатлар, яъни, ажралишлар, болалар тарбиясини эплай олмаётган, ноқобил (ичкиликбоз, гиёҳванд, жиноятчи аъзоларга эга), нотинч оилаларда соғлом психологик муҳитнинг мавжуд эмаслиги, шахснинг, қолаверса мамлакатнинг ривожланишига жиддий путур етказди.

Оиладаги носоғлом психологик муҳит, асосан унинг коммуникатив (шахслараро тушуниш, мулоқот эҳтиёжи), рекреатив (дам олиш), фелицитологик (шахсий бахтга эришиш), релаксация (меҳнат қобилятини қайта тиклаш) функцияларини издан чиқиши билан характерланади. Бунинг оқибатида шахснинг ички имкониятлари, заҳира кучлари: эмоционал-ижодий фаолият, рухий-жисмоний қувватнинг ишга тушиш, меҳнат қобилятининг қайта тикланиш имкониятлари чекланади, психологик эҳтиёжлар қондирилмайди. Натижада стрессларга чидамсизлик, эмоционал беқарорлик, инқирозларни конструктив тарзда бартараф эта олмаслик ҳолати юзага келади. Булар ўз навбатида шахснинг ҳаётий йўналишини издан чиқишига, яшашдан қониқмасликка сабаб бўлиб, турли девиант (нормадан оғишиш) хулқ кўринишлари (жиноятчилик, фоҳишабозлик, алкоголизм, гиёҳвандлик) қаторида суицидга олиб келиши мумкин.

Суицид (лот. *sui* – ўзини + *caedere* - ўлдириш) – бу ўзини ўзи ўлдириш мақсадидаги хулқ бўлиб, аксарият ҳолларда ўзининг “Мен”ига нисбатан агрессия сифатида амалга оширилади. Суицидал хулқнинг намоён бўлишида жинслараро тафовут мавжуддир. Аёлларнинг эркакларга нисбатан таъсирчанлиги, стрессларга чидамсизроқлиги, халқ тили билан айтганда ожизалиги туфайли, ўзлари инқирозли деб санаган ҳар қандай вазиятда, турли мотивларда (ёрдамга чорлаш, қасд олиш, намоийшкороналик, кўрқитиш ва ҳоказо), кўпинча енгилроқ усуллари танлаган ҳолда (3:1 нисбатда) суицидга уринадилар ва аксарият ҳолларда тирик қоладилар.

Аёллар хулқидаги суицидал ҳаракатнинг натижаси қандай яқунланишидан

қатъий назар, ушбу хулқ оила, жамият миқёсидаги жиддий муаммо ҳисобланади. Чунки, хотин-қизлар шахсининг баркамоллиги, оилада соғлом психологик муҳитни ўрнатилишида асосий омил бўлиб, келажак авлоднинг таълим-тарбиясига хал қилувчи таъсир кўрсатади. Демак, аёлларнинг ҳар қандай суицидал ҳаракати ёки фикрлари, нафақат ўзларига балки яқинларига, ижтимоий муҳитга, жамият равнақига зид маънавий, психологик жароҳат, меҳнатга лаёқатсизлик каби кўринишлардаги салбий таъсирини ўтказиши муқаррардир.

Ушбу муаммони олдини олиш мақсадида, хотин-қизлар суицидал хулқига таъсир этувчи ижтимоий-психологик хусусиятларни (Р.Кеттел, Г.Айзенк, А. Басс ва И. Дарк методикалар ёрдамида) психологик сўровномалар орқали ўргандик. Тадқиқотлар натижасида олинган эмпирик матеариалларни факторли таҳлил этиш асосида хотин-қизларнинг суицидал мойиллигига йўл қўювчи ва уларни чекловчи етакчи омилларни аниқлашга муваффақ бўлдик. Унга кўра, хотин-қизларнинг суицидал уринишига таъсир этувчи ижтимоий-психологик хусусиятларни ўзида жамлаган етакчи омилларни ажратишимиз мумкин. Жумладан, суицидга уринган ва тирик қолган хотин-қизлар шахсиятидаги омиллар кўрсаткичлари қуйидаги кўринишда акс этди (1-жадвал):

1-жадвал

Суицидга уринган хотин-қизлар шахсиятидаги етакчи омиллар

№	Факторлар	қиймат
1	нонконформлилик	0,794
2	конформлилик	0,757
3	юқори ҳиссиётлилик	0,751
4	ишонувчанлик	0,655
5	суицидал таваккалчилик	0,616
6	агрессивлик	0,602
7	намоёнишкороналик	0,530
8	нейротизм	0,528
9	абстрактлашган агрессия	0,468
10	аламзадалилик	0,405

Демак, келтирилган кўрсаткичларнинг даражасига ҳамда уйғунлик (комплексли) характери таҳлиliga мувофиқ аёлларнинг суицидал уринишига таъсир этувчи етакчи факторлар, қуйидаги: жисмоний, вербал, жиззакилик, бадгумонлик, адоватлилик, негативизм каби агрессия шакллариининг шахс хулқида юқори даражада ифодаланишидан таркиб топанлигидан дарак бермоқда. Шунингдек, юқори эмоционал беқарорлик, радикаллик, ўз обрўси ҳақида ўта қайғуриш (ёки максимализм), психологик эҳтиёжларнинг турли даражада фрустрацияланганлиги ҳисобига мантикий фикрлашнинг (когнитив

соҳа) торайиши, ўз хулқ-атворини ташкиллаштиришида жамоат фикри билан ҳисоблашмаслик (нонконформиликнинг жиҳати бўлган)ка мойиллик кабилар, хотин-қизларнинг суицидга уриниш хавфини кучайтириши мумкинлигига ишора қилади.

Фақатгина суицидал фикрларга, ниятга эга бўлган, суицидга уриниб кўрмаган хотин-қизлар тест натижаларидан олинган кўрсаткичларнинг факторли таҳлили қуйидаги кўринишга эга бўлди (2-жадвал).

2-жадвал

Суицидал фикрли хотин-қизлар шахсиятидаги етакчи омиллар

№	Факторлар	қиймат
1	адоватлилик	0,779
2	дипломатлиликнинг етишмаслиги	0,774
3	ригидлик	0,668
4	восита сифатидаги “суицидал ният”	0,579
5	мантиқий фикрлаш кўламининг торайиши	0,524
6	ҳаёт моҳиятини чуқур англамаслик,	0,484
7	гипотимия (айбдорлик ҳиссига мойиллик),	0,445
8	импульсивлик	0,431
9	таъсирчанлик	0,424

Жадвалдаги кўрсаткичлар хотин-қизларнинг суицидал ниятлари, фикрларининг юзага келишига таъсир этувчи ижтимоий-психологик хусусиятларни ўзида жамлаган етакчи факторларни таҳлилий таъриф бериб, ажратишимизга имкон бермоқда. Демак, ҳаётни енгил қабул қилиш, импульсивлик, мулоқатдаги юзакилик, ҳар қандай йўл билан дахлсизликни, мустақилликни сақлашга интилиш, шахс мулоқатмандлигида ўз фикрлари, сезилари кечинмаларининг бирламчи кадр-қимматга эгалиги, ортиқча фикр, ҳиссиёт ва ҳаракатларни мақсадга мувофиқ йўналтира олмаслик ҳамда кутилмаган, ностандарт вазиятларда топқирликнинг етишмаслиги кабилар суицидал фикр, ниятларнинг юзага келишини таъминлаши мумкин.

Ушбу ижтимоий-психологик хусусиятлар мажмуасидан таркиб топган факторлар, шахснинг ички (психологик) ва ташқи (ижтимоий) муносабатларида уйғунликнинг (гармония) бузилганлигидан дарак беради. Бундай шахсий ва ижтимоий номувофиқлик ҳолати, шахснинг ижтимоий ҳаётда ўз ўрнини топишига, шахслараро муносабатларининг равон бўлишига тўсқинлик қилади.

Умумий қилиб айтганда, тадқиқот натижалари, хотин-қизлар шахсининг ижтимоий мослашиши ҳамда унинг шахс сифатида ривожланиши, ички мўтадиллигини таъминловчи ижтимоий-психологик параметрларининг маънавий

талабларга, меъёрларга мос келмаслиги ташқи – ижтимоий, шахслараро низоларга, ва ички – психологик зиддиятларга сабаб бўлиб, инқирозли, стрессли ҳолатларни юзага келтириши мумкин. Бунда, хотин-қизларнинг одатий кундалик турмушдаги содда муносабатларидан тортиб, турли ижтимоий жабҳаларда шахслараро ҳамда шахснинг ички муносабатларида иштирок этувчи турли хусусиятларининг меъёрий талабларга жавоб бермаслиги, ижтимоийлашувнинг раволигига путур етказиши (суицидал фикрлар) ёки издан чиқариши (суицидга уринишлар) мумкин.

Шунингдек, илмий изланишимизда назорат гуруҳига (умуман суицидал фикрга эга бўлмаган ва суицидга уринмаган) мансуб хотин-қизларнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари ўрганилди. Уларнинг натижалари қуйидаги кўринишда ҳосил бўлди (3-жадвал):

3-жадвал

Назорат гуруҳидаги хотин-қизлар шахсиятидаги етакчи омиллар		
№	Факторлар	қиймат
1	иродалилиқ	0,842
2	мулоқатмандлиқ	0,814
3	меъёридаги ҳиссиётлилиқ	0,579
4	воқеилиқка ижобий муносабат	0,558
5	ижобий йўналган мустақил фикрлилиқ	0,548
6	ташаббускорлиқ	0,514
7	эмоционал барқарор экстрове́ртиқ	0,488
8	қатъиятлилиқ	0,487
9	меъёрий ижтимоийлашув	0,470
10	суицидал мойиллиқларни ифодалашдаги журъатсизлиқ	0,431

Ушбу натижалар хотин-қизлар суицидал мойиллигининг чекланишига таъсир этувчи турли ижтимоий-психологик хусусиятларни ажратишимизга имкон бермоқда. Унга кўра:

-эмоционал етуклиқ, хулқ-атвор ва ҳиссиётларни яхши назорат қила олиш - иродалилиқни таъминлашини;

-атрофдагилар билан ўзаро қўллаб-қувватланиш жараёнига асосланган мулоқатмандлиқ - ҳаётга бўлган иштиёқни рағбатлантиришини;

-таъсирчанлиқнинг эҳтиёткорлиқ, стрессларга чидамлилиқ, мантиқий фикр юритиш билан биргалиқда ифодаланиши - ҳиссиётлилиқни меъёрида бўлишига хизмат қилишини;

-ўзига бўлган ишонч, меъёрий агрессия (жисмоний, вербал шаклдаги) ва воқеилиқка нисбатан ижобий муносабатнинг узвийлиги – оптимизм ва фаоллиқни таъминлашини;

- шахсий ташаббус, мустақил фикрга таяниб, муваффақиятга қатъият билан интилиш, доимо ҳаракатда бўлиш, муаммоларга танқидий ёндошиш, муаммолар юзага келтирадиган мавхумликларга нисбатан чидамлилиكنинг омили бўлиши мумкинлигини;

- зиддиятларда, муаммоларда теварак-атрофдаги одамларни айбламаслик, ташқи ҳодисаларга йўналишнинг ижтимоий шартларга асосланганлиги - меъёрий ижтимоийлашувга хизмат қилишини;

- муваффақият томон эҳтиёткорлик, қатъият билан ҳаракатланиш, интилиш, суицидал мойилликка сабаб бўлувчи салбий ҳолатларни олдини олишни таъминлаши мумкинлигини;

- мустақил, танқидий фикрлилик – глобал ахборот оқимларидаги (интернет сайтлари, оқимлар, кинофильм сюжетларидаги) очик ёки яширин тарзда ифодаланаётган суицидал даъватлар таъсирига берилиш кўринишидаги суицидал хавфдан ҳимоя қилишини;

- ижодий тафаккур, бой тасаввур, ўз оламига йўналганлик ҳамда хавф-хатар эҳтимолига юқори сезувчанлиكنинг бирга келиши - аутизм ҳолатида юзага келувчи суицидал мойилликларни ифодалашни чеклаши мумкинлигини кўрсатмоқда.

Келтирилган ушбу ижтимоий-психологик хусусиятлар суицидал хавфни олдини олишга хизмат қилувчи омилларни ташкил этмоқда. Ушбу натижаларга асосан суицидал хавф мавжуд бўлган ва ушбу хавфдан холи бўлган хотин-қизлар шахсидаги ижтимоий-психологик хусусиятларни таққослаш мумкин.

Демак, тадқиқотимизда олинган натижаларга асосан шахс индивидуаллигини ташкил этувчи хусусиятларни ижтимоийлашув жараёнида тўғри танланган тарбия усуллари ва шакллари билан тарбиялаш орқали шахснинг суицидга мойиллигини олдини олиш мумкинлигини назарда тутган ҳолда қуйидаги тавсияларни келтирамыз.

Оилада ота-оналарга тавсиялар:

- оилада шахслараро муносабатни эмоционал яқинлик асосида, шахс чегараларини бузмаган ҳолда ўрнатишага аҳолини ўргатиш;

- ёшларнинг ва хотин-қизларнинг мустақил фикрлашларини рағбатлантириш, мустақил қарор қабул қилиш, маъсулиятлилиكنи мустаҳкамлаш малакаларини шакллантириш;

- ўз кадр-қимматини адекват баҳолашлари учун шароит яратиш яъни, тарбиявий жараёнда, улардан ҳар бир ишда бенуқсонлиكنи талаб қилмасдан, балки, камчиликларини тўғри қабул қила олишга ўргатиш;

- экстремал, стрессли вазиятларда, инкирозли ҳолатларда психологик далда бера олиш (қўшилишиб эмоцияларни сочмасдан, ох-воҳ солмасдан) орқали, ўз ҳиссиётларини бошқариш кўникмаларини ҳосил қилишга ёрдам бериш;

- ўз мақсадлари, қадриятлари, қизиқишларига, қарашларига, мустақил

фикрига эга бўлган индивидуал шахс бўлиб етишишига (ўз ғоялари, қадриятларини сингдирмаган ҳолда) тўғри йўналтириш;

- ота-оналар томонидан ташқи вазиятлар таъсири, ҳукми остидаги жабрланувчи, ожиз шахс сифатида эмас, балки ҳар қандай муаммони ҳал этишга лаёқати етадиган маъсулиятли шахс сифатида шахсий намуна бўлиш.

Таълимда педагогларга тавсиялар:

- Ўқитувчи ва ўқувчи ўртасида педагогик зиддиятнинг бўлмаслиги чораларини кўриш, ўтиш даврида бола билан ишлашнинг оптимал қоидаларига қатъий риоя қилиш, бола шахсини ҳурмат қилиш;

- ўсмир ва ўспирин ёшидаги қизларнинг ёш хусусиятларини, индивидуал-психологик типларини инобатга олган ҳолда тарбиявий ишлар олиб бориш, муомала қилиш;

- сериаллардаги, бадий фильмлардаги суицидал саҳналардан таъсирланишнинг олдини олиш мақсадида тарбиявий дарс соатларда, таъсир ўтказувчанликни ижобий тарафга йўналтириш орқали, рефлексия малакаларини ҳосил (суицидал мойилликка қарши ғоявий иммунитетни шакллантириш) қилиш.

- ўқувчиларда бунёдкор ғоялар орқали интернет, ОАВнинг маълумотларини тўғри танлаш, саралаш малакаларини шакллантириш, назорат қилиш ва турли интернет сайтлардан фойдаланиш оқибатлари юзасидан бевосита тушунча бериш;

- ўқувчиларда ўзлигини, ҳаёт моҳиятини чуқур англаш юзасидан логотерапия тренинги йўналишида давра суҳбатлари, кечалар ташкил этиш.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ш.М.Мирзиёев. 2017-2021 – йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг 5 та устувор йўналиши бўйича ҳаракатлар стратегиясини «Халқ билан мулоқот ва инсон манфаатлари йили»да амалга оширишга оид давлат дастурини ўрганиш бўйича илмий услубий рисола. // -Тошкент, Маънавият, 2017.

2. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М.Мирзиёевнинг 2019 йил 13 февралдаги ПҚ-4190-сон «2019-2025 йилларда Ўзбекистон Республикаси аҳолисининг руҳий саломатлигини муҳофаза қилиш хизматини ривожлантириш концепциясини тасдиқлаш тўғрисида»ги Қарори.

3. Абульханова-Славская К.А. Проблема определения субъекта в психологии // Субъект действия, взаимодействия, познания. — М.: Наука, 2001. - с. 36-52.

4. Белинская Е.П., Тихомондриская О.А. Социальная психология личности. – М.: Аспект пресс, 2001. – 518 с.

3. Каримова В.М. Оила психологияси: Педагогика олий ўқув юртлари талабалари учун Дарслик. – Т.: Фан ва технология, 2008. – Б. 18-22, 85-96.

4. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. – СПб.: Прайм – Еврознак, 2007. – С. 567.

ЎСМИРЛАРНИНГ ЎЗ - ЎЗИГА БЎЛГАН МУНОСАБАТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ИЖТИМОЙЛАШУВНИНГ АҲАМИЯТИ

Халикова Ш.Т., ТИПУ доценти

Кириш: Махсус мактабдаги таълим жараёнида ижтимоий муҳитни шакллантириш ижтимоий муносабатларни таркиб топтиришнинг муҳим шарти ҳисобланади. Ушбу ҳолат кўришида нуқсони бўлган ўсмирларнинг шахсий ривожланиш хусусиятларини унинг шахслараро муносабатлар тизимида пайдо бўлган ўз ўзини ҳис қилиш имконини берадиган методлар таҳлили келтирилади.

Кўзи тўлиқ ожиз болага ташқи (экологик, ижтимоий) омилларнинг таъсири, хусусан, ижтимоий муҳитга ва жамиятга муносабатни шакллантириш , - тузатиш ва ривожланиш дарслари жараёнида ижтимоий-маиший йўналиш , касбий ва меҳнат таълими; меёр ва қоидаларни билишдаги бўшлиқлар ва камчиликларни қоплаш, қўшимча таълим орқали боланинг имкониятлари ва ютуқлари соҳасидаги фаолиятни кучайтириш орқали маънавий ва шахсий ривожланишни амалга оширишимиз лозим.

Шундай қилиб, тузатиш ва педагогик (тарбиявий) фаолият мақсадга мувофиқ, ўйланган ва махсус ташкил этилган педагогик жараёндир.”Шахснинг ижтимоий-психологик қиёфаси масаласи ҳам бугунги кундаги ўзгаришлар ва маънавий жиҳатдан покланиш даврида ўта муҳим соҳадир. Зеро, ҳар бир шахснинг жамиятда рўй бераётган туб ислохотларга муносабати, уларни идрок қилиш ва англаш даражаси, ўз-ўзига нисбатан муносабатининг табиати, ҳулкидаги ижтимоий мотивлар ва йўналишлар катта аҳамиятга эгадир” [1] Мазкур фаолиятни диагностика қилиш, тузатиш ва ривожлантириш, тузатиш ва профилактика, тарбиявий тузатиш, психокорректив фаолиятни ўз ичига олади.

Махсус таълим жараёнида шахсий хусусиятлар ва ҳуқ-атворда учрайдиган камчиликларини тузатиш ва ўзгартиришга қаратилган тўлақонли шахсни шакллантириш ва ривожлантириш учун зарур шарт-шароитларни яратиш орқали ижтимоийлашув амалга оширилиб борилади.

Кўриш қобилияти бузилган шахсларнинг ижтимоийлашуви, мақсадли тузатиш ва педагогик таъсир орқали, кўриш қобилияти бузилган шахсни шакллантириш учун зарур бўлган маълум бир билим тизими, нормалари, қадриятлари ва ҳуқ-атвор қоидаларини ўзлаштириш жараёндир.

Жамиятимизнинг тўлақонли аъзоси сифатида фаолият кўрсатиш ва бу жамиятда ижтимоий мавқега эга бўлиш имкониятини яратишимиз зарур. Махсус мактабнинг асосий мақсадларидан бири болаларнинг мақсадли ижтимоийлашуви

учун шароит яратиш, ҳаётнинг ўзини ўзи белгилаш учун дастлабки имкониятларни ривожлантириш орқали мустақил ҳаётга тайёргарлик кўришдир.

Бу фаолиятни амалга оширишнинг асосий усуллари тарбиявий ишларнинг қуйидаги йўналишларида белгиланади:

- меҳнат таълими; маънавий ва шахсий ривожланиш;
- эстетик тарбия;
- ижтимоийлашув, ҳаётни ижтимоий ва маиший йўналиш;
- соғлиқни сақлаш ва жисмоний ривожланиш -тузатиш гимнастикаси,

жисмоний тарбия, бадий гимнастика ва бошқалар. Буларнинг барчаси муваффақиятли ижтимоийлашувнинг гаровидир. Ижтимоийлашув-бу инсоннинг замонавий турмуш шароитларига мослашиши қийин кечадиган жараён. Айниқса, кўриш нуқсонига эга ногирон болалар учун бу жараён қийин кечади. Бу жараён инсоннинг ҳаётнинг турли соҳаларида фаол иштирокини ўз ичига олади.

Ногирон болаларга атроф-муҳитни тўғри баҳолашни ва умумий қабул қилинган меъёр ва ҳуқ-атвор қоидаларига риоя қилишни ўргатиш муҳим аҳамият касб этади. Шу соҳани ўрганаётган мутахассислар ,олимлар, ўқитувчилар ва психологларни ташвишга солмоқда. Кўриш бўйича ногирон болалар жамиятимизда муваффақиятли ижтимоийлашуви учун кўпроқ эътибор талаб қилади. Кўриш нуқсони бўлган махсус мактаб тарбияланувчилари билан индивидуал ёндашув,коррекциялаш ишларини амалга ошириш лозим. Махсус мактабдаги тарбияланувчилар орасида турли ақлий ёки жисмоний нуқсонлари бўлган болалар учрайди. Аввало,кўриш нуқсонининг мавжудлиги боланинг умумий ривожланишидаги муаммоларга сабаб бўлиши мумкин.

Алоҳида парвариш ва даволанишга, шунингдек, ўрганиш учун муайян шароитларга эҳтиёж пайдо бўлади. Соғлиғининг бузилиш даражаси бола танасининг айрим функциялари ишига ҳам ўз таъсирини кўрсатади.

Ногирон боланинг ҳаракатланишдаги чекловлар болаларни фаол ҳаёт тарзини чеклайди.Дейлик, агар нутқ ва ҳиссий бузилишлар мавжуд бўлса, бу тенгдошлари билан мулоқот қилишда қийинчиликларга олиб келади ва болалар катталар, ўқитувчилар ,тарбиячилар билан мулоқатга киришишлари қийин кечади.”Замонавий жамиятда болаларнинг ижтимоийлашувига маълум даражада таъсир қиладиган омиллар мавжуд”. [2] Умуман олганда, бу жараён бола ҳаёти давомида содир бўлади: бола ёшлигидан бошлаб мулоқот жараёнида иштирок этади.Таълим -тарбия жараёнида муайян ахлоқий меъёрларни ўрганади ва жамият ҳаёти учун зарур бўлган фазилатлар шаклланиб боради.

Ўзларининг нуқсонларига бўлган нотўғри муносабат туфайли ўсмирларнинг атрофдаги дунёни, ижтимоий муносабатларни ва ўзларини баҳолаши ички номувофиқликни, шахснинг номутаносиблиги келиб чиқаради. Бу шахсий муносабатларнинг ўзига хос тизимини шакллантириш учун зарур бўлган кенг ижтимоий тажрибани ўзлаштиришда мураккаб психологик ҳолатни

келтириб чиқаради.

Булар қуйидагилар ҳисобланади: 1) ўз-ўзига баҳо бериш, ўз нуқсонига бўлган муносабат, атрофдагиларга муносабат;

2) ҳаётий мақсадларга муносабат, ўтмиш ва келажакка, ҳаётий қадриятларга муносабат;

3) бевосита ижтимоий муҳитга муносабат, бошқа жинс вакиллари билан муносабатлардир. Ушбу муносабатларни ўсмир шахсининг асосий таркибий қисмлари сифатида шакллантиришда кўриш нуқсон ва унинг оқибатлари яқка психологик ва ижтимоий аҳамиятга эга хусусият касб этади.

Кўриш нуқсони бўлган ўсмирларда атроф муҳит, одамлар билан муносабатга кириш жараёнлари кўпинча уларнинг эгосини йўқ қилиш эвазига амалга оширилади, турғун, яширин невроз эса уларнинг етарлилигига шубҳа уйғотади. “Ўсмирлар ўзларининг тажрибаларини бўрттириб кўрсатишга ва ўзларини ҳаёлий белгилар асосида таништиришга мойил бўладилар.”[3] Ногирон ўсмирлар катталарнинг яхлит қиёфасини яратишда ва уларни фарқлашда қийинчиликларга дуч келадилар.

Бу одатда кўзи соғлом тенгдошлар билан чекланган ижтимоий алоқалар, ташқи дунёдан олинадиган маълумотларни идрок қилиш, таҳлил қилиш ва тушунишдаги қийинчиликлар, катталар хулқ-атвори ва ижтимоий оламни мақсадли тақлид қилиш каби қийинчиликлар билан боғлиқ.

Ўз-ўзини тасвирлаш, англаш шаклланиш босқичида доимий равишда таққосланади, қайта кўриб чиқилади, таҳлил қилинади, ташвиш ва зиддият кўпайиб боради. Ижтимоий муҳит кўришида ногиронлиги бўлган ўсмирларни ўз қобилиятлари доирасини қайта кўриб чиқишга мажбур қилади: ўсмир ўзини катталар билан солиштиради, аммо ўзида мавжуд бўлган қобилиятларига ишончсизлик билан қарайди.

Шунга қарамай, у ўзини синаб кўради ва ҳал қилиш қийин бўлган кўплаб муаммоларга дуч келади. Бу унга умидсизлик ва ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг пасайишига олиб келади, шунинг учун инқироз даври одатдагидек, уларнинг имкониятларини англаш билан яқунланмайди.

Методлар: Махсус мактаб тарбияланувчиси ўз нуқсонининг катталар ролидан завқланишига таъсирини оғриқли баҳолаб, ўзининг ички зиддиятлари чуқурлаштиради. Кўришида нуқсони бўлган ўсмирлар ўртасида ижтимоий мослашув ва шахслараро муносабатларни ривожлантириш муаммоларини ўрганиш мақсадида "Тугалланмаган жумлалар" методикаси асосида тажриба синов амалга оширилди. Назорат гуруҳи мактаб-интернатнинг заиф кўрувчи ўсмирлардан ташкил топган эди. "Тугалланмаган жумлалар" методикасининг натижалари ўсмирларнинг ўзига, шу жумладан ижтимоий муносабатлар субъекти сифатида муносабатларининг ўзига хос хусусиятларини баҳолашга имкон беради.

Ушбу жараёнда қуйидагилар аниқланди:

- 1) келажакка муносабат;
- 2) оилага муносабат;
- 3) ўзига муносабат;
- 4) мактаб интернатга муносабат;
- 5) ўзидаги нуқсонга муносабат;
- 6) тенгдошлар ва катталар билан муносабатлар;
- 7) ўзини намоён қилиш имкониятлари;
- 8) тажовузга мойиллик;
- 9) истак ,хоҳиш ва манфаатлар;
- 10) ахлоқий қарашлар.

Мазкур муаммолар баъзан кўриш нуқсонининг мавжудлиги билан боғлиқ, аммо келажакка таъсир қилувчи асосий омил эмас."Ўзига муносабат-берилган саволга қараб жавобларнинг бундай ўзгариши ўсмирларнинг юқори ҳиссий ташвишини , ўзини ўзи қадрлашга иккиланишини кўрсатади."[4]. Назорат гуруҳидаги ўсмирлар ҳам ўзларига ва шахсий хусусиятларига қарама-қарши баҳо беришади. Бу ўсмирларнинг тенгдошлари ва катталар билан хулқ-атвори ва муносабатларига салбий таъсир қилади.

Мактабга бўлган муносабат. Иккала гуруҳдаги ўсмирлар кўриш нуқсони туфайли таълим муассасасини танлаш имкониятига эга эмаслигидан норози эканликларини яширмайдилар, чунки кўриш имкониятининг чекланганлиги сабабли баъзи фанлар кам ўқитилади.

Шуни таъкидлаш лозимки, деярли ҳамма ўқувчилар келажакда жамиятда ўз ўрнини топиш учун албатта ўқиш кераклигини таъкидладилар. Кўриш бўйича ногирон ўсмирлар ўз билим савияси ва қобилиятларига шубҳа билан қарашади. Махсус мактаб интернат ўқувчиларининг катта қисми яқин келажакдаги режаларини амалга ошириш учун таълим жараёнидаги айрим фанларни ўқитиш шарт эмас, деб ҳисоблайдилар.

Ўсмирларнинг заифлиги ва ҳиссиётини кўрсатадиган бу жавоблар ажабланарли эмас. Бироқ, жиддий муаммолари борлигини расман тасдиқлаганга ўхшайди, лекин улар ўзларидаг камчиликлар ҳақида аниқроқ фикр айтишга қийланадилар.

Кўришда нуқсони мавжуд ўсмирларга жамиятнинг анъанавий равишда "кўзи ожизлар" тоифасини баҳолаши таъсир қилади."Шу билан бирга, стереотипик тасвирдаги салбий хусусиятларнинг кўплиги кам маълумотни қайта кўриб чиқиш ва бир хил ҳолатда бўлишнинг натижасидир.

Натижалар: Махсус мактабдаги тажрибалар шуни кўрсатдики, оиладаги оғриқли муносабатларни акс эттирувчи жавоблар ажралиб турарди: "Ота -онамни мендан умидлари катта

Улар мени қобилиятли, деб ўйлашади. Мен уларни ишончини оқлай олармиканман, шундан кўрқаман каби фикрларни билдирадилар. Мен буни

уддалай олмайман, буни ота-онамга айтаман. Таълим жараёнида, кундалик ҳаётда, шахслараро муносабатлардаги муаммолар мавжудлигини таъкидлайдилар.” Ўсмирлар деярли ҳар доим одамларнинг уларга бўлган муносабатига эътибор қаратишган. яъни, атрофдаги одамларнинг тавсифи уларнинг ўсмирларнинг ўзига бўлган муносабатини баҳолашга асосланади.”[5].

Ўқишда, кундалик ҳаётда, шахслараро муносабатларда муаммолар мавжуд бўлганда ногирон ўсмирлар ёрдам учун оила ва дўстларга тенг равишда мурожаат қилишга тайёр, аммо муаммоларни ҳал қилиш учун масъулиятни катталарга юклаш кузатилади. Назорат гуруҳининг ўсмирларида эмансипация реакцияси ва гуруҳ нормаларининг асосий қўллаб-қувватлаши уларнинг жавобларида ёрқин намоён бўлади. Натижаларни таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, методология вазифасини бажаришда кўриш нуқсонига эга бўлган ўспиринлар ўз имкониятлари ҳақидаги фикрларини кўпроқ келтирадилар, шунингдек, яхши таассурот қолдириш учун қулай жавобларни башорат қилишга ҳаракат қилишади. Баъзи ибораларда давомийликнинг йўқлиги ва баъзи жавоблар ўсмирнинг чуқур муаммоларига тегишлилигини кўрсатади, уларни бир нечта яхши мувофиқлаштирилган техникалар ёрдамида аниқлаштириш ва ҳал қилиш керак.

Айниқса, тажовузорлик тенденцияси, ўзига ва нуқсонга бўлган муносабат билан боғлиқ саволлар нуқтаи назаридан, биринчи навбатда, ногиронлиги бўлган ўсмирлар учун ушбу мавзунини таништириш ва жавобларнинг мавжудлиги билан эришилган юқори даражадаги ташвишларни аниқлаш мумкин. Шундай қилиб, ўспиринларнинг визуал нуқсоннинг ҳаётининг турли соҳаларига салбий таъсири ҳақида қайғуриши жамоатчилик фикри ва ижтимоий стереотипларнинг қўшилиши натижасидир. Олинган натижалар шуни кўрсатадики, визуал патологияси бўлган ўсмирларнинг ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг ички беқарорлигига асосланади ва шахслараро муносабатларга боғлиқ.

Хулоса: Махсус мактаб ўқитувчилари, тарбиячилари ҳамда ота-оналар ўртасидаги фаолиятни мувофиқлаштириш зарур. Мактаб-оила ҳамкорлигининг асоси ўсмирларнинг тўлақонли ижтимоий ривожланиши, тарбияси ва таълими учун қулай шарт-шароитларни яратишдир. Ижтимоий-психологик мослашганлик компонентлари :ўзини ўзи қабул қилмаслик, бошқаларни қабул қилиш, эмоционал дискомфортни бартараф этиш ижобий натижаларга олиб келади.

Адабиётлар рўйхати.

- 1.Каримова, В.М. Ижтимоий психология. Дарслик. –Т.:“Фан ва технология”, 2012, 10 б.
2. Ғозиев Э. Социал психология ўқув-методик қўлланма, Т., 2012. 23 б.
- 3.Егорова, Т.В. Социальная интеграция детей с ограниченными возможностями - Балашов, 2002 – 45 с.
4. Выготский Л. С. Проблемы дефектологии. М., 1995.

5. Мамедов К.Қ. ва б. Махсус психология. Тифлопсихология.3-қисм,
Тошкент: 2002

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЛИНГВИСТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ

Худойкулова Динобод Бахтиёр кизи
докторант Гулистанского государственного университета

На современном этапе одной из основных задач обучения языкам в школе является формирование как творческой языковой личности, так и функционального многоязычия, развитие способностей к языкам учащихся.

Лингвистические способности рассматриваются исследователями как сложное комплексное явление, которое составляет неотъемлемую часть общей познавательной способности человека и основываются на следующих составляющих: хорошая слуховая дифференциальная чувствительность (различие звуков и их оттенков, имитация); достаточный объем памяти; словесно-логическое мышление [3].

Лингвистические способности – это сложная динамическая структура, которая изменяется с возрастом и уровнем владения иностранным языком, она не является константной. Именно в период дошкольного возраста у детей закладывается фундамент языковых и речевых способностей, основа мотивационного фактора для последующего изучения детьми иностранного языка как средства общения.

Обязательным условием развития лингвистических способностей у детей дошкольного возраста является правильный выбор методов обучения, обеспечивающих организацию языковой активности у ребёнка (проблемные, коммуникативные методы), а также использование речевых логических задач, творческих заданий, дидактических, театрализованных и ролевых игр [4].

О наличии лингвистических способностей у детей можно утверждать, если ребенок обладает ярко выраженной познавательной потребностью, стремлением к новому знанию, повышенной речевой активностью, наблюдательностью, способностью к пению, музыкальным слухом, развитым речевым слухом, способностью к быстрому восприятию, переработке информации, хорошим темпом и общим развитием речи, способностью применять речевые навыки и умения в ситуациях общения.

Чтобы ребенок мог успешно овладеть иностранным языком, лингвистические способности ребенка нужно развивать в совокупности различных процессов, функций и операций:

- восприятие речи на слух (чтение различных историй, сказок; описание героев, зарисовка сюжетов, полученных «на слух»);

- имитация иностранных звуков (в игровой форме, ненавязчиво);
- запоминание (стихи, рифмовки; игры на развитие памяти, зрительной в том числе, и внимания);
- коммуникация (в старшем дошкольном возрасте 6-7-летний ребенок может понимать иностранный язык через родной язык – чем богаче речь ребенка, тем легче ему дается восприятие иностранной речи);
- логическое мышление, которое необходимо для понимания грамматики иностранного языка.

Дети дошкольного возраста учат язык отлично от подростков и взрослых, поэтому следует обращать внимание не только на наличие данных факторов, но и на его общее психическое развитие.

В исследованиях выделяется два типа обучающихся, имеющих разную психофизиологическую основу: лица с инертной нервной системой (данный тип соотносится с рационально-логическим способом мышления и успешен в логико-грамматическом аспекте языка); лица с лабильной нервной системой (данный тип соотносится с интуитивно чувственными способами мышления) проявляют себя в устной речевой деятельности. Соответственно, в зависимости от типа нервной системы дети по разному проявляют себя в скорости освоения учебного материала и области проявления полученных навыков [5].

Если говорить о психическом развитии детей, то изучение иностранного языка не только не мешает, но и способствует общему развитию ребёнка [6]. Языковые способности детей дошкольного возраста необходимо развивать в контексте ведущей деятельности; занятия иностранным языком необходимо гармонично включать в игровую деятельность ребёнка.

Кроме того, необходимо сохранять интерес ребенка к изучению языка. На данном возрастном этапе ведущей деятельностью является игра.

В различных современных технологиях существует огромное количество игр для изучения той или иной темы по иностранному языку, адаптированных под данную возрастную категорию. Поскольку в этом возрасте преобладает произвольное запоминание, соответственно, нет необходимости заставлять заучивать лексические единицы и грамматические структуры. С помощью игры можно создать условия для развития внимания, памяти, мышления в контексте развития иноязычных способностей. Иноязычные способности, в свою очередь, обеспечивают в дальнейшем успешность освоения иностранного языка у детей младшего школьного возраста. Степень развития этих процессов у ребёнка отражает успешность формирования навыков иноязычного общения, легкость и быстроту их приобретения.

По мнению ряда современных авторов, не существует детей, неспособных к изучению иностранных языков. Малоспособный к изучению иностранного языка ребенок – это тот, у которого слабо развиты память, мышление и внимание.

При обучении иностранным языкам педагогу необходимо определить суть проблемы и способы и приемы, которые способны обеспечить помощь ребенку в конкретном случае.

Обучение иностранным языкам требует строго индивидуального подхода, в данном случае игра представляется самым универсальным и эффективным способом, так как в процессе игры ребенок чувствует себя свободно, что способствует возникновению позитивных эмоций [3].

Игровые упражнения в изучение иностранного языка являются базой для развития общих образовательных навыков (постановка и достижение цели, контроль, оценка действий, анализ); кроме того, это отличный способ отработки языкового материала. Необходимо тщательно подбирать лексический материал с учетом возраста детей.

Это должны быть общеизвестные, часто употребляемые в родном языке слова (семья, животные, игрушки, еда, одежда и т.д.). Также стоит обратить внимание и на частую смену деятельности, поскольку у детей данного возраста небольшая длительность концентрации внимания (от 3 до 7 минут). Не нужно ожидать от ребенка дошкольного возраста, что он выучит и усвоит основные лексические единицы за одно занятие.

Для этого потребуется намного больше времени, чем детям более старшего возраста. Поэтому то, что ребёнок-школьник выучит за один урок, дошкольнику нужно раскладывать на три-четыре занятия. Кроме того, необходимо построить обучение таким образом, чтобы у ребенка была возможность ежедневного использования иностранного языка, так как отсутствие непосредственного контакта с носителями языка значительно усложняет процесс его освоения. Возможна организация просмотра мультфильмов, чтение книг на иностранном языке.

Ролевая игра также способна создать более естественные языковые ситуации. Кроме того, с помощью использования цифровых ресурсов можно организовывать видео связь с реальными носителями языка (как взрослыми, так и такого же возраста, как и обучающийся) [1].

Таким образом, процесс обучения иностранному языку дошкольников имеет свою специфику. Это объясняется физиологическими и психологическими особенностями развития данной возрастной группы. Большинство исследователей признаёт многогранность и неоднозначность развития способностей к иностранным языкам.

Наибольший интерес представляют психологические исследования М.К. Кабардова и его школы. В его работах исследуются следующие аспекты проблемы:

- взаимосвязь природных и социально психологических факторов при формировании иноязычно-речевых способностей и индивидуальных стилей

усвоения знаний;

- типы обучения иностранным языкам и индивидуальные различия;
- взаимосвязь и относительная независимость методов преподавания или технологий обучения иностранным языкам и типов языковых и коммуникативных способностей и компетенции.

Новизна подхода М.К. Кабардова заключается в исследовании типологических свойств нервной системы и темперамента и их роли в трехфакторной модели образовательной технологии «учитель-метод-ученик». Каждый из этих трех факторов вариативен: стили деятельности учителя; стили обучения или типы методик преподавания, или технологий обучения; индивидуальные способы овладения знаниями, умениями, навыками.

Исследования природных механизмов, врожденных задатков способностей, разных образовательных технологий, а также индивидуальных стилей преподавания позволили М.К.Кабардову выделить три типа овладения языками с устойчивыми индивидуально-психофизиологическими характеристиками: коммуникативно-речевой, когнитивно-лингвистический, смешанный (коммуникативно-лингвистический). Эта типология получила признание как среди научных, так и среди практических работников в системе образования.

Невозможно выделить универсальные методы и приемы для обучения иностранному языку конкретного ребёнка. Правильный выбор методов обучения обеспечивает развитие у обучающихся эмоциональных чувств в языке, понимание его свойств, которые сопровождают процесс порождения и восприятия речи, развивают способность раскрывать значение незнакомого иностранного слова посредством контекста и умение понять уже известные слова в новых значениях.

Необходим комплексный подход к преподаванию иностранного языка детям дошкольного возраста. Конечно, каждый заинтересованный родитель может сам заниматься со своим ребёнком, начиная с изучения элементарной лексики и страноведческих основ, но для достижения оптимального результата необходимо обратиться к помощи профессиональных педагогов, которые смогут подобрать формат обучения и содержание материала согласно психотипу ребёнка, учитывая индивидуальные особенности его развития.

Однако занятия с педагогом и повторение пройденного материала с родителями дома в совокупности обеспечат наиболее ощутимый эффект в изучении и запоминании материала ребенком, а также его психологическое спокойствие и позитивный настрой на изучение иностранного языка.

Только совокупность действующих методов и индивидуальный подход к личности ребёнка позволит создать условия для успешного усвоения иностранного языка в дошкольном возрасте. Данный возрастной период является самым благоприятным для начала формирования иноязычной культуры и

развития интереса, мотивации к изучению иностранных языков в будущем. Иностранный язык расширяет кругозор учащихся, способствует формированию культуры общения, содействует общему речевому развитию ребёнка.

Список литературы

1. Михеева Е. В. Особенности изучения английского языка детьми дошкольного возраста //Иновационная наука. – 2019. – №.
2. – С.132-134. 2. Матвиенко Л. М. Раннее обучение детей иностранному языку: теория и практика //Концепт. – 2018. – №. 6. – С.346-350.
3. Безукладников К. Э. Залог успешности овладения иностранным языком в начальной школе //Начальная школа плюс до и после. – 2004. – №. 5. – С. 3743. 4. Маштакова Л. Ю., Сулима И. А. Некоторые аспекты проблемы лингвистической одаренности у детей дошкольного возраста //Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №. 4. – С. 186-186.
5. Баграмова Н. В., Костина Е. А. Индивидуальные психологические особенности обучаемых, влияющие на эффективность овладения иностранным языком. – 2018. №. 12. – С. 60-65.
6. Негневицкая Е.И., Шахнарович А.М. Язык и дети. М., Главная редакция восточной литературы издательства «Наука», – 1981. – 111 с. 95

“RAQAMLI AXBOROT ISTE’MOLINING YOSHLAR ONGIDA IJTIMOIY-NORMATIV BUZILISHLARGA OLIB KELUVCHI PSIXOLOGIK OMILLARI”

G‘aniyev Maqsudjon Najim o‘g‘li –

*Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti, “Amaliy
psixologiya” kafedrası o‘qituvchisi*

Kirish. XXI asrda raqamli axborot vositalari inson hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurgan bo‘lsa-da, ayniqsa yoshlar ongiga bo‘lgan ta’siri hali-hanuz psixologik jihatdan to‘liq o‘rganilib bo‘lingan emas.

Yosh avlodning ong shakllanishi jarayonida tashqi axborot oqimi, ayniqsa,

internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali kirib kelayotgan raqamli kontent, ularning axloqiy, ijtimoiy va shaxsiy qarorlariga bevosita yoki bilvosita ta'sir o'tkazmoqda.

Asosiy qism. Har kuni iste'mol qilinayotgan axborot mazmuni yoshlar ongida ijtimoiy me'yor va qadriyatlarga nisbatan yangicha — ba'zan esa buzilgan yondashuvlar shakllanishiga sabab bo'layotgani kuzatilmoqda. Bugungi raqamli ijtimoiy muhitda shakllanayotgan normativlik standartlari ko'pincha real hayotdagi ijtimoiy qabul qilingan me'yorlardan farq qiladi.

Internetdagi "trendlar", "chellenjlar", zo'ravonlik va deviant xatti-harakatni romantizatsiya qiluvchi kontentlar yoshlar orasida tez sur'atda tarqalmoqda. Bu esa, shaxsning o'zini anglash, atrofdagi ijtimoiy talablarni qabul qilish va axloqiy qaror qabul qilish jarayonlariga bevosita ta'sir qilmoqda.

Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, bu jarayonlar yoshlarning ichki kognitiv tizimi, emotsional reaksiya shakllari va identitet qurilishiga sezilarli bosim o'tkazadi. Ayniqsa, kognitiv dissonans, virtual me'yorlarga moslashish, ijtimoiy taqlid va tasdiqlanish ehtiyoji kabi omillar yoshlarni real hayotdagi normalarga zid qarorlar qabul qilishga undashi mumkin.

Raqamli muhitda ijtimoiylik ko'p hollarda tashqi tasdiq va "ko'rinish"ga asoslanadi, bu esa shaxsning ichki qadriyatlar tizimiga putur yetkazadi.

Natija va muxokamlar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, raqamli axborot oqimi yoshlar ongida ijtimoiy me'yorlar va axloqiy qadriyatlarga nisbatan tasavvurlarni sezilarli darajada o'zgartirmoqda.

Raqamli muhitda shaxs o'zining identitetini yaratish va namoyon etishda real hayotga qaraganda erkinroq bo'lishi mumkin, biroq bu erkinlik ko'pincha chegarasizlik, javobgarlikdan qochish va me'yorlardan chiqib ketish bilan namoyon bo'ladi [1].

Ijtimoiy tarmoqlardagi "trending" kontentlar, mashhurlikni yorituvchi algoritmlar va "ko'rishlar soni"ga asoslangan qadrlash tizimi yoshlar ongida axloqiy va ijtimoiy me'yorlarga emas, balki ko'zga tashlanish, shov-shuv, radikal g'oyalar orqali e'tibor qozonishga intilishni kuchaytiradi [2]. Bunday sharoitda deviant xulq-atvor — ya'ni jamiyatda qabul qilingan qoidalar va normalarga zid harakatlar — yoshlar orasida avvalgi kabi marginal emas, balki "zamonaviy" yoki "qiziqarli" deb qabul qilinmoqda.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, yoshlar deviant xatti-harakatga odatda kognitiv dissonans holatida duch keladi: ya'ni ular bir tomondan jamiyatning axloqiy talablarini

biladi, lekin boshqa tomondan raqamli muhitdagi “yangi normalar”ga moslashishga urinadi [3].

Ayniqsa, ijtimoiy tasdiqlanish ehtiyoji kuchli bo‘lgan o‘smirlar bunday muhitda o‘zlikni anglashda qiyinchiliklarga duch kelib, real va virtual qadriyatlar o‘rtasida “psixologik ikkilik” holatiga tushadilar.

Bundan tashqari, raqamli axborot oqimi orqali taqdim etilayotgan kontentlar ko‘pincha filtrlanmagan, boshqarilmagan va manipulyativ xarakterga ega bo‘ladi. Bu holat yoshlarning kognitiv baholash tizimiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, ularni impulsiv, hissiyotga asoslangan va ijtimoiy qabul qilinmaydigan harakatlarga undaydi [4].

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, yoshlar deviant xulq-atvorini namoyon qilishda eng ko‘p quyidagi psixologik mexanizmlar ishtirok etadi: sotsial taqlid, raqamli identifikatsiya, shaxsiy me’yorlarning buzilishi, ijtimoiy bosimga bo‘ysunish va anonimlik effekti. Ayniqsa, ota-ona nazorati zaif bo‘lgan yoki real hayotda ijtimoiy aloqalari yetarli bo‘lmagan yoshlarda deviant xulq darajasi ancha yuqori ekani kuzatilmoqda [5].

Shuningdek, deviantlikni oldini olishda faqat taqiqlovchi choralar emas, balki raqamli savodxonlik, media-psixologik immunitet va kritik tafakkurni rivojlantirish kabi profilaktik yondashuvlar samaraliroq natija berishi aniqlanmoqda [6].

Raqamli ijtimoiy muhitning kengayishi yoshlarning ijtimoiylashuvi, axloqiy qadriyatlari va shaxsiy o‘zini namoyon qilish shakllariga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Bugungi kunda virtual platformalar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylanib, ularning kommunikativ ko‘nikmalari, o‘zini baholash jarayoni va ijtimoiy me’yorlarga bo‘lgan munosabatini shakllantirmoqda.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, raqamli muhitda yuzaga kelayotgan deviant xulq-atvorni faqat tashqi ijtimoiy sharoit yoki texnologik o‘zgarishlar bilan izohlash yetarli emas.

Bu jarayon shaxsning psixologik ehtiyojlari, emotsional holati, motivatsion tizimi va ijtimoiy rollarni anglash darajasi bilan chambarchas bog‘liqdir.

Yoshlarning deviant xatti-harakatlari ko‘pincha ularning ijtimoiy tan olinishi, e’tibor qozonishi va shaxsiy identifikatsiya jarayonini tezlashtirish istagidan kelib chiqadi. Virtual muhitdagi “anonimlik effekti” ularga o‘zini turlicha tajriba qilish, ijtimoiy me’yorlarni buzish orqali o‘zini ko‘rsatish imkonini beradi.

Shu bilan birga, psixologik himoya mexanizmlari ham bu jarayonda muhim o‘rin tutadi: yoshlar real hayotdagi qoniqarsiz ehtiyojlarini virtual dunyoda qoplashga intiladilar. Natijada ular orasida tajovuzkorlik, kiberbulling, ekstremistik g‘oyalarga moyillik yoki onlayn qimor o‘yinlariga qiziqish kabi xatti-harakatlar kuchayishi mumkin.

Raqamli muhitning doimiy ta'sirida ijtimoiy me'yor va qadriyatlarning "nisbiylashuvi" kuzatiladi. Bu esa yoshlarning axloqiy orientatsiyasini susaytirib, ularni deviant xulqqa yaqinlashtirishi ehtimolini oshiradi. Ayniqsa, ota-ona nazorati sust bo'lgan, emotsional qo'llab-quvvatlash yetarli bo'lmagan oilalarda ulg'ayayotgan yoshlar onlayn muhitda salbiy ta'sirlarga ko'proq berilishadi.

Shu jihatdan, psixologik nazariya doirasida ularning deviant xatti-harakatlari ijtimoiy-psixologik bo'shliqlarni to'ldirishga qaratilgan muayyan kompensator mexanizm sifatida talqin etilishi mumkin.

Shu bilan birga, raqamli ijtimoiy muhitning o'zi faqat xavf manbai emasligini ta'kidlash lozim. U to'g'ri psixologik yondashuv va tarbiyaviy nazorat bilan yoshlarning ijodkorlik, o'zini ifoda etish, ijtimoiy kapitalni kengaytirish hamda bilim olish imkoniyatlarini sezilarli darajada kuchaytirishi mumkin.

Demak, asosiy muammo raqamli texnologiyalarning o'zida emas, balki ularni boshqarish, ulardan foydalanish madaniyati va psixologik jihatdan ongli munosabatda yotadi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, yoshlarning deviant xulq-atvorini raqamli ijtimoiy muhit sharoitida tahlil qilish shaxs, ijtimoiy guruh va jamiyat darajasidagi omillarning o'zaro ta'sirini hisobga olgan holda amalga oshirilishi zarur.

Psixologik profilaktika va korreksion dasturlarni ishlab chiqishda yoshlarning ehtiyojlari, motivatsiyasi va emotsional rivojlanish xususiyatlarini inobatga olish muhim. Shuningdek, ota-onalar, pedagoglar va psixologlar o'rtasidagi hamkorlik, raqamli savodxonlikni oshirish hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish yoshlarni sog'lom ijtimoiy me'yorlar asosida shakllantirishga xizmat qiladi.

Natijada, raqamli muhitni psixologik rivojlanishning xavf omili emas, balki imkoniyatlar maydoniga aylantirish mumkin. Buning uchun esa, jamiyatning barcha subyektlari – oila, ta'lim muassasalari, davlat va fuqarolik jamiyati institutlari – birgalikda mas'uliyatni bo'lishib, yoshlarning raqamli makondagi xatti-harakatlarini to'g'ri yo'naltirishlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1.Turkle, S. (2011). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books.

2.Boyd, D. (2014). It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press.

3.Festinger, L. (1957). A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford University Press.

4.Carr, N. (2010). The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains. W. W. Norton & Company.

5.Subrahmanyam, K., & Šmahel, D. (2011). Digital Youth: The Role of Media in Development. Springer.

6.Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2007). "Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide". New Media & Society, 9(4), 671-696.

**YOSH OILALARDA ER-XOTIN MUNOSABATLARIDA YUZAGA
KELADIGAN NIZOLARNING PSIXOLOGIK TAHLILI VA
MUAMMOLARNI HAL ETISH USULLARI**

O'rolova Sojida Xayitboy qizi

Namangan Davlat Universiteti

Psixologiya kafedrası stajyor o'qituvchisi.

Kirish. Oila deb atalmish muqaddas dargohni mustahkam bo'lishi jamiyat rivojida muhim ahamiyat kasb etadi. Oila jamiyatning bir bo'lagi hisoblanadi. Oilada insonlar tug'iladi, ulg'ayadi, kamol topadi. Shu ma'noda oila – inson o'z baxti va saodati, orzu-havaslari, maqsad-muddaolarini mushtarak qilgan, o'zini inson sifatida idrok etib hayot nashidasini suradigan muqaddas makondir.

Har bir oilaning sog'lom bo'lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, mana shu muhitda dunyoga kelib, shaxs sifatida shakllanib, so'ng o'zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o'z mamlakatining iqtisodiyoti, ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta'minlovchi, hal qiluvchi omil bolgan inson kamolotida oilaning tutgan

o'mi beqiyosdir. Oilada insonlar bir birlarini xurmat qilib, tinch-totuv, ahil inoq yashasalar butun jamiyat baxtli bo'ladi.

Ammo guruh kurmaksiz bo'lmaydi degani kabi har xil oilalarda turli xil oilaviy nizolar uchrab turadi. Oilaviy nizolarning eng harakterlilaridan biri bu er va xotin o'rtasidagi nizolardir. Xo'sh, eng ezgu niyatlar bilan bir-birlarini sevib oila qurgan yoshlar nega oila qurishgandan keyin ularning o'zaro munosabatlarida nizo-janjallar ro'y beradi Ular nima uchun urishadilar. Umuman er-xotinlik hayotida nizolarsiz, urush-janjallarsiz ham yashasa bo'ladimi. Bu kabi savollarni yana ko'p davom ettirish mumkin.

Asosiy qism. Xalqimizda bir gap bor: oshsiz uy bo'lishi mumkin, lekin nizosiz uy bo'lmaydi. Faqat, nizoning nizodan farqi bor. Haqiqatdan ham ilk bolalikdanoq ko'plab ertaklar eshitib, keyinchalik o'zlari ham ularni turli kitoblardan o'qib o'sgan yoshlar o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlarini adekvat tasavvur eta o lishlari mushkul. Bundan tashqari aksariyat muvaffaqiyatli oilalarda tarbiya topgan yigit-qizlar o'z ota-onasi oilasini, ularning turmush tarzini, bir-birlarga nisbatan bo'lgan o'zaro munosabatlarini o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlari uchun ideal deb olishadi.

Mabodo, bunday vaziyatlar va nizolar yuzaga kelib qolgudek bo'lsa ham ularning ota-onalari bu holatni farzandlariga sezdirmaslikka harakat qiladilar. Bundan tashqari ommaviy axborot vositalari orqali namunaviy ahil, baxtli oilalar haqida berib boriladigan materiallarda ham aksariyat hollarda er-xotinlik munosabatlarini bir yoqlama, faqat yaxshi tomondan ko'rsatish an'analari mavjud. Bularning hammasi yoshlarda oilaviy hayot haqida bir yoqlama ijobiy tasavvurlarning shakllanishiga asos bo'ladi.

Har qanday oilaviy munosabatlarda ba'zida kelishmovchiliklar, tushunmovchiliklar, nizolar yuzaga kelishi tabiiy holatdir. Muhimi, bu nizolarni qanday hal qilish, qanday yo'l tutish va oilaviy barqarorlikni qanday saqlab qolishdir. Er-xotin o'rtasidagi nizolarni bartaraf etish- mustahkam va sog'lom oilaning asosi

hisoblanadi. Shuningdek, yosh oilada er-xotinlarning o'zaro munosabatlari rivojlanishining o'ziga xos qonuniyatlari, ayniqsa, yosh o'zbek oilasida uning etnik, hududiy xususiyatlaridan kelib chiqqan holda yosh kelin va kuyovlarning yangi ijtimoiy sharoitlarga moslashishi jarayoni bilan bog'liq qiyinchiliklar, er-xotin munosabatlarida nizoli vaziyatlar va nizolarni yuzaga keltirishi mumkin. Afsuski, bunday jarayonlar deyarli har bir oila uchun muqarrar bo'lgan va aksariyat yoshlar oila qurish arafasida o'z nikohlaridan kutmagan jarayonlardir.

Xo'sh, bu jarayonlar, yani er-xotin nizolari kerakmi. Ular er-xotinning o'zaro munosabatlariga qay darajada ta'sir etadi. O'tmish donishmandaridan biri haqli ravishda er-xotin nizolarini garmdoriga qiyoslagan ekan. Garmdori achchiq, lekin u me'yorida bo'lsa ishtahani ochadi, me'yoridan ortib ketsa, og'iz, lab, tilni kuydirishi, noxush hissiyotlarni yuzaga keltirishi mumkin. Nizoli vaziyatlar har qanday oilada u yoki bu darajada yuzaga keladi.

Oila qanday bo'lishidan qat'iy nazar nizolardan mutlaqo holi himoyalangan, bo'la olmaydi. Chunki, oiladagi shaxslararo munosabatlar odatda nizosiz bo'lmaydi. Bu nizolar ma'lum darajada er-xotin munosabatlarini rivojlantiruvchi katalizator vazifasini o'taydi. Lekin, nizoning nizodan farqi bor.

Ular kelib chiqishi, tashqi ifodalanishi, takrorlanib turish tezligi va nihoyat oqibatlariga ko'ra bir-birlaridan farqlanadi. Ma'lumki, bir-birlariga aynan o'xshash, mos ikki odamning bo'lishi mumkin emas, chunki shaxs va uning individualligi takrorlanmasdir. SHunday ekan, ikki va undan ortiq shaxsdan tashkil topgan oila ham ikki, uch karra takrorlanmasdir. Bir oila uchun me'yorida bo'lgan shaxslararo munosabatlar tizimi, ikkinchi bir oilaga mutlaqo mos kelmasligi yoki biron-bir oila uchun u qadar ahamiyatga ega bo'lmagan nizo va uning sababi boshqa oila a'zolarining o'zaro munosabatlarida jiddiy oqibatlar olib kelishi mumkin. Muvaffaqiyatli oilalardagi nizolar biriktiruvchi va muvaffaqiyatsiz oilalardagi nizolar esa ajratuvchi xarakterga ega.

Shuning uchun ham psixologik adabiyotlarda nizolar shartli ravishda «konstruktiv» va destruktiv» nizolarga farqlanadi. Ular, o'zlarining yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammolar, bu muammolaming hal etilishi, kechinishi, ishtirokchilari, oqibatlari va boshqalaming xarakteriga ko'ra bir-birlaridan farqlanadi. Biriktiruvchi nizolaming yuzaga kelishiga asos boigan muammolar va ulaming hal qilinishi ham eming, ham xotinning, butun oilaning manfaatlariga qaratilgan boiadi. Agar ular hal etilsa, buning oqibatida oilaning umumiy manfaatlariga oid muammolar o'z yechimini topadi. Bunday nizolarga oiladagi tartib, intizom, ozodalik, oila budjetini yuritish, sarajomlik, tejamkorlik, isrofgarchilikka yo'l qo'yimaslik, bola tarbiyasi va boshqa shu kabi toifadagi nizolar misol bo'la oladi.

Ular asosan er-xotin o'rtasidagina yuzaga keladi, ulaming ishtirokchilari ham faqat er-xotinlaming o'zlarigina hisoblanadilar. Bunday nizolaming muvaffaqiyatli hal etilishida er-xotinlaming bir-birlarini yanada yaqinroq bilib, tushunib, bir-birlarining salbiy va ijobiy xususiyatlarini o'rganib borish, bir-birlariga moslashish, muammolami hal etish borasida hamkorlik qilish kabi oilaviy hayot mustahkamligini ta'minlashga xizmat qiluvchi jarayonlar amalga oshadi. Boshqacha qilib aytganda, bunday nizolar «er-xotinnig urishi — doka ro'molning qurishi» kabi nizolar toifasiga kiradi. Ajratuvchi nizolarda ulaming yuzaga kelishiga asos boigan muammo va uning yechimi er-xotinlardan birining manfaatiga qaratilgan bo'ladi.

Bunday nizolarda bir tomon manfaatining hal etilishi ko'pincha, ikkinchi tomon manfaatining boy berilishi hisobiga amalga oshadi. Masalan, emi yoki xotinni shaxsan o'zi uchun biron nima xarid qilishi, eming yoki xotinning ishi tufayli, o'zbek oilasi uchun xarakterli boigan nizolardan bo'lmish er yoki xotinning qarindosh-urugiari bilan boiadigan munosabatlar tufayli yuzaga keladigan nizolar shular jumlasiga kiradi.

Bunday nizolaming hal qilinishi, ya'ni bir tomon manfaatlarining qondirilishi ko'pchilik holatlarda ikkinchi tomon manfaatlarining boy berilishi hisobiga amalga oshadi. Bunday vaziyatlarda manfaati boy berilgan tomonda norozilik, e'tiroz saqlanib

qoladi va bu keyinchalik yana kuchayib navbatdagi nizoni yuzaga kelishiga asos bo'lib xizmat qilishi mumkin. Ajratuvchi nizolarda, nizo hal etilgani bilan, nizoli vaziyat saqlanib qolaveradi. Shuningdek, ajratuvchi nizolar ularni yuzaga keltirgan sabablar bevosita er-xotinlarning o'zaro munosabatlari doirasidan tashqaridagi omillarga ham bog'liq bo'ladi.

Natija va muhokmalar. Ularning sababchilari va ishtirokchilari ham ba'zan er-xotindan tashqari uchinchi odam bo'lishi mumkin, ularning hal etilishi ham er-xotinlarning o'zlarigagina emas, balki shu uchinchi odamga bog'liq bo'ladi. Bularning oqibatida nizolarni yanada kuchayishi, sonining ortishi kuzatiladi. Bunday er-xotin nizolariga oilaning boshqa a'zolari: qaynona, qaynsingil, ovsinlar va boshqalar ham aralashadi. Ijtimoiy psixologiyada gap, so'z, nizo haqidagi ma'lumot bir og'izdan chiqib, kishilarning keng tomoniga qarab harakatlana boshlaydi. Uning ko'lamida ma'lumot manbayidan uzoqlashib, undan xabardor bo'lgan va unga jalb etilgan ishtirokchilar soni ortib borgan sari kengayib boraveradi.

Er yoki xotin bir-birlari bilan urishib qolganlaridan so'ng bu haqda uchinchi bir odamga gapiradigan bo'lsa, imkon qadar shu nizoda o'zini aybsiz, haq qilib ko'rsatishga, shu uchinchi odamni uning manfaatlarini himoya qilishiga og'dirib olish maqsadida bir yoqlama gapiradi. Nizo haqida qanchalik ko'p odamga gapirib beraverilgani sayin, u aynan shu tus olgan holda avj olib boraveradi va oqibatda fojiali natijalarga ham olib kelishi mumkin. Shunday ekan, oilaviy hayotda ro'y berishi mumkin bo'lgan nizolarga birdek salbiy jihatdan qarayverish ham, yoki ularni birdek oqlash ham maqsadga muvofiq emas.

Yoshlarimiz oilaviy hayotda ro'y beradigan biriktiruvchi nizolarga tayyor bo'lishlari, ularni biriktiruvchilik, er-xotinni bir-birlariga moslashuvlariga, ularning o'zaro munosabatlarining rivojlanishini ta'minlovchi, ularning har ikkalovining ham, ya'ni bizning manfaatiga qaratilgan nizolarning biriktiruvchanlik imkoniyatlaridan samarali foydalanishga, ularni salbiy oqibatlarga olib keluvchi nizolarga aylantirib

yubormaslikka o'rganishlari lozim. Ayrim oilalar er-xotin munosabatlari yomonligi, nizolar chuqurlashuvi, zo'riqishlar keskinlashuvi tufayli buzilib ketishi mumkin.

Albatta, ajralish hodisasi bu nikoh oila munosabatlari uchun ayanchli. Ayniqsa, bunday hollarda oilada farzandlar bo'lsa, ular otasiz yoki onasiz qolishadi. Ajralishdan so'ng har ikki tomonning ijtimoiy ahvoli keskinlashadi. Ya'ni ajralish jamoatchilik fikriga ko'ra qoralanadi. Buning ustiga o'zbek oilalarida qarindoshurug'chilik nikohlari boshqa qardosh millatlar oilalariga qaraganda ko'proq uchraydi. Mabodo bunday oilalarda er-xotin munosabatlari kutilgan tarzda rivojlanmasa, ya'ni ular nizojanjalli, bir-birlarini tushunmaydigan, bir-birlariga mos tushmaydigan, psixologik qovusha olmaydigan bo'lsalar ham oila buzilmasin, qarindosh-urug'chilik uzilmasin, qabilida ish tutib, qanday qilib bo'lmasin oilalami saqlab qolishga harakat qilinadi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, Er-xotin nizolarini bartaraf etish, odatda murakkab va hissiy jihatdan og'ir bir jarayon bo'lishi mumkin. Biroq bu masalalarni hal qilishda muhim bo'lgan bir nechta qadamlar mavjuddir. Avvalombor er-xotin bir birlari bilan ochiq va samimiy muloqot qura olishlari, bir birlarini yaxshi tinglay olishlarini o'rganish lozim. O'zaro nizolarni bartaraf etishda eng muhim qadamlardan biri er-xotin bir birini tinglashlaridir.

Xulosa. Nizolarni hal qilishda asosiy maqsad faqatgina kimning haqli ekanini aniqlash emas, balki birgalikda yechim topishdir. Agar nizolarni hal qilishda ko'plab muammolar yuzaga kelsa, har ikkala tomon ham o'z o'zlarini tahlil qilishlari o'zgarishlar qilishga tayyor bo'lishi kerak. Ba'zan ba'zi xulq atvorlarni yoki fikrlarni o'zgartirish, oilaviy munosabatlarni nizolarni yaxshilashga hizmat qiladi. Er-xotin o'rtasidagi munosabatlar o'zaro ishonch, hurmat va muhabbat asosida quriladi. Nizolar esa, agar ulardan to'g'ri xulosalar chiqarilsa, munosabatlarni yanada mustahkamlovchi vositaga aylanishi mumkin. Muhimi, har ikki tomon ham bir birlarini eshitishga, tushunishga va murosaga tayyor bo'lishi lozim. Zero, Sog'lom oilaviy muhit- jamiyat barqarorligining negizidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. G'.B. Shoumarov. Oila psixologiyasi. Toshkent. 2010.
2. V. Karimova. "Oila ma'rifati" Toshkent-2009 yil
3. V. Karimova. Oila psixologiyasi. Toshkent. 2007.
4. V. Karimova. Oila psixologiyasi. 2011.

KASBIY SALOMATLIKNI TA'MINLASHDA PSIXOLOGIK FAROVONLIK STRATEGIYALARI

*Jumaniyozova Nasiba Ramatillayevna
Ma'mun universiteti psixologiya va sport
kafedrasi dotsenti, PhD*

Jamiyat taraqqiyotining asosi bu inson omilidir. Uning ma'nan va jismonan sog'lom, barkamol bo'lishi muhim ahamiyat kasb etadi. Xodimning kasbiy faoliyatida ruhiy va jismoniy holati muhimdir. Bu holatlar "kasbiy salomatlik" tushunchasida o'z ifodasini topadi.

Kasbiy salomatlik – insonning ish jarayonida jismoniy va psixologik sog'lomligi bilan bog'liq muhim holatdir. Psixologik farovonlik – insonning ishda o'zini xotirjam, barqaror va ruhan yaxshi his qilishi. Zamonaviy dunyoda stress, emotsional yonib ketish (burnout), mehnatga bo'lgan qiziqishning pasayishi kabi holatlar keng tarqalgan. Bu muammolarni oldini olish uchun samarali strategiyalar ishlab chiqish va ularni tadbqiq qilish zarur. Biror bir jarayon, turli xil kasblarda faoliyat olib borayotgan insonlarning psixologik holati va ruhiy farovonligi uning ish samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Emotsional, aqliy va jismoniy charchoqning kasbiy faoliyatga salbiy ta'siri keng tarqalgan holatlardan biridir. Bu muammo ish unumdorligini pasayishiga,

xodimlarda ishga bo'lgan e'tibor va qiziqishning yo'qolishiga va umumiy farovonlikning yo'qolishiga sabab bo'ladi.

2024-yil holatiga dunyodagi ishchi kuchi 60,8% ni, ishsizlik darajasi 5,1 %ni, ishlaydigan ammo yashash darajasi qashshoq bo'lgan aholi qatlami 6.4 % ni tashkil qilgan. Har bir kasbda faoliyat olib borayotgan xodimlar va ishchilarning xavfsizligi va sog'lig'i mehnat jarayonining muhim tarkibiy qismidir. Ish joyidagi qulay sharoit va psixologik sog'lom muhit ishning samaradorligiga ta'sir qiladi. Ishchilar va xodimlar bilan sodir bo'ladigan baxtsiz hodisalar natijasida katta ijtimoiy va iqtisodiy xarajatlar yuzaga keladi.

Har qanday muassasada xodimlar xavfsizligiga e'tiborli bo'lish, ular uchun maqbul sharoitni yaratish orqali kasbiy zo'riqlashlarni kamaytirishga erishish mumkin. Ushbu tashkilot xalqlar o'rtasidagi birodarlik va tinchlikni mustahkamlash, xodimlar uchun munosib mehnat sharoitini yaratish, adolatni ta'minlash va rivojlanayotgan davlatlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlagani uchun Nobel mukofoti bilan taqdirlangan.

Xalqaro mehnat tashkiloti (XTM) Birlashgan millatlar tashkiloti (BMT)ning agentligi bo'lib, uning vazifasi va vakolati xalqaro mehnat standartlarini belgilash orqali ijtimoiy va iqtisodiy adolat mezonlarini o'rnatishdan iborat.

Ushbu agentlik 1919-yilda tashkil etilgan bo'lib, unda 187 ta davlat a'zodir. Bosh qarorgohi Shveytsariyaning Jeneva shahrida joylashgan bo'lib, butun dunyo bo'ylab 40ga yaqin tashkilotlari mavjud va 107 mamlakatda 3381 nafarga yaqin xodimni ish bilan ta'minlangan. 1698 nafari hamkorlik dasturlari va loyihalarida faoliyat olib boradi. XMT standartlari erkinlik, tenglik, xavfsizlik va qadr-qimmatni dunyo bo'ylab qulay, samarali va barqaror mehnatni ta'minlashga qaratilgan.

Bularni ta'minlash maqsadida 189 ta konvensiya va shartnomalar tuzilgan bo'lib, ularning 8 tasi 1998-yildagi mehnatdagi asosiy tamoyillari va huquqlari to'g'risidagi deklaratsiyaga muvofiq olib boriladi. XTM tomonidan dunyo bo'yicha ma'lumotlar va

statistikalar doimiy ravishda tahlil qilib boriladi. Mamlakatimizda ham bu borada tegishli idoralar tomonidan statistik ma'lumotlarni tahlil qilib borilishi ta'minlangan.

Psixologik farovonlik har bir insonning ichki barqarorligini, ish qobiliyatini va hayotdan mamnunligini oshirish uchun muhim omildir. Ruhiy barqaror inson hayotdagi muammolarga yaxshiroq tayyor bo'ladi, o'zini va boshqalarni yaxshi tushunadi, shuningdek, muvaffaqiyat va baxtlilikka erishish uchun imkoniyatlarini kengaytiradi. Farovonlik umumiy tushuncha bo'lib, u insonning hayotdan mamnunligi, ishonchliligi va baxtliligini ifoda etadi. Inson farovonligi bir nechta turga bo'linadi jumladan, jismoniy farovonlik- insonning sog'lom hayot tarzini olib borishi, jismoniy faolligi, to'g'ri ovqatlanishi va sog'lom turmush tarziga rioya qilishi bilan bog'liq. Jismoniy farovonlik odamning umumiy holatiga va ishchanligiga katta ta'sir ko'rsatadi, chunki jismoniy sog'lomlik yaxshi kayfiyat va uzoq umr ko'rishning asosidir. Emotsional farovonlik- insonning his-tuyg'ularini nazorat qilish qobiliyati, ruhiy barqarorligi va hayotdan mamnunligini anglatadi. U stressni nazorat qilish, o'zini qadrlash va boshqalar bilan ijobiy munosabatda bo'lish bilan bog'liq.

Emotsional farovonlik yaxshi kayfiyat, ijobiy fikrlash va stressdan himoyalashda muhim rol o'ynaydi. Psixologik farovonlik- insonning shaxsiy rivojlanishi, hayotda maqsadga ega bo'lishi, o'zini anglash va shaxsiy imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi bilan bog'liq.

Bu turdagi farovonlik o'zining ichki imkoniyatlarini namoyon etish, mustaqil qaror qabul qilish va hayotga ma'no qo'shish orqali namoyon bo'ladi. Ijtimoiy farovonlik insonning atrofdagi odamlar bilan munosabatlari, jamiyatda o'z o'rnini topishi va ijtimoiy muhitda o'zini qulay his qilishi bilan bog'liq. Mustahkam ijtimoiy aloqalar, do'stlar va oila bilan yaxshi munosabatlar ijtimoiy farovonlikning muhim qismidir. Bu tur insonning jamiyatda o'zini qiymatli his qilishi va birlikni his etishini ta'minlaydi.

Iqtisodiy farovonlik insonning iqtisodiy barqarorligi va moliyaviy ehtiyojlarining

qondirilishi bilan bog‘liq. Iqtisodiy farovonlik insonning asosiy ehtiyojlarini qondirish uchun yetarli daromadga ega bo‘lishi, moliyaviy muammolardan himoyalanganligi va kelajak uchun moliyaviy rejalar tuzish qobiliyatini o‘z ichiga oladi. Ma’naviy farovonlik insonning o‘ziga xos qadriyatlari, hayotga nisbatan qarashlari va ichki xotirjamlik bilan bog‘liq.

Bu turdagi farovonlik insonning ma’naviy rivojlanishi, ma’noda hayotga qiziqishi va ichki xotirjamlikka erishishiga bog‘liq. Ibodat, meditatsiya, tabiat bilan yaqinlik yoki boshqa ma’naviy faoliyatlar orqali ma’naviy farovonlikka erishish mumkin. Har bir turdagi farovonlik insonning umumiy hayot sifatiga katta ta’sir ko‘rsatadi. Ular o‘zaro bog‘liq va bir-birini to‘ldirib turadi. Har bir inson o‘zining shaxsiy farovonligiga turli yo‘llar bilan erishadi, chunki farovonlik ko‘p jihatdan insonning shaxsiy ehtiyojlari va qadriyatlariga bog‘liqdir.

Psixologik farovonlik strategiyalariga o‘z-o‘zini anglash va qabul qilish, maqsadli yashash, ijobiy munosabatlar o‘rnatish, stressni boshqarish, moslashuvchanlik, shaxsiy o‘sish va rivojlanish, minnatdorchilik va ijobiy fikrlash, sog‘lom turmush tarzidir.

Professor Robert Emmonsning ishlari farovonlikning ma’naviy tomonlariga bag‘ishlangan. Uning tadqiqotlari minnatdorlik hissi inson farovonligiga qanday ijobiy ta’sir qilishini o‘rganadi. Emmonsga ko‘ra, minnatdorlik insonning emosional holatini yaxshilash, stressni kamaytirish va umumiy hayotdan mamnunligini oshirishda muhim omil hisoblanadi.

Psixologik farovonlik darajasini oshirish orqali kasbiy so‘nish muammosini bartaraf etish imkonlari mavjud. Psixologik farovonlik – bu insonning hayotga, o‘ziga va atrofdagilarga bo‘lgan ijobiy munosabati, o‘z ehtiyojlari, maqsadlari va qobiliyatlarini to‘laqonli anglashi va rivojlantirishi bilan bog‘liq holat.

Psixologik farovonlik konsepsiyasi insonning jismoniy va ma’naviy holati bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, ruhiy barqarorlik, ishga qiziqish, va hayotdan mamnunlik

darajasiga ta'sir ko'rsatadi. Har qanday kasbdagi ijtimoiy munosabatlar muhim. Insonning atrofdagi odamlar bilan aloqalari qanchalik yaxshi bo'lsa, u shunchalik quvonchli va barqaror bo'ladi. Mustahkam ijtimoiy munosabatlar insonning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi. Inson o'z hayotidagi maqsad va mazmunni topa olsa, o'zini ko'proq barqaror his qiladi.

Bu esa unga hayotdagi turli to'siqlarni yengishga yordam beradi. Shaxsiy rivojlanish orqali o'zini rivojlantirishga harakat qilsa, u har doim yangi bilim va ko'nikmalarga ega bo'ladi, bu esa uning o'zini ishonchli va baxtli his qilishida yordam beradi. Avtonomiya – insonning mustaqil bo'lish qobiliyati uning psixologik farovonligiga ijobiy ta'sir qiladi. O'z fikrini erkin bildirish va mustaqil qarorlar qabul qilish insonning ichki barqarorligi uchun muhimdir. Qobiliyatlardan foydalanish natijasida ichki hotirjamlik va mamnunlik darajasi oshadi.

Xulosa qilib aytganda, kasbiy salomatlikka erishish uchun psixologik farovonlik darajasini oshirish muhim omildir. Bu esa ish joyida yuqori ish unumdorligini ta'minlab, xodimlarning umumiy ruhiy salomatligi va ish faoliyatining samaradorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik farovonlikni oshirishga qaratilgan chora-tadbirlar, xodimlarning o'z vazifalarini ko'ngilli va samarali bajarishlarini ta'minlashga yordam beradi. Psixologik farovonlikni oshirishda muntazam jismoniy mashqlar qilish, meditatsiya, qadriyatlarni anglash, ijobiy fikrlash zarur. Kasbiy salomatlikni ta'minlash – faqat tibbiy yoki mehnat sharoiti bilan emas, balki xodimning psixologik holati bilan ham bog'liq jarayondir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069-1081.
2. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). *Subjective*

well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125(2), 276-302.

3. Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.

4. Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.

5. Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.

6. Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. New York: Delacorte.

7. Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.

8. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99-113.

**DUNYODAGI OLIY TA'LIM DARGOHLARIDA KREDIT-MODUL
TIZIMIGA O'TISHNING TALABALAR PSIXOLOGIYASIGA IJOBIY
XUSUSIYATLARI.**

Baxriddinov Nurali Bekmurodovich

Samarqand davlat chet tillar instituti

“Pedagogika, psixologiya va jismoniy madaniyat ”

kafedrasi o'qituvchisi

Kredit-modul tizimi (KMT) dunyodagi oliy ta'lim muassasalarida keng tarqalgan ta'lim modelidir. Bu tizim talabalarga o'quv dasturlarini moslashuvchan tarzda tashkil qilish, o'zlarining o'quv rejalarini mustaqil ravishda rejalashtirish va individual ta'lim traektoriyasini shakllantirish imkonini beradi.

Kredit-modul tizimi Boloniya jarayoni doirasida Yevropa, Osiyo va boshqa mintaqalardagi universitetlarda qo'llaniladi va talabalarning psixologik holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqola KMTning talabalar psixologiyasiga ijobiy

xususiyatlarini ko'rib chiqadi, xususan, o'z-o'zini boshqarish, stressni kamaytirish va motivatsiyani oshirish kabi jihatlarga e'tibor qaratadi.

Kredit-modul tizimi talabalarga o'quv kurslarini tanlash, o'qish davomiyligini rejalashtirish va o'quv yil davomida kreditlar to'plash orqali ta'lim olish imkonini beradi. Har bir kurs yoki modul ma'lum miqdordagi kreditlarga ega bo'lib, talaba o'z qiziqishlari va imkoniyatlariga qarab dasturni shakllantiradi.

Masalan, Yevropada ECTS (European Credit Transfer and Accumulation System) tizimi talabalarga turli universitetlarda o'qish va kreditlarni ko'chirish imkonini beradi. Bu tizim talabalarga moslashuvchanlik va mustaqillikni ta'minlaydi, bu esa ularning psixologik farovonligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Talabalar psixologiyasiga ijobiy ta'sirlari sifatida quyidagi xususiyatlarni sanab o'tamiz.

1. O'z-o'zini boshqarish va mas'uliyatni oshirish

Kredit-modul tizimi talabalarga o'quv jarayonini o'zlari boshqarish imkonini beradi. Talabalar o'zlarining o'quv rejalarini tuzish, qaysi kurslarni qachon o'tashni tanlash va o'quv yilini rejalashtirish orqali o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Psixologik nuqtai nazardan, bu jarayon talabalarda mas'uliyat hissi va o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'z ta'lim traektoriyasini boshqarish talabalarda ichki motivatsiyani va o'quvga qiziqishni oshiradi, chunki ular o'z qarorlarini qabul qilishda erkinlikka ega bo'ladilar.

2. Stress va tashvish darajasini pasaytirish

An'anaviy ta'lim tizimlarida talabalar ko'pincha qattiq o'quv dasturlari va majburiy kurslar tufayli stressga duch keladi. Kredit-modul tizimi esa talabalarga o'quv yuklamasini o'zlari rejalashtirish imkonini beradi, bu esa stressni kamaytiradi. Masalan, talaba qiyin kurslarni bir semestrda o'tash o'rniga, ularni bir necha semestrga taqsimlashi mumkin.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'quv jarayonidagi moslashuvchanlik

talabalarda tashvish darajasini pasaytiradi va ruhiy salomatlikni yaxshilaydi. Bu, ayniqsa, xalqaro talabalar uchun muhim, chunki ular yangi muhitga moslashishda qo‘shimcha stressga duch keladi.

3. Individual qiziqishlarga moslashuvchanlik

Kredit-modul tizimi talabalarga o‘z qiziqishlariga mos kurslarni tanlash imkonini beradi. Bu esa ularning o‘quvga bo‘lgan motivatsiyasini oshiradi. Masalan, san’at sohasiga qiziqqan talaba psixologiya yoki biznes kurslarini qo‘shimcha ravishda o‘rganishi mumkin, bu esa uning o‘quv tajribasini boyitadi. Psixologik jihatdan, o‘z qiziqishlariga mos keladigan ta’lim olish talabalarda o‘quv jarayoniga ijobiy munosabatni shakllantiradi va depressiya yoki charchoq kabi salbiy holatlarni kamaytiradi.

4. Akademik muvaffaqiyat va o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirish

Kredit-modul tizimi talabalarga o‘zlarining o‘quv tezligini belgilash imkonini beradi. Bu, ayniqsa, turli o‘quv qobiliyatlariga ega talabalar uchun foydalidir. Masalan, qiyin fanlarni o‘zlashtirish uchun ko‘proq vaqt talab qiladigan talabalar o‘quv yuklamasini moslashtirishi mumkin.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘z imkoniyatlariga mos ta’lim olish talabalarda akademik muvaffaqiyatni oshiradi va o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlaydi. Bu esa, o‘z navbatida, talabalarning psixologik barqarorligiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

№	Ijobiy ta’sirlar	Psixologik foydalari	KMTning xususiyatlari
1.	O‘z-o‘zini boshqarish	Mas’uliyat hissi	Mustaqil rejalashtirish
2.	Stressni kamaytirish	Tashvish darajasini pasaytirish	Moslashuvchan o‘quv rejasi

3.	Motivatsiyani oshirish	Qiziqishlarni rivojlantirish	Kurslarni tanlash erkinligi
4.	Akademik muvaffaqiyat	O‘ziga ishonchni oshirish	Shaxsiy o‘quv tezligi

Dunyodagi ko‘plab universitetlar, masalan, AQSh, Buyuk Britaniya va Avstraliyadagi oliy ta’lim muassasalari kredit-modul tizimini muvaffaqiyatli joriy qilgan. Masalan, AQShning Garvard yoki Stenford universitetlarida talabalar o‘zlarining o‘quv dasturlarini shaxsiy qiziqishlariga qarab tuzadi.

Yevropada Boloniya jarayoni doirasida ECTS tizimi talabalarga xalqaro miqyosda moslashuvchan ta’lim olish imkonini beradi. Bu tajribalar shuni ko‘rsatadiki, kredit-modul tizimi talabalarning psixologik farovonligini oshiradi va ularning global mehnat bozorida raqobatbardosh bo‘lishiga yordam beradi.

Xulosalar va tavsiyalar.Kredit-modul tizimi talabalarga moslashuvchanlik, mustaqillik va individual qiziqishlarga mos ta’lim olish imkonini beradi.

Bu tizim talabalarning psixologik holatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi, stressni kamaytiradi, motivatsiyani oshiradi va o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Oliy ta’lim muassasalari ushbu tizimni joriy qilishda talabalarning psixologik ehtiyojlarini hisobga olishlari va ularni qo‘llab-quvvatlash uchun maslahat xizmatlarini kengaytirishlari kerak.

Tavsiya sifatida, universitetlar talabalarga kredit-modul tizimidan samarali foydalanish bo‘yicha treninglar tashkil qilishi, shuningdek, psixologik yordam xizmatlarini rivojlantirishi lozim. Bu tizimning afzalliklarini to‘liq ro‘yobga chiqarishga yordam beradi va talabalarning akademik va psixologik muvaffaqiyatini ta’minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 29-oktabrdagi PF-6097 son Farmoniga Ilm-fanni 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi.

2. Azizho‘jaev N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat.-T.:2018. B-61. 3. Agrar ta’lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi Prezident qarori (PQ–4795, 30.07.2020 y.).

4. “Bolonya deklaratsiyasi bo‘yicha kreditli ta’lim” mavzusidagi ma’ruza Oliy maktab O‘quv va tarbiyaviy ishlari bo‘yicha prorektori Jahongir G‘anievning 2020 yil 26 dekabr.

5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 05.06.2018 dagi “Oliy ta’lim muassasalarida ta’lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli isloxlarda faol ishtirokini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora tadbirlari to‘g‘risi” da PQ -3775-son qarori;

6. O‘zbekiston Respublikasi prezidentining 08.10.2019.y dagi “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida” gi PF-5847-son Farmoni.

7. O‘zbekiston Respublikasi prezidentining 2022 yil 20- dekabrda oliy Majlisga Murojatnomasi.

8. Usmonov B.Sh,Xabibullayev R.A.Oliy o‘quv yurtlarida o‘quv jarayonini kredit-modul tizimida tashkil qilish.O‘quv qo‘llanma Toshkent, 2020 yil [4 34-37] betlar.

9. Ishmuxammedov R Innovasion texnologiyalar yordamida ta’lim samaradorligini oshirish yo‘llari.T.Nizomiy nomidagi TDPU, 2005.

10. Xalq so‘zi 2020-yil 05 avgust soni Sherzod Mustafaqulov, Tdiu “Universitet 3.0” xalqaro o‘quv, ilmiy-innovatsion tadqiqotlar markazi direktori, i.f.d., dotsent, 11. Mansur Sultonov,tdiu ta’limning kredit tizimini boshqarish bo‘limi boshlig‘i,PhD.

BOLALARGA TA'LIM BERISHDA O'YINLARNING AFZALLIKLARI

Nazarova Dilnoza O'razaliyevna

Samarqand ZARMED universiteti katta o'qituvchisi

Abdusalomova Sevara Dilshod qizi

Samarqand davlat chet tillar instituti 3-bosqich talabasi

Kirish. Zamonaviy ta'lim jarayoni bolalar uchun o'qish va o'rganish jarayonini qiziqarli va samarali qilishga intiladi. O'yin asosidagi ta'lim, bu yo'nalishda muhim ahamiyatga ega bo'lib, bolalarning bilim olish jarayonini nafaqat qiziqarli, balki samara beruvchi qiladi.

O'yinlar orqali bolalar o'zlarini erkin his qilishadi, yangi bilimlarni o'zlashtirishda qiziqish va motivatsiya topadilar. Ushbu maqolada o'yin asosida ta'limning afzalliklari, uning bolalar rivojlanishiga ta'siri va ta'lim jarayonida qanday qo'llanilishi haqida batafsil ma'lumot beramiz.

Asosiy qism. Qiziqish va motivatsiya: O'yinlar bolalarga darslarni qiziqarli qilish imkonini beradi. Ular o'yin orqali o'rganishni xohlaydilar va bu jarayonda motivatsiya oshadi. Bolalar o'zlarini o'yin ichida ko'rib, yangi narsalarni o'rganishga tayyor bo'lishadi.

Ijtimoiy ko'nikmalar: O'yinlar ko'pincha guruhda o'tkaziladi, bu esa bolalar orasida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi. Ular bir-birlari bilan muloqot qilishni, fikr almashishni va jamoaviy ishlarni bajarishni o'rganadilar. Bu ijtimoiy ko'nikmalar kelajakda ham foydali bo'ladi.

Muammolarni hal qilish: O'yin jarayonida bolalar turli muammolarni hal qilishga o'rganadilar. Har bir o'yin yangi vazifalarni talab qiladi, bu esa ularni analitik fikrlashga va ijodkorlikka undaydi.

Hissiy rivojlanish: O'yinlar bolalarda hissiy intellektni rivojlantirishga yordam beradi. G'alaba qozonishdan rohatlanish va mag'lubiyatni qabul qilish kabi tajribalar

ularning hissiy barqarorligini oshiradi.

O'z-o'zini ifoda etish: O'yinlarda bolalar o'z fikrlarini ifoda etishga imkoniyat topadilar. Ularning ijodkorligi hamda shaxs sifatida rivojlanishi uchun bu juda muhimdir.

O'yin asosida ta'limni samarali tashkil etish uchun quyidagi yondashuvlarni qo'llash mumkin:

- Interaktiv darslar: Darslarni interaktiv holga keltirib, bolalarni faol ishtirok etishga undash kerak. Masalan, dars davomida turli xil o'yinlarni tashkil qilish orqali bilim olish jarayoni yanada qiziqarli bo'ladi.

- Ta'lim o'yinlari: Maxsus ta'lim o'yinlarini yaratish yoki mavjudlarini qo'llash muhimdir. Bu o'yinlar matematikadan, til bilimidan yoki boshqa fanlardan foydalanishi mumkin.

- Guruh ishlari: Bolalarni kichik guruhlariga bo'lib, birgalikda ishlashlariga imkon beradigan vazifalarni berish orqali hamkorlik ko'nikmalarini rivojlantirish mumkin.

- O'yinlar orqali baholash: Bolalarning bilimlarini baholash uchun o'yinlardan foydalanish baholash jarayonini yanada qiziqarli qiladi va bolalarga stress tug'dirmaydi.

Xulosa. Bolalar uchun o'yin asosida ta'lim nafaqat bilim olish jarayonini qiziqarli qiladi, balki ularning ijtimoiy, hissiy va intellektual rivojlanishiga ham katta hissa qo'shadi. O'qituvchilar va ota-onalar bu yondashuvni qo'llab-quvvatlashlari lozim, chunki motivatsiya va qiziqishni oshirish orqali bolalar hayotida muvaffaqiyatga erishadilar.

O'yin asosidagi ta'lim – bu kelajak avlodining muvaffaqiyatli va baxtli bo'lishiga olib keladigan kuchli vosita! Bolalarni yangi bilimlarga tayyorlashda ushbu yondashuvdan foydalanib, biz ularga yanada yorqin kelajak yaratishga yordam bera olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonuni. Toshkent shahri 2020-yil 23-sentyabr.
2. O'zbekiston Respublikasi "Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonuni 2019-yil 16-dekabr, O'RQ-595-son.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6-noyabrdagi "O'zbekistonning yangi taraqqiyot davriga ta'lim-tarbiya va ilm-fam sohalarini rivojlantirishning chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-6108-sonli farmoni. Toshkent 6-noyabr 2020-yil.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6- noyabr 2024-yil "Yangi O'zbekistonning 2022-2026 yillarga mo'ljallangan taraqqiyot siyosati. Xalq so'zi ro'zinomasi 2022-yil 27-yanvar
5. Asqarova Dilorom Qurbanova "Bolalarni maktab ta'limiga tayyorlash metodikasi" O'quv qo'llanma. Toshkent 2020y.

XORIJLIK TALABALARNING MOSLASHUV DARAJASINI ANIQLASH BO'YICHA O'TKAZILGAN PSIKODIAGNOSTIK TADQIQOTLAR TAHLILI

*Saidov Azamat Ismoilovich,
Kattaqo'r'g'on davlat pedagogika instituti, Pedagogika fakulteti dekani,
Axmedov Anvar Diyov o'g'li
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Innovatsion texnologiyalar universiteti o'qituvchisi.*

Akademik moslashuv tushunchasi keng qamrovli bo'lib, u nafaqat talabaning o'quv jarayoniga integratsiyalashuvini, balki uning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy aloqalari va ruhiy barqarorligini ham o'z ichiga oladi. Akademik moslashuvni uch asosiy yo'nalishda ko'rib chiqish mumkin: birinchidan, o'quv jarayoniga moslashuv (darslarni tushunish, topshiriqlarni bajarish, baholash tizimiga ko'nikish); ikkinchidan, ijtimoiy-madaniy integratsiya (guruhdoshlar bilan muloqot qilish, turli madaniyat vakillari bilan o'zaro munosabatlarni shakllantirish); uchinchidan, psixologik moslashuv (stressni boshqarish, o'zini qadrlash, yangi sharoitda ruhiy barqarorlikni ta'minlash). (Lazarus & Folkman, 1984).

Amaliyot shuni ko'rsatadiki, xorijlik talabalar ko'pincha bir qator qiyinchiliklarga duch keladi: til kompetensiyasining yetarli emasligi, ta'lim tizimidagi farqlar, turmush tarzi va qadriyatlardagi tafovutlar, ijtimoiy izolyatsiya va turli darajadagi stress holatlari. Bu omillar akademik natijalarni pasaytirishi, shaxsiy rivojlanishni sekinlashtirishi va hatto o'qishni to'xtatish xavfini tug'dirishi mumkin. Shu sababli, ularning moslashuv jarayonini ilmiy asosda tahlil qilish va samarali strategiyalarni ishlab chiqish zarurdir.

Maqolaning asosiy maqsadi xorijlik talabalarning akademik va ijtimoiy muhitga moslashuv darajasini psixodiagnostik usullar yordamida aniqlash hamda bu jarayonga ta'sir etuvchi psixologik va pedagogik omillarni belgilashdan iboratdir.

Tadqiqotning natijalari xorijiy talabalar bilan ishlashda samarali pedagogik yondashuvlar va psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqishga yordam beradi.

Xorijlik talabalar moslashuv jarayonini o'rganish psixologiya va pedagogika fanida dolzarb yo'nalishlardan biridir. Ilmiy manbalarda bu jarayon uch asosiy nazariya asosida izohlanadi.

Birinchidan, J. Berry (1997) tomonidan ishlab chiqilgan akkulturratsiya nazariyasi xorijlik talabalar yangi madaniyatga qanday qo'shilish strategiyalarini tanlashini ko'rsatadi. Tadqiqotlar integratsion strategiya eng samarali natija berishini tasdiqlaydi.[1]

Ikkinchidan, R. Lazarus va S. Folkman (1984)ning stress va coping yondashuvi talabalarning til to'siqlari, ijtimoiy izolyatsiya va o'quv yuklamasidan kelib chiqadigan psixologik qiyinchiliklarni qanday yengib o'tishini tushuntiradi.

Uchinchidan, Sh. Shvarts (1992)ning qadriyatlar nazariyasi xorijlik talabalar motivatsiyasi va o'quv faoliyati ularning qadriyatlar tizimiga bevosita bog'liqligini ko'rsatadi.

Shuningdek, K. Rogers va R. Diamondning "Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasi hamda Shvartsning "Qadriyatlar orientatsiyasi" usullari xorijlik talabalar moslashuv darajasini psixodiagnostik yo'l bilan baholashda samarali vosita sifatida qo'llaniladi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, xorijlik talabalarning akademik va shaxsiy moslashuvini o'rganishda kompleks yondashuv – nazariy asos va psixodiagnostik metodlarni birlashtirish zarur. Bu esa maqolada keltiriladigan empirik tadqiqotlar uchun metodologik asos vazifasini bajaradi.

O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan 60 nafar xorijlik talaba ishtirokida psixodiagnostik tadqiqot o'tkazildi.

Tadqiqotda K. Rogers va R. Diamondning "Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasi, Sh. Shvartsning "Qadriyatlar orientatsiyasi" metodikasi hamda maxsus so'rovnoma qo'llanildi.

"Ijtimoiy-psixologik moslashuv" metodikasi natijalariga ko'ra, xorijlik

talabalarning 25 foizi yuqori darajadagi moslashuv ko'rsatkichlariga ega bo'ldi. Ular yangi ijtimoiy muhitga tez kirishib ketishi, guruhdoshlar bilan faol muloqot qilishi va o'quv jarayonini muvaffaqiyatli o'zlashtirishi bilan ajralib turadi. 50 foiz talaba o'rtacha darajadagi moslashuv ko'rsatkichlariga ega bo'lib, ular ayrim qiyinchiliklarga qaramay asta-sekin ijtimoiy va akademik integratsiyaga erishmoqda.

Qolgan 25 foiz talaba esa past moslashuv ko'rsatkichlariga ega bo'lib, ularda til to'siqlari, ijtimoiy izolyatsiya va stress alomatlarini kuzatildi.

Shvarts metodikasi asosida olingan natijalar xorijlik talabalar qadriyatlarini asosan uch yo'nalishda to'planganini ko'rsatdi:

O'zaro yordam va birdamlik (65%) – ko'pchilik talabalar ijtimoiy munosabatlar, do'stlik va guruhviy qo'llab-quvvatlashni asosiy qadriyat sifatida belgilagan.

Shaxsiy erkinlik va o'zini rivojlantirish (22%) – bir qismi mustaqillik, tashabbuskorlik va bilimlarni erkin izlashni ustuvor deb baholagan.

An'anaviy qadriyatlarga sodiqlik (13%) – ayrim talabalar milliy odatlarni saqlash, diniy qadriyatlarga amal qilishni muhim deb hisoblagan. (Schwartz, 1992).

So'rovnomaga natijalariga ko'ra, talabalar moslashuv jarayonida eng ko'p uchraydigan qiyinchiliklar:

til kompetensiyasining yetarli emasligi (72%),

o'quv jarayonidagi farqlar (54%),

ijtimoiy izolyatsiya (38%),

stress va xavotir (35%).

Biroq talabalarning ko'pchiligi (68%) universitet ma'muriyati va o'qituvchilarning pedagogik qo'llab-quvvatlashi ularning moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatganini ta'kidlashdi.

Umumiy natija shuni ko'rsatadiki, xorijlik talabalar moslashuvi murakkab va ko'p omilli jarayon bo'lib, bunda til kompetensiyasi, ijtimoiy integratsiya, qadriyatlar tizimi va pedagogik qo'llab-quvvatlash hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Xulosa qilib aytasak, tadqiqot xorijlik talabalar oliy ta'lim muassasalarida akademik va ijtimoiy muhitga moslashuv jarayonini o'rganishga qaratilganini ko'rsatadi. Natijalar shuni bildiradiki, talabalar moslashuvi til kompetensiyasi, ijtimoiy integratsiya, motivatsiya, qadriyatlar tizimi va pedagogik qo'llab-quvvatlashga bog'liq.

Yuqori darajadagi moslashuv ko'rsatkichlariga ega talabalar yangi muhitga tez moslashib, samarali o'qish va muloqot qiladi, past darajadagi talabalar esa til to'siqlari, ijtimoiy izolyatsiya va stress bilan duch keladi. Shu bois, samarali pedagogik va psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlari talabalar moslashuvini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Berry, J. W. (1997). *Immigration, acculturation, and adaptation*. Applied Psychology: An International Review, 46(1), 5–34.
2. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
3. Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65.
4. Rogers, C. R., & Diamond, L. (1979). *Social-psychological adaptation and personal growth*. New York: Basic Books.
5. Smith, L., & Khawaja, N. G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 699–713.
6. Andrade, M. S. (2006). International students in English-speaking universities: Adjustment factors. *Journal of Research in International Education*, 5(2), 131–154.
7. Zhou, Y., Jindal-Snape, D., Topping, K., & Todman, J. (2008). Theoretical models of culture shock and adaptation in international students in higher education. *Studies in Higher Education*, 33(1), 63–75.
8. Hechanova-Alampay, R., Beehr, T. A., Christiansen, N. D., & Van Horn, R. (2002). Adjustment and strain among domestic and international student sojourners: A longitudinal study. *School Psychology International*, 23(4), 458–474.
9. Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock*. London: Routledge.
10. Glass, C. R., & Westmont, C. M. (2014). Comparative effects of belongingness on the academic success and cross-cultural interactions of domestic and international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 38, 106–119.

ЎЗБЕК ОИЛАЛАРИДА МИЛЛИЙ ҚАДРИЯТЛАР АСОСИДА СОҒЛОМ АВЛОДНИ ТАРБИЯЛАШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК МАСАЛАЛАР ТАҲЛИЛИ

Саидов Азамат Исмоилович
Каттақўрғон давлат педагогика институти, Педагогика факультети
декани, Психология фанлари доктори (ДСс), профессор

Ахмедов Анвар Диёр ўғли
Инновацион технологиялар университети ўқитувчиси

Мамлакатимизда чуқур ўзгаришлар, сиёсий ва ижтимоий-иқтисодий ҳаётнинг барча томонларини изчил ислоҳ этиш ва либераллаштириш, жамиятимизни демократик янгилаш ва модернизация қилиш жараёнлари жадал суръатлар билан ривожланиб бормоқда. Бунда кучли фуқаролик жамиятини шакллантириш йўлида белгилаб олинган ва изчил равишда амалга оширилаётган улкан вазифалар мустаҳкам замин яратмоқда.

Тарихимизга кириб келаётган буюк марра муносабати билан ўтган давр мобайнида ҳаётимиз сифати, мамлакатимиз қиёфаси қандай ўзгариб бораётгани, қандай ютуқ ва натижаларга эришганимиз, ижтимоий йўналтирилган бозор иқтисодиётига асосланган очиқ демократик давлат ва фуқаролик жамиятини барпо этиш йўлида қандай суръатлар билан ривожланиб бораётганимизни баҳолаш эҳтиёжи туғилмоқда.

Қисқача айтганда, биз ўз олдимизга қўйган узоқ муддатли стратегик мақсадлар, яъни замонавий ривожланган демократик давлатлар қаторига кириш, иқтисодиётимизнинг барқарор ўсишини таъминлаш, ҳаёт сифатини яхшилаш ва жаҳон ҳамжамиятида муносиб ўрин эгаллаш борасидаги саъйҳаракатларимизга бугунги кун нуқтаи назаридан ҳолисона баҳо беришимиз табиийдир.

Инсон саломатлиги бу - энг аввало, унинг руҳий ва физиологик сифатларини ривожлантириш, умрнинг максимал давомийлигида мақбул даражадаги ишчанлик қобилияти ва ижтимоий фаоллигини сақлаб қолишдан иборатдир. Кўпгина олимларнинг фикрича, инсон организмнинг функционал имкониятлари ва унинг ташқи муҳитдан бўладиган ноҳуш омилларга барқарорлиги бутун умри давомида ўзгариб туради, негаки, саломатликни сақлаш, жўшқин жараён бўлиб, у ёш, жинс, касбий фаолият, яшаш муҳитига боғлиқ ҳолда яхшиланиб (саломатлик бўшашиб ёки мустаҳкамлашиб) боради.

Одам ҳаёти, соғлиғи - энг катга ижтимоий бойликдир. Бу оила, мактаб ва инсон тарбияси, камолоти билан шуғулланувчи бошқа масканлар олдига соғлом турмуш тарзини шакллантириш масаласини кўндаланг қўяди. Миллат соғлиғи ҳам табиий равишда, соғлом турмуш тарзи орқали ҳал этилади. Шу боисдан, ёшларни комил инсон сифатида тарбиялаш аждодларимизнинг азалий орзу нияти бўлиб келган.

Тарбия бу инсоннинг ўзи ва ўз хулқи ҳақидаги тасаввурининг тўғри ва холис бўлишини таъминловчи мураккаб жараён ҳисобланади.

Буюк маърифатпарвар Абдулла Авлоний тарбия ҳақида “Тарбия биз учун ё ҳаёт ё мамот, ё нажот – ё ҳалокат, ё саодат – ё фалокат масаласидир,”- деган фикрни айтиб ўтган. Унинг бу фикрини кенг мушоҳада қиладиган бўлсак, бугунги кунда ёшлар тарбиясига алоҳида эътибор билан ёндошиш зарурлиги аён

бўлади. Шунини таъкидлаб ўтиш лозимки, миллатга хос бўлган анъаналар, қадриятлар, урф-одатлар шахс маънавияти, камолотини шакллантиради [1].

Халқимизда “Ватан остонадан бошланади” деган доно ҳикмат мавжуд. Остона оиладан бошланиб, у маънавият, тарбия ўчоғи, жамиятнинг асосий бўғини ҳисобланади. Оиланинг асрлар мобайнида сақланиб келаётган муқаддас анъаналари орқали ёшларимиз қалбида Ватанга муҳаббат, иймон-этикод, масъулият, инсонпарварлик каби эзгу ғоялар жой олади. Оила билан биргаликда ёш авлодни тарбиялашда маҳалланинг ўрни ҳам бекиёсдир.

Маҳалла халқимизнинг азалий удумлари, урф-одатлари ва анъаналарига таянган ҳолда улкан тарбиявий вазифани амалга оширади. Маҳалла, мактаб ва жамоатчиликнинг авлоддан авлодга мерос бўлиб ўтиб келаётган миллий қадриятларга таянган ҳолда иш кўриши фарзандлар тарбиясида ижобий натижаларга олиб келиши шубҳасиздир.

Тарбия борасидаги миллий қадриятларимиз бўйича маҳалла аҳли, айниқса кексалар кўчада нобоп иш қилаётган бола олдидан ҳеч қачон бепарво ўтиб кетмаган, шу заҳотиёқ танбеҳ бериб уларни тўғри йўлга чақирган. Болаларнинг одобли бўлиб улғайиши учун ота-она билан бир қаторда маҳалла-куй ҳам катта ибрат мактабидир. Ёшларнинг ҳар томонлама чиройли, одобли, гўзал хулқли бўлишида оила ва кўни-қўшниларнинг ўрни борасида муқаддас динимизда ҳам катта аҳамият берилади. “Қуш уясида кўрганини қилади”, деб бежиз айтмаган халқимиз. Фарзанд тарбиялаётган ота-она ҳар бир ҳаракати, юриш туриши, муомаласи, бошқалар билан ўзаро муносабатида олижаноб фазилатларни намоён эта билиши керак. Чунки бола табиатан ниҳоятда тақлидчан ва кузатувчан бўлади. Шунинг учун унинг атрофдагилари ўз одатлари билан баъзан ўзлари сезмаган ҳолда уларга таъсир қиладилар. Оиладаги қўпол муносабатлар, кўп ёлғон гапириш, ёқимсиз хатти-ҳаракат бола тарбиясига салбий таъсир қиладиган носоғлом муҳитни келтириб чиқаради.

Оилада фарзандларни маънавий ва миллий қадриятлар руҳида тарбиялаш уларни маънан етук, ахлоқан пок, ақлан зукко ва соғлом авлод бўлиб етишишларида муҳим ўрин тутади. Аммо, бугунги кунда айрим оилаларда бу масалада қатор камчиликлар ҳам кўзга ташланмоқда. Қуйида ўзбек оилаларида миллий қадриятлар асосида фарзандларни тарбиялаш борасида йўл қўйилаётган айрим камчиликлар тўғрисида фикр юритишга ҳаракат қиламиз.

Оилавий тарбияда миллий қадриятларимиздан, яъни эртак, мақол, ривоят ва ҳадис илмидан етарлича фойдаланилмаётганлик ҳолати. Тадқиқотларимиз натижаларидан маълум бўлишича, ота-оналарнинг атиги чорак қисми фарзандларига ёшлигида эртак, ривоят ва мақоллар айтиб беришганлигини эслашадилар холос [3]. Ахир қадриятларимиз, халқ оғзаки ижоди дурдоналари, ривоятлар ва ҳадис илми болаларда яхшилик, олижаноблик, хуш хулқилик хислатларининг шаклланишига хизмат қилиши ҳаммага аёнку.

Шундай бўлсада, нега бугун фарзандлар тарбиясида бу масалага эътиборсизлик қиламиз. Сизу бизнинг ана шу эътиборсизлигимиз, эртага катта бўлганда тарбияланиб қолар, деган ақидага берилишимиз болаларимизнинг баркамол, хуш хулқли инсонлар бўлиб етишишига салбий таъсир кўрсатмасдан қолмайди.

Оилада болалар тарбиясида қарияларнинг иштирок этмаслиги ҳолати ҳам болалар тарбиясига салбий таъсир кўрсатади. Ахир халқимизда «қариси бор уйнинг – париси бор», деб бежиз айтилмаган. Қарияларнинг биринчидан, деярли уйда бўлишлари болалар билан доимо мулоқотда бўлишга, улар фаолиятини доимо назорат қилиб туришга олиб келса, иккинчидан улардаги ҳаётий тажрибанинг кўплиги болалар тарбиясида муҳим ўрин тутади.

Назаримизда кейинги йилларда ёшларимизда ўзбек халқига хос бўлган меҳр-шафқатлилик, бағрикенглик (толерантлик), ночорлар, дардманлар ҳолидан хабар олиш, уларга ёрдам бериш хислатлари негадир бугунги кунда кўринмай қолаётгандай туюлмоқда. Ёшларимиз ўртасида хасислик, боқибегамлик, лоқайдлик, бетга чопарлик, манфаатпарастлик, тамагирлик, кўзбўямачилик каби иллатлар кучайиб бормоқда.

Болалар ва ўсмирларда ғайриахлоқий хулқнинг келиб чиқишига сабаб бўлувчи оилавий тарбияга боғлиқ бўлган омиллардан яна бири оилавий тарбияда приметив (эскирган, номаъқул) усуллардан фойдаланишдир. Бундай тарбия усулида тарбия баъзан ўта қаттиққўллик, авторитар, болаларнинг фикр ва қарашларини инобатга олмаслик асосида олиб борилади. Бундай усулда болаларни тарбиялашнинг нотўғри эканлигини бугун ҳаётнинг ўзи ҳам кўрсатиб турибди. Чунки бугунги ёшлар мустақил фикрлашга интилувчан, ўз қарашларига эга бўлган, ақлан етук ёшлардир. Бундай ёшлар билан ҳисоблашиш, уларнинг фикр ва мулоҳазаларини эшитиш, керакли жойларда маслаҳат бериш, йўл-йўриқ кўрсатиш яхши натижалар беришини унутмаслигимиз керак.

Оилаларда фарзандлар учун имкон қадар моддий ва маиший шароитнинг яратиб берилмаслиги ҳолати улар хулқида оғишларнинг келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин. Умуминсоний ва диний таълимотларга кўра, оилада ота-оналар фарзандлар тарбияси учун ҳар томонлама зарурий шар-шароит яратиб бериш таъкидланади. Аммо, бугунги кунда айрим оилаларда бола учун зарурий моддий шароитларнинг мавжуд эмаслиги сабабли баъзан фарзанд муаммоли ҳолат билан ёлғиз кураш олиб бориш кечинмаларига дуч келади. Бундай ҳолат ўсмир дунёсида оилавий шароитга нисбатан пайдо бўлган норозилик ҳиссининг кундан-кун авж олиб, ички қўзғолонга айланиб боришига олиб келиши мумкин.

Айрим оилаларда фарзандларининг ғайриқонуний хатти-ҳаракатларини ота-она ва оиланинг бошқа аъзолари томонидан қўллаб-қувватланиши ҳолати. Бунда болалар ва ўсмирларнинг тарбиясизлик ва ғайриқонуний хатти-ҳаракатига оила аъзолари ва яқинлари томонидан ижобий ёки эътиборсизлик кўринишидаги

муносабат билдирилади.

“Бундай иш қилма”, “Қилаётган ҳаракатинг ёки гап-сўзларинг тарбиясизлик ҳисобланади”, дейиш ўрнига ота-оналар ёки атрофдагилар уларнинг хатти-ҳаракатларини маъқуллашади ёки унга эътибор беришмайди. Натижада ўз ғайритабiiй ҳаракатининг маъқулланишини ҳис этган бола яна бошқа бир тарбиясизлик ҳаракатига қўл уради. Оқибатда салбий хулқ-атвор ўсмирнинг бутун фаолиятини, онгини қамраб олиши учун имконият яратади.

Айрим ота-оналарнинг оилада фарзандлари билан қилаётган муомала-муносабатлари болалар ва ўсмирларда ғайриахлоқий хулқнинг келиб чиқишига сабаб бўлиши ҳолати. Сир эмаски, оилада қаҳр-ғазаб асосидаги ота-она муносабати болаларни уйдан бездиради. Уйдан безиш, оила муҳитини тан олмаслик ўсмирларда оилавий муҳитга нисбатан мослашишнинг издан чиқишига олиб келади. Натижада ўсмир оиладан ташқари носоғлом кўча муҳитини ўзига маъқул кўради. Кўча муҳити эса баъзан ғайриахлоқий мазмунга эга бўлиши мумкин. Натижада ноахлоқий хулқ-атвор муҳитига тушиб қолган ўсмирда тарбия бузилишининг келиб чиқиши учун имконият яратилади.

Ота-оналарнинг фарзандлари ҳаёти ва фаолияти билан жиддий қизиқмасликлари, уларни назоратсиз қолдиришлари, кўпинча ўсмирни ғайриқонуний хулқ-атворга эга бўлган болалар ва ўсмирлар сафига қўшилиб кетишга олиб келади. Шунинг учун ота-оналар фарзандларининг айниқса, ўсмирлик ёши давридаги фаолиятларини, бўш вақтларида нималар билан шуғулланаётганликларини домий равишда назорат қилиб боришлари мақсадга мувофиқдир.

Қолаверса, ўсмирлик ёши давридаги психофизиологик ўзгаришлар ва ўтиш даври хусусиятлари бу ёш ота-оналар ва катта ёшдаги кишиларнинг ўзига хос алоҳида эътиборини талаб қиладиган ёш даври ҳисобланади. Оилада ота-оналарнинг бу ёшдаги ўсмирларга нисбатан бўладиган эътиборсизликлари ёки тарбия шундай берилиши керак деган, қарашлари болалар ва ўсмирларда ғайриахлоқий хулқнинг келиб чиқишига шароит яратади [4].

Оилавий тарбияда кўполлик, андишасизлик, ҳақорат, дўқ-пўписа ва жисмоний жазолаш сингари усуллардан фойдаланиш ҳолати кўпинча болалар ва ўсмирларнинг уйдан қочишига, бирон иш қилиб қўйиб ота-онасидан кўрққанидан кўчаларда дайдисираб юришига, қаерлардадир тунаб қолишига олиб келади. Бундай ҳолатларда болаларнинг оила муҳитига нисбатан ижтимоий психологик мослашуви издан чиқади. Оқибатда ўзига маъқул бўлган оиладан ташқари гуруҳ ёки кўча муҳитини қабул қиладди. Бу муҳит ўзининг характериға кўра, болага салбий ёки ижобий таъсир қилиши мумкин. Афсуски, носоғлом муҳит психологиясига эга бўлган кўча муҳити болаларға кўп ҳолатларда салбий таъсир кўрсатади.

Оилаларда ота-она ҳамда фарзанд ўртасидаги муносабатларда ўзига хос

самарасиз усуллардан фойдаланиланиш ҳолати. Ота-оналар баъзан фарзандларига ўта даражада меҳр қўядилар. Уларни асраб авайлайдилар, эъзозлайдилар. Уларга гард юктирмасликка ҳаракат қиладилар. Айтган ёки истаган нарсаларни муҳайё қилишга интиладилар. Бир қарашда ота-онада шундай қилса нима қилибди, дейсиз.

Аммо ота-оналарнинг болаларга бундай муносабатлари болаларда салбий хислатларнинг шаклланишига олиб келмоқда. Ота-онаси томонидан кўрсатилаётган бундай муносабат натижасида болада манманлик, бировларни менсимаслик, тайёрга-айёрлик, меҳнатнинг қадрига етмаслик, сабр-тоқатсизлик каби салбий хислатлар пайдо бўлмоқда. Бундай хислатларга эга бўлган болаларда ўзбек халқига хос бўлган меҳнатсеварлик, олижаноблик, ўзгаларни ҳурмат ва эъзозлаш, меҳнатнинг қадрига етиш хислатлари шаклланмайди.

Шунингдек, уларда мақтанчоқлик, бировларнинг устидан кулиш, ночорлигини юзига солиш одатлари ҳам кузатилади. Бундай руҳда тарбияланган болалар муаммоли вазиятларда мустақил фикр юритиш, муайян қарорларга келиш борасида ҳам қийинчиликларга учрайдилар.

Ота-оналарнинг рад этиш, таъқиқлаш, рухсат этмаслик асосидаги тарбиялаш усули баъзан болалар ва ўсмирларда тарбия бузилишига олиб келади. Бу хилдаги тарбия усулида болаларнинг хоҳиш-истаги, ўй-хаёллари, орзу ва интилишлари, фикр ва мулоҳазалари инобатга олинмайди.

Бундан ташқари бундай тарбия усулида болаларга ўз фикр мулоҳазаларини очикча баён этиш, мустақил қарорларга келиш ва муайян вазиятларга ўз нуқтаи назарини билдириш имконияти чекланади.

Бундай тарбия усулида баъзан болаларнинг хатти-ҳаракатлари мажбурий тарзда тақиқлаш усуллари билан бошқариб борилади. Уйда бу нарсага тегиш мумкин, бу нарсага тегиш мумкин эмас, бу кийимни киясан, бунисини киймайсан қабалидаги муносабат ўрнатилади.

Боланинг қизиқиши, эркинлиги, ўзига ёққан кийимни кийиши, кўнгли истаган иш билан машғул бўлиши, қизиққан китобини ўқиши ва хоҳлаган спорт тури билан шуғулланиши ота-она ихтиёри билан амалга оширилади.

Оилада ота ёки онанинг айтгани-айтган, дегани-деган бўлади. Бундай усулда тарбияланган болаларда мустақил фикр юритиш қобилиятининг сустривожланиши, тортинчоқлик, ўз фикр-мулоҳазаларини баён эта олмаслик, тобелик, кўрқоқлик ва журъатсизлик каби салбий хислатлар ёрқин намоён бўлади.

Журъатсиз, тобе, тортинчоқ болада фаоллик ва ўз-ўзига ишонч ҳисси етишмайди. Шунингдек, уларда нутқнинг сустривожланиши ҳолати ҳам кузатилади. Бундай болалар бутун умр давомида бировларга тобе бўлиб яшайдилар. Уларда раҳбарлик, бошқарувчанлик қобилиятлари сустривожланган бўлади. Улар бировларнинг гап-сўзларига тез учадилар. Шунинг учун улар

алдовлар, кўзбуямачиликлар, таъмагирликлар қурбонига айланиб қолмоқдалар.

Қолаверса, улардаги фикрлаш қобилиятининг суст ривожланганлиги низоли вазиятларга тез-тез тушиб қолишликка сабаб бўлади. Бундайлар низоли вазиятларда тўғри қарорлар қабул қилишга қийналадилар. Улар бировларнинг таъсири, қистови ёки мажбурлаши натижасида турли хил қонунбузарликларни амалга оширишлари мумкин.

Ўзбек оилаларида ота-оналарнинг фарзандларни тарбиялашдаги камчиликларидан яна бири болаларнинг тарбиясига ёшлигидан эътибор берилмасликдир. Ахир халқимизда “тўққизида бўлмаган, тўқсониди ҳам бўлмайди”, деган ажойиб нақл борку. Болани қанчалик эрта ўргатсанг, тарбия берсанг шунчалик тез мослашади, ўрганади.

Афсуски, кўпгина ота-оналар ёшлигида фарзандимнинг қорни тўқ, усти бут бўлса бўлди, деб ўйлашади.

Ёши 16-17га бориб, мактабни битираётганда эса фарзанди ҳақида ўйлаб қолишади. Бу даврга келиб фарзанд тарбияси, унинг эртанги куни ҳақида ўйлашлиги кеч бўлганлигини кўпчилик ота-оналар англаб етмайдилар. Натижада тарбияда қўлдан бой берилган фурсат азобини ўзимиз тортамыз. Бу ҳам етмаганидек боланинг келажаги, эртанги куни, фаровон ва бахтли ҳаёт кечиришини барбод қиламиз. Бундай ҳолатларда айбни кўпинча болалардан излаймиз. Ўз айбимизни эса тан олмаймиз ёки кўра билмаймиз.

Оилаларда фарзандларни жисмонан соғлом, ақлан етук, маънан баркамол этиб тарбиялаш борасидаги эътиборсизлик.

Маълумки, соғлом авлоднинг шаклланишида оиланинг, оила муҳитининг ўрни катта. Оиладаги ўзаро соғлом муносабатлар, психологик муҳит ва соғлом турмуш тарзи ҳар томонлама баркамол авлодларни вояга етказишда бош омил ҳисобланади. Шу боисдан, энг аввало оилада соғлом турмуш тарзи муҳитини, психологиясини шакллантириш муҳимдир.

Аммо кузатишларимизга қараганда, кўпчилик оилаларда соғлом турмуш тарзи психологиясини шакллантириш масаласида ўзи бўларчилик ҳолати учрайди. Бу эса оилаларда вояга етаётган фарзандлар онгида, дунёқарашида соғлом турмуш тарзига нисбатан носоғлом муносабатнинг пайдо бўлишига олиб келади.

Юқоридагилардан хулоса қиладиган бўлсак, ўзбек халқининг маънавий ва миллий қадриятлари, урф-одат ва анъаналари оила ва оилавий муносабатларда, жумладан болалар тарбиясида муҳим ўрин тутади.

Жисмонан бақувват, маънан баркамол, ақлан етук фарзандларни вояга етказиш тамойили Шарқ ижтимоий тафаккурининг ва менталитетининг асосий мазмунини ташкил этади. Чунки, болани тарбиялаш орқали меҳр-мурувват туйғулари шаклланган баркамол инсонни вояга етказилади. Бола қадрияти – бу ўзбек халқи турмуш тарзи, руҳияти, болажонлик одатлари, серфарзандлик ва айни

пайтда соғлом, бақувват, маънавий ва жисмоний етук авлод етиштириш анъаналари, тафаккур тарзидир.

Шуни айтиб ўтиш жоизки, миллий қадриятлар, анъаналар, урф-одатлар оилада бизгача етиб келади. Шу муҳитда ўсаётган миллатимиз келажаги меросхўрлари фарзандларимизни миллий урф-одатларга хос қилиб тарбиялаш лозимдир. Назаримизда оилавий тарбия бўйича миллий қадриятларимиз ва удумларимизга эскилик сарқити деб қараш нотўғридир[2].

Бой ва ранг-баранг маданиятимиз, урф-одат ва анъаналаримиз барча қадриятларимиз миллатимизнинг маънавий, рухий бойликларини ташкил этади. Уни чуқур ўрганиб, ўзлаштириб олган инсон олдига қўйилган ҳар қандай мақсадга эриша олади.

Чунки маданиятимиз ахлоқ-одоб, урф-одат меъёрларидан хабардор инсон ҳеч қачон кўр-кўрона иш қилмайди.

Демакки, барча миллий тарбия бўйича урф-одатларимиз замирида эзгулик ётади. Уларда фақат озодалиқ, яхшилик, одамийлик касб этади.

Миллий урф-одатларимиз асносида тарбияланган шахс юксак маънавияти бой инсон бўлиб шаклланади.

Фарзандларимизга шундай тарбия берайлики, улар ўз ота-боболарига, ўз тарихи, Ватани, она тилига, миллати, динига ва анъаналарига содиқ бўлиб камол топишсин.

Адабиётлар рўйхати

1. Илояев М. “Оила, ижод, тарбия ва маънавият”. Т., “Шарқ” 2000. 114 б.
2. Оилавий муҳит ва болалар //Қалқон. – 2006, - №1.- Б.14-15.
3. Умаров Б.М. Ўзбекистонда вояга етмаганлар жиноятчилигининг ижтимоий-психологик муаммолари. (Монография) “Фан” нашриёти, Тошкент – 2008, 284 б.
4. Ядгарова Г.Т., Авлаев О.У. Тарбияси қийин, қалтис гуруҳга мансуб болалар билан ишлаш (Услубий қўлланма)Т.: 2007, 74 б.
5. Axrorov V.Yu., KDPI

**TALABALAR PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI TA'MINLASHGA
YO'NALTIRILGAN PSIXOLOGIK XIZMATNI TAKOMILLASHTIRISHGA
DOIR**

Axrorov V.Yu., KDPI

Kirish. Respublikamizda so'ngi yillarda olib borilayotgan islohotlar tufayli «...yoshlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, yuqori iqtisodiy o'sishga erishish hisobidan xalqimizning farovonligini oshirish va kundalik hayotidagi muammolarni hal etish» ko'nikmalarini shakllantirish mexanizmlarining me'yoriy asoslari yaratilmoqda.

Talabalarni ta'lim muhitiga moslashtirish jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlashning tarkibiy qismlari sifatida inqiroz va stressli vaziyatlarni oldini olish, ijtimoiy va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish, ziddiyatli, murakkab hayotiy vaziyatda psixologik yordam ko'rsatish, o'quv ko'nikmalarini shakllantirish, oliy ta'lim muassasasida o'quv faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun o'z-o'zini tashkil etish, ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish bo'yicha trening mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazish namoyon bo'ladi.

Talabalarning shaxsiy va kasbiy shakllanishi jarayonida ularni psixologik qo'llab-quvvatlash, ularda tashabbuskorlik, shaxsiy va kasbiy pozisiyani, kasbiy o'zini namoyon qilish, hayotiy maqsadlarni belgilash, o'z-o'zini anglash qobiliyatini rivojlantirishni nazarda tutish lozim (Karamyan, Fayziyev, 2015).

Mavzuga oid adabiyotlarning sharhi. Ta'lim jarayonini psixologik qo'llab-quvvatlashning har qanday shakl va usullari samaradorligining muhim mezonlari talabalarning psixologik salomatligi hisoblanadi. Shuning uchun, oliy ta'lim muassasasi psixologi o'z faoliyatida salomatlik psixologiyasining nazariy qoidalari – salomatlikning psixologik sabablari, uni ta'minlash, mustahkamlash va rivojlantirish usullari va vositalariga tayanishi, uning diqqat markazida talabalarning psixik rivojlanishi va psixologik salomatligi turishi muhim ahamiyat kasb etadi (Olifirovich va b., 2008).

Oliy ta'lim muassasasining ta'lim muhitida bir qator o'ziga xos xususiyatlar mavjud:

birinchidan, ta'lim muhiti talabalarning o'quv yuklamalari bilan bog'liq o'ziga xos omillarning mavjudligi bilan tavsiflanib, oliy dargohda ta'lim olish talabalarda sezilarli intellektual, axborot, psixoemosional zo'riqlashlarni (masalan, imtihon holatida) keltirib chiqaradi;

ikkinchidan, oliy ta'lim muassasasida ta'lim olish davri ijtimoiy muhitga faol

kirishish bosqichi bo'lib, shaxslararo munosabatlarda muammo yuzaga keladi. Ijtimoiy moslashuv guruhda tan olinish va yuqori mavqyega ega bo'lishga qaratilgan harakatlar bilan birga keladi va tengdoshlar orasida o'z o'rnini egallashga urinishlar ko'pincha xavfli xatti-harakatlar bilan bog'liq bo'ladi. Talabalar jamoasining xilma-xilligi ijtimoiy moslashuvning qo'shimcha qiyinchiliklarini keltirib chiqaradi.

Guruhdagi munosabatlar bilan bog'liq stressli sabablar orasida guruh a'zolari o'rtasida psixologik nomutanosiblik holatlarini kuzatish mumkin;

uchinchidan, oliy ta'lim muassasasidagi ta'lim shaxs sifatida shakllanishning hal qiluvchi davri hisoblanib, muhim voqyealar va qarorlar qabul qilish aynan o'qish yillarida namoyon bo'lib, har bir talabaning hayoti va kasbiy o'sishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun, kelajakdagi kasbiy muhitda shaxsiy o'zini o'zi belgilashga bo'lgan ehtiyoj bir qator salbiy xavotirlanishlar bilan birga bo'lishi mumkin;

to'rtinchidan, talabalar o'zlarining jismoniy va ruhiy imkoniyatlarini tuganmasligiga ishonishganligi sababli o'zlarining salomatligiga e'tibor bermaydilar. Ta'lim tizimida salomatlikka o'rgatishga yo'naltirilgan ta'lim mavjud emasligi, sog'lom hayotga nisbatan motivasiyaning shakllanmaganligi hamda unga bog'liq bilim, ko'nikma va malakalarning yetarlicha emasligi, talabalarda salomatligini saqlash imkonini bermaydi. Salomatlikni saqlash madaniyatining past darajasi insonni vaqtni noto'g'ri o'tkazishiga sabab bo'ladi (Xvatova, 2006).

Oliy ta'lim muassasasi ta'lim muhitining ushbu xususiyatlari universitetda o'qitish bir qator o'ziga xos xususiyatlarga ega ekanligini ko'rsatadi, ular birgalikda talabalarning salomatligi uchun kuchli xavf omili sifatida namoyon bo'ladi (Xachaturova, Fedorova, 2015). Shu sababli psixologik salomatlik insonning eng birlamchi ehtiyoji bo'lmog'i lozim. Biroq bu ehtiyojni mukammal ravishda qondirish muammosi g'oyatda murakkab, ba'zan nihoyatda qarama-qarshi, kutilmagan omillarga bog'liqligi va oqibati hamma vaqt ham kutilgan natijaga olib kelmaydi.

Bu o'rinda oliy ta'lim tizimidagi rivojlantiruvchi muhit muhim ahamiyatga ega bo'lib, bunday muhitning mukammal shakllanganligini bildiruvchi ko'rsatkich esa talabaning o'z-o'zini rivojlantira olishini ta'minlay oladigan psixologik-pedagogik shart-sharoitlar hisoblanadi. Ta'lim ehtiyojlari, talabalar hamda o'qituvchilarning pozitsiyasini aniqlash, shuningdek, ta'lim ehtiyojlarini qondirish uchun psixologik-pedagogik sharoitlarni ishlab chiqish o'quv jarayonini bozor iqtisodiyoti sharoitlariga moslashtirishning zarur sharti hisoblanadi (Dotduyeva va b., 2018).

Professor V.M. Karimova oliy ta'lim tizimida ta'lim muassasasi psixologining roli katta ekanligini ta'kidlar ekan, u quyidagi ijtimoiy-psixologik vazifalarni bajarishga o'z faoliyatini yo'naltirishi zarurligini ko'rsatib o'tadi:

1. Ta'lim muassasasida tashkil etilgan psixologik xizmatning samarali yo'llarini qidirish, shart-sharoitlar va muhitni har tomonlama, to'liq o'rganib chikish, har bir talabaning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda individual va guruhliy ishlash uslublarini aniqlash lozim.

2. Ta'lim muassasasi psixologi talabalar o'rtasida uchrab turadigan psixik rivojlanishdagi ayrim salbiy holatlarni to'liq o'rganishi, ularni keltirib chiqaruvchi omillar va ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlarni tahlil qilishi lozim.

3. Ta'lim muassasasi psixologi turli yoshdagi o'quvchilarning qobiliyatlari, yo'nalishi, layoqatlari va kasbiy qiziqishlariga doir aniq ilmiy tahlillar, test natijalari asosida tuzilgan ma'lumotlar bankiga ega bo'lishi kerak.

4. Ta'lim muassasasi psixologi guruhlardagi ruhiy holatlarni, o'zaro munosabatlar bilan bog'liq bo'lgan psixologik muhitni aniqlashi, rasmiy va norasmiy liderlar o'rtasidagi munosabatlarni chuqur o'rganishi, ta'lim muassasasi ma'muriyati va tarbiyaviy ishlar buyicha mutassaddilarga zarur yo'l-yo'riqlar tavsiya qilishi joiz.

5. Amaliy psixolog faoliyatining yana bir tomoni turli masalalar bo'yicha o'qituvchi-pedagoglar jamoasiga psixologik yordam berishdir (Karimova, 2012).

Bildirilgan ushbu fikr-mulohazalar oliy ta'lim muassasalarida faoliyat olib borayotgan psixologlarning faoliyatini muvofiqlashtiradigan, ularga metodik jihatdan ko'mak beradigan mexanizmlarni ishlab chiqish zarurligini dolzarblashtirmoqda. Bu esa, maqsadga yo'naltirilgan psixologik xizmatni tashkil etishni taqozo etmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi. Oliy ta'lim doirasida psixologik xizmat talabalarni moslashtirish, rivojlantirish hamda ularning ta'lim olishga ko'maklashish bilan bir qatorda, ularda namoyon bo'lishi ehtimoli bo'lgan o'z-o'zini vayron qiluvchi xatti-harakatlarning oldini olishni ham ta'minlashi lozim bo'ladi.

Darhaqiqat, xizmat ta'lim jarayonining samarali o'tishi va bitiruvchining shaxsini shakllantirish uchun har tomonlama shart-sharoitlarni ta'minlash vazifalarini hal qiladi. Biroq, ushbu maqsadga erishish uchun oliy ta'lim muassasalari tomonidan qo'llaniladigan mexanizmlar tashkilotning falsafasiga yoki maqsadiga qarab juda katta farq qilmaydi. Masalan, Rossiyada oliy ta'lim tizimida psixologik xizmatlar uzoq vaqt oldin paydo bo'lganiga qaramasdan, ular universitetlarda zaruriy bo'linmaga aylanmagan va universitetlar ma'muriyati yoki psixologlari tashabbusi bilan yaratilgan xolos (Andronnikova, 2020).

O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim muassasalarida psixolog faoliyati 2017 yildan boshlab, Oliy va o'rta-maxsus ta'lim vazirligining 2017 yil 23 avgustdagi 600-sonli buyrug'iga asosan joriy qilingan bo'lib, undan ko'zlangan maqsad kadrlar tayyorlash sifati va samaradorligini oshirish, barkamol shaxsni tarbiyalash hamda talabaning har tomonlama garmonik, to'laqonli psixologik taraqqiyotini ta'minlovchi optimal shart-sharoitlarni yaratish sifatida belgilangan.

Oliy ta'lim psixologining burchi esa ta'lim-tarbiya ish rejasini tuzish, tarbiyaviy tadbirlar ishlab chiqish, o'quv dasturi, qo'llanmalarni yaratishda faol ishtirok qilish va bosh maqsad bo'lgan talabaning intellektual qobiliyati, umuminsoniy fazilati, bilim, ko'nikma va malakalari, mutaxassislik xislatlarini shakllantirishdek muqaddas ishga o'zining munosib ulushini qo'shishdan iboratligi qayd etilgan.

Oliy ta'lim tizimida psixologik xizmat ko'rsatishda talabalarning umumiy

soniga mos ravishda psixologlar sonini belgilash masalasi e'tiborga olinishi zarur bo'lgan yana bir muhim jihat hisoblanadi. Mazkur nizomning 1.2-bandida «Oliy ta'lim psixologi oliy ta'lim muassasida umumiy o'quv va tarbiyaviy jarayonning muhim tarkibiy qismi hisoblanishi», 1.4-bandida esa «Oliy ta'lim psixologi lavozimi oliy ta'lim muassasi Kengashi qaroriga ko'ra rektor buyrug'i bilan ta'sis etilishi» qayd etilgan. Biroq, oliy ta'lim psixologi zimmasiga mas'uliyatli vazifalar yuklangan holda, ularning soni bo'yicha ko'rsatkichlarni umuman qoniqarli deb bo'lmaydi. Belarus Respublikasida o'tkazilgan tadqiqotning ko'rsatishicha, 25 ta oliy ta'lim muassasasi o'rganilganda kunduzgi bo'lim talabalarining o'rtacha soni 1 psixologga nisbatan 2720 nafarni, me'yorda esa 1500 nafarni tashkil etgan. Mazkur me'yor faqatgina 12% oliy ta'lim muassasalarida kuzatilgan. Belarus davlat texnologiya universiteti (7,750), F. Skarina nomidagi Gomel davlat universiteti (7,218), A.A. Kuleshov nomidagi Mogilev davlat universiteti (4,294), Belarus davlat transport universiteti (4,268) kabi oliy ta'lim muassasalarida talabalar sonining bir nafar psixologga nisbati katta ulushni tashkil etgan. Natijada, ko'p sonli talabalar bilan psixologning sifatli ish olib borishi mutlaqo imkonsiz ekanligi mutaxassislar tomonidan qayd etib o'tilgan.

Mamlakatimiz oliy ta'lim muassasalarida psixolog (psixologik xizmat) zaruriy bo'linma emas, balki muassasaning yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha prorektori bo'ysinuvidagi yoshlar bilan ishlash, ma'naviyat va ma'rifat bo'limi tarkibiga kiruvchi psixolog lavozimi orqali amalga oshirilmoqda. Barcha oliy ta'lim muassasalari psixologlari Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi «Ma'naviyat va ma'rifat markazi»ga hisobdor hisoblanadi. Bunday holat psixolog mutaxassislar faoliyatini muvofiqlashtirish hamda ularni metodik jihatdan qo'llab-quvvatlash ishlarida muammolar yuzaga kelishiga olib kelmoqda.

Bugungi kunda O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmatni joriy qilish masalasiga dolzarb muammo sifatida qaralishi lozim bo'lib, ushbu xizmat faoliyatining aniq mexanizmi ishlab chiqilishi katta ahamiyat kasb etadi. Oliy ta'lim tizimida psixolog lavozimining joriy etilishi oliy ta'lim tizimida psixologik xizmat faoliyatini yo'lga qo'yish zaruriyatini namoyon qilmoqda.

Tahlil va natijalar. Ilmiy izlanish doirasida amalga oshirilgan tahlilga asoslangan holda oliy ta'lim muassasasi talabalar psixologik salomatligini ta'minlashga yo'naltirilgan psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish modeli ishlab chiqilib, uni tayyorlashda psixolog-olimlar G.B. Shoumarov, V.M. Karimova, Sh.R. Barotov, I.V. Dubrovina, M.X. Karamyan, Z.T. Nishonova, L.M. Fridman, V.E. Paxalyan, I.A. Tregubenkolarining ilmiy tadqiqotlarining nazariy va amaliy natijalari hamda Oliy va o'rta-maxsus ta'lim vazirligining 2017 yil 23 avgustdagi 600-sonli buyrug'i bilan tasdiqlangan «Oliy ta'lim tizimi psixologi lavozimi faoliyati bo'yicha Nizom»da keltirilgan bandlardan foydalanildi.

I. Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi psixologik xizmat faoliyatini muvofiqlashtirish va ilmiy-metodik ta'minlash markazi: Mazkur markaz

oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmatlari faoliyatini muvofiqlashtirish va ilmiy-metodik ta'minlash uchun quyidagi vazifalarni amalga oshirishi maqsadga muvofiq bo'ladi: oliy ta'lim muhitida psixologik madaniyatni oshirish maqsadida muassasasi professor-o'qituvchilari, talabalar bilan o'tkazish uchun ma'ruzalar va trening mashg'ulotlar turkumini ishlab chiqish, psixologik xizmat mutaxassislarini metodik jihatdan ta'minlash uchun ilmiy asoslangan psixodiagnostik instrumentariyalarni tayyorlash, oliy ta'lim muassasalari talabalarining psixik va psixologik salomatligini tadqiq etishning yagona metodologiyasini belgilash, oliy ta'lim tizimidagi psixologik xizmat faoliyatida qo'llash uchun psixoprofilaktik, psixologik targ'ibot va ma'rifat, psixodiagnostika, psixokorreksion yo'nalishdagi dasturlarni ishlab chiqish, oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmatni tashkillashtirishning yaxlit konsepsiyasini shakllantirish, oliy ta'lim tizimidagi psixologik xizmat faoliyatini muvofiqlashtirish, uning samaradorligini baholash mezonlarini belgilash. oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmati mutaxassislarining malakasini oshirish tizimini tashkil etish.

I.1. Faoliyat yo'nalishi:

Metodik yo'nalish – oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmati faoliyatini ilmiy-metodik jihatdan ta'minlash.

Muvofiqlashtirish yo'nalishi – oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmati faoliyatini muvofiqlashtirish.

Malaka oshirish yo'nalishi – oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmati mutaxassislarining malakasini oshirish tartibi, muddati, shaklini belgilash va amalga oshirilishini ta'minlash

Umumlashtiruvchi-tahliliy yo'nalish – oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmati faoliyati natijalarini umumlashtirish, samaradorligini baholash, rivojlantirish istiqbollarini belgilash.

II. Oliy ta'lim muassasasi psixologik xizmati.

II.1. Faoliyat yo'nalishi:

Psixoprofilaktika – oliy ta'lim muassasasi talaba va professor-o'qituvchilari uchun sog'lom psixologik muhitni shakllantirish va ular shaxsining rivojlanishi uchun ijobiy shart-sharoitlarni ta'minlash.

Psixologik targ'ibot va ma'rifat – talaba va pedagoglar jamoalarida eng qulay psixologik muhitni yuzaga keltirish uchun maxsus psixologik tadbirlar olib borish, pedagogik jamoada muomala madaniyatini takomillashtirish, talabalar bilan professor-o'qituvchilarning muomala jarayonini yaxshilashga yordam berish, shaxsga oid, ixtisoslikka doir muammolar yuzasidan pedagogik jamoalarda keng ko'lamda maslahatlar berish, pedagogik jamoa a'zolaridagi psixologik zo'riqish va toliqishni yo'qotish, kamaytirish, ularning oldini olish uchun chora-tadbirlarni tarkib toptirishga ko'maklashish.

Psixodiagnostika – talabalarining o'qishi davomida psixologik-pedagogik jihatdan chuqurroq o'rganish, ularning individual-psixologik xususiyatlarini, ta'lim

tarbiyadagi nuqsonlarning sabablarini aniqlash.

Psixik rivojlantirish va psixokorreksiya – talaba, professor-o'qituvchilar shaxsi va intellektini rivojlantirish jarayoniga faol ta'sir o'tkazish.

Psixologik konsultasiya (maslahat) – talabalar ta'lim va tarbiyasi bilan shug'ullanuvchi barcha shaxslarga, jumladan ma'muriyat, professor-o'qituvchilar, ota-onalar, ijtimoiy va jamoatchilik tashkilotlari xodimlariga aniq maslahatlar berish.

II.2. Faoliyat bosqichlari.

1-kurs talabalari bilan ishlash jarayonida:

Muammoli vaziyatlar – kasb tanlovidan ikkilanish, yolg'izlik tuyg'usi (oldingi o'rtoqlari, yaqinlari, qarindosh-urug'lari bilan muloqotga kirishish ehtiyojining yuzaga kelishi), tortinchoqlik, o'zini chetda tutib turish, ta'lim muhiti bilan bog'liq bo'lgan zarur ma'lumotning yetishmasligi sababli xavotirlanish, bezovtalik hissining namoyon bo'lishi, sessiyalar bilan bog'liq qo'rquv, emosional zo'riqish, stressni boshdan kechirish.

Psixologik qo'llab-quvvatlash shakli – talabalar shaxsini rivojlantirish va o'z-o'zini faollashtirish maqsadida ularning individual-psixologik xususiyatlarini, salohiyatini aniqlash, talabalarning psixologik moslashuviga ko'maklashish, ular uchun emosional qulay ta'lim muhitini ta'minlash, stress va xavotirlanishni yengib o'tish, ishchanlikni tiklashga yo'naltirilgan tadbirlarni amalga oshirish.

2-kurs talabalari bilan ishlash jarayonida:

Muammoli vaziyatlar – kursdoshlari, guruhdoshlari bilan o'zaro munosabatlarda murakkablikning yuzaga kelishi, guruhviy mavqyedagi o'zgarishlar ro'y berishi, guruh a'zolari bilan do'stona yoki nizoli munosabatlarning o'rnatilishi, talabalar guruhida bulling (bir kishiga boshqasi yoki bir guruh tomonidan agressiv taz'yiq o'tkazilishi, qo'rqitish va h.k.) holatlarining sodir bo'lishi, muvaffaqiyatga erishish motivasiyasi, «Men» obrazi rivojlanishining pasayishi.

Psixologik qo'llab-quvvatlash shakli – talabalar guruhlaridagi o'zaro munosabatlarni o'rganish, unda emosional sog'lom muhitni shakllantirish, talabalar uchragan qiyinchiliklar masalasida maslahatlar berish, ruhiy qo'llab-quvvatlash, xulq-atvorning destruktiv shakllari va stressogen omillar psixoprofilaktikasini amalga oshirish.

3-kurs talabalari bilan ishlash jarayonida:

Muammoli vaziyatlar – talabalarning o'zlashtirishi, o'quv faoliyatida muvaffaqiyatga erishish motivasiyasining pasayishi, o'qishga, universitet, fakultet yoki bo'limda tashkil etilayotgan tadbirlarga nisbatan befarqlik, kasbiy soha masalasida o'z-o'zini past baholash, nazariy bilimlardan ko'ra amaliy ko'nikmalarni egallashga intilish hissining ustivorlik qilishi.

Psixologik qo'llab-quvvatlash shakli – talabalarni kasbiy yo'nalishdagi rivojlanishi jarayonini psixologik kuzatib borish, mazkur masalada ular bilan individual,

guruhiy tartibdagi konsultasiyalarni, emosional holatini yaxshilashga yo'naltirilgan tadbirlarni amalga oshirish.

4-kurs talabalari bilan ishlash jarayonida:

Muammoli vaziyatlar – ta'limning yakunlanishi, bitiruv malakaviy ishini himoya qilish, yakuniy davlat attestasiyasi imtihonlarini topshirish bilan bog'liq bo'lgan xavotirlanish, ommaviy chiqishlar qilishdan qo'rqish, asabiylik, stressga barqarorlikning pasayishi, shaxsiy vaqtini ko'p qismini samarasiz o'tkazish, talabalar guruhida nizoli vaziyatlarning ko'payishi, qoloq guruhdoshlariga, fakultet rahbariyati tomonidan bildiriladigan tanbehlariga salbiy munosabatni namoyon qilish, salomatligi, emosional holatining yomonlashuvi, kun tartibining buzilishi.

Psixologik qo'llab-quvvatlash shakli – talabalar uchun emosional qulay ta'lim muhitini ta'minlash, ta'limning yakunlanishi, bitiruv malakaviy ishini himoya qilish, yakuniy davlat attestasiyasi imtihonlarini topshirishga psixologik tayyorlash, o'z-o'zini boshqarish usullariga o'rgatish, talabalar guruhida qulay muhitni shakllantirish, psixoemosional holatini korreksiyalash, talabalarning kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish, kasbiy faoliyat yo'nalishi (ish qidirish, kasbiy qiziqishlar, rivojlanish istiqbollari) doirasida psixologik maslahatlar berish.

III. Pedagogik jarayon. Oliy ta'lim muassasalari ta'lim muhiti sharoitida fakultet, bo'lim, kafedra, professor-o'qituvchilar, tyutorlar bilan psixologik faoliyat yo'nalishlari bo'yicha tadbirlarni amalga oshirish:

- kommunikativ, o'z-o'zini taqdim etish ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha tadbirlarni amalga oshirish;
- talabalar bilan o'zaro munosabat masalalari bo'yicha psixologik tavsiyalar berish;
- talabalar guruhlarini jipslashtirish, jamoaviy uyushqoqlik bo'yicha rivojlantiruvchi tadbirlarni amalga oshirish;
- talabalar, hamkasblar bilan o'zaro munosabatlarda yuzaga keladigan shaxsiy qiyinchiliklarni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar berish;
- oliy ta'lim muhitida uchrashi mumkin bo'lgan bulling holatlari profilaktikasini amalga oshirish bo'yicha maslahat berish;
- empatik muloqot, faol tinglash ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam berish;
- ta'lim muhitida o'z-o'zini boshqarish, emosional charchash holatlarini bartaraf etish;
- talabalarning yosh, individual-psixologik xususiyatlaridan kelib chiqqan holda ta'lim-tarbiya ish rejasini tuzish, tarbiyaviy tadbirlar ishlab chiqishda, o'quv dasturi, qo'llanmalarni yaratishda psixologik nuqtai nazardan maslahat va tavsiyalar berish.

Xulosa va takliflar. Bugungi kunda zamonaviy ta'limda shaxsning psixologik va ijtimoiy rivojlanishi, uning psixik va psixologik salomatligini ta'minlash

masalalariga katta e'tibor berilmoqda. Bu esa oliy ta'lim tizimida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish masalasini dolzarblashtirmoqda. Biroq, mamlakatimiz oliy ta'lim tizimida psixolog (psixologik xizmat) zarur tarkibiy bo'linma emas, balki muassasaning yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha prorektori bo'ysinuvidagi bo'lim tarkibiga kiruvchi lavozimi orqali amalga oshirilib, bunday holat psixolog mutaxassislar faoliyatini muvofiqlashtirish hamda ularni metodik jihatdan qo'llab-quvvatlash ishlarida muammolar yuzaga kelishiga olib kelmoqda.

Yuqorida bildirilgan fikrlardan kelib chiqib quyidagi takliflarni e'tirof etishimiz mumkin: oliy ta'lim tizimida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish maqsadida muassasalarda psixologik xizmatlar faoliyatini muvofiqlashtiradigan va ilmiy-metodik ta'minotini amalga oshiradigan maxsus metodik markazni shakllantirish; xorijiy mamlakatlar hamda respublikamiz xalq ta'limi tizimidagi psixologik xizmat tajribasini inobatga olgan holda oliy ta'lim muassasalari psixologik xizmat tizimidagi psixologlar faoliyatini tashkil etishda ularning sonini talabalar soniga mutanosib ravishda bo'lishini ta'minlash.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Карамян М.Х., Файзиев Р.Р. Психосоциальное благополучие студентов как объект мониторинга в системе непрерывного образования // Oliy ta'lim taraqqiyoti istiqbollari = Perspectives of higher education development = Перспективы развития высшего образования: То'plam №3/ Ма'sul muharrir M.A. Rahmatullayev. Издательство: Vita Color – Т.: 2015. – С. 93-103.
2. Олифирович Н.И., Коптева С.И., Шапель А.Ю. Справочник педагога-психолога социально-психологического центра вуза: метод. рекомендации. – Минск, БГПУ, 2008. – 106 с.
3. Хватова М.В., Дьячкова Е.С. Влияние образовательной среды на психологическое здоровье студентов разных специальностей в процессе обучения // Психологическая наука и образование. – 2006, – №3. – С 75-76.
4. Хачатурова М.Р. Федорова А.А. Связь креативности и стрессоустойчивости личности в ситуации оценивания // Мир психологии. – 2015. – №2. – С. 287-297.
5. Дотдугева Ж.Б., Базарова Д.Р., Чернова А.И., Басхаева И.И. Психологические факторы удовлетворенности личности условиями образовательного процесса // Научно-практический журнал «Вестник Университета Российской академии образования», 2018. - № 5. – С. 45-51
6. Андронникова О.О. Психологическая служба в системе высшего образования: проблемы и актуальные задачи// Сетевой журнал «Вестник практической психологии образования» 2020. Том 17. № 1. – С. 85-94.

7. Каримова В.М. Ижтимоий психология / В.М. Каримова. – Тошкент: «Fan va texnologiya», 2012. – 172 б.

8.

O'SMIRLARDAGI AGRESSIV XULQ-ATVORNI PSIXOKORREKSIYALASH IMKONIYATLARI

M.I.Kushanova, KDPI

Kirish. Jahonda ta'lim va ilmiy tadqiqot muassasalarida o'smirlar agressiv xulq-atvori muammosiga tadqiqot yo'nalishi sifatida alohida e'tibor qaratilmoqda. Ilmiy tadqiqotlarda agressiv xulq-atvorning biologik, ijtimoiy, ijtimoiy-psixologik omillari hamda agressiv xulq-atvorga xos xususiyatlari o'rganilmoqda.

Bu borada o'smirlardagi agressiv xulq-atvorni bartaraf etishning turli uslublari, kelib chiqish omillarini ifodalovchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini aniqlash hamda joriy etish masalasining muhimligiga, ular xulqidagi buzilishlar, agressivlik, jizzakilik, hissiy beqarorlik kabi holatlarga dolzarb muammolar sifatida qaralmoqda.

Jahon psixologik amaliyotida olimlar tomonidan o'smirlardagi agressiv xulq-atvorni korreksiyalashga yo'naltirilgan bir qancha modellar taklif etilgan.

Jumladan, xulq-atvor psixoterapiyasi, ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatish, kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi, assertiv xulq-atvor strategiyasini shakllantirish, geshtalterapiya, integratsiyalashgan psixoterapiya, xulq-atvorni modifikatsiyalash bo'yicha trening modellari

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. O'smirlardagi agressiv xulq-atvorni korreksiyalashning asosiy va eng samarali usuli «xulq-atvor terapiyasi» bo'lib hisoblanadi. Ushbu usul o'rganish nazariyasiga asoslanib, ijtimoiy psixologiya va rivojlanish nazariyasining ba'zi qoidalarini o'z ichiga oladi. Bugungi kunda eng keng tarqalgan treninglar sifatida ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatish treninglarini aytib o'tish lozim. Mazkur treningdan ko'zlangan maqsad – bu nafaqat individning o'ziga, balki butun jamiyat uchun muhim bo'lgan zaruriy xulq-atvorni ro'yobga chiqarish hisoblanadi.

Vazifalari esa asosan ikki xil muammoni bartaraf etishga qaratilgan.

1) Xulq-atvorning buzilishi, agressivlikning destruktiv yoki asotsial yo'nalishi keltirib chiqaruvchi salbiy emotsiyalar (qo'rquv, g'azab)ning ko'pligi;

2) O'ziga bo'lgan ishonchning yetishmasligi, xulq-atvorda atrofdagilar bilan konstruktiv o'zaro munosabatlar tajribasining yo'qligi (Furmanov, 2016).

Xususan, o'ziga nisbatan ishonch bildirish – bu agressiv bo'lmagan, ammo shu bilan birga qat'iy tarzda o'z xohish va ehtiyojlarini ifoda eta olishdir. Ishonchli xatta-harakatlar, masalan, o'zgalarga tahdid, jismoniy kuch yoki boshqa majburlash

shakllarisiz murojaat qilish, shu bilan birga uni xafa qilmaslik va o'zini kamsitmaslik yoki uning iltimosini xushmuomalalik bilan rad eta olish qobiliyatida namoyon bo'ladi.

Bundan tashqari o'smirlar agressiv xulq-atvorini bartaraf etishda psixokorreksiya yo'nalishida ham tuzatish ishlari amalga oshirilib kelinmoqda. Bugungi kunda psixokorreksiya tushunchasining mazmuni borasida bir nechta yondashuvlarni ko'rish mumkin. Jumladan, psixokorreksiya tushunchasi borasida I.V.Dubrovina yosh psixologiyasida qabul qilingan mezonlar tizimiga ko'ra, psixik rivojlanish yosh davrlarining faraziy «optimal» modeliga, normasiga yoki bola rivojlanishi ontogeneznig u yoki bu bosqichidagi ideal varianti sifatidagi yosh belgisigaga to'g'ri kelmaydigan xususiyatlarini tuzatish bo'yicha psixologik-pedagogik faoliyatning muayyan shaklidir, deb ta'kidlaydi

(Dubrovina, 1998). B.D.Karvasarskiyning fikricha, psixokorreksiya bu individning to'laqonli faoliyat yuritishi va rivojlanishini ta'minlash maqsadida uning ma'lum bir psixologik tuzilmalarga ta'sir ko'rsatish yo'nalishidir (Karvasarskiy, 2006). Bizning nazarimizda, mazkur yondashuvlarni umumlashtirish ularning barchasi oxir oqibatda shaxsga maqsadli psixologik ta'sir ko'rsatishga yo'nalganligini ko'rsatdi.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot davomida biz tomonimizdan o'smirlarning agressiv xulq-atvorini korreksiyalashga yo'naltirilgan «O'smirlar agressiv xulq-atvori psixokorreksiyasi» deb nomlangan psixologik trening dasturi tayyorlanib, uning tarkibiga bunga mos bo'lgan o'yin va mashqlar kiritildi. Bunda psixokorreksiya, psixoterapiya, psixodrama, transakt tahlil, kognitiv hamda bixevioristik yondashuvlar tahlili ushbu dasturni ishlab chiqishda metodologik asos vazifasini bajardi.

O'smirlarning agressiv xulq-atvoriga qaratilgan psixokorreksion dasturni takomillashtirishda yuqorida keltirilgan yo'nalishlarning nazariy ishlanma va usullaridan foydalanildi. Jumladan, «Sheyping» usuli – bu operant shartlanganlik yondashuviga asoslangan usul bo'lib, ilgari shaxsning xulq-atvor ko'rinishlarida bo'lmagan xatti-harakatlarning yangi stereotipini shakllantirishdan iborat (masalan, passiv shaxsda o'zini o'zi tasdiqlovchi xatti-harakatlar turi, uyatchan shaxsda birgalikdagi o'yin elementlari va boshqalar).

Mazkur usul yordamida ilgari insonga xos bo'lmagan murakkab xatti-harakatlarni bosqichma-bosqich modellashtiriladi. Bunda ketma-ket xatti-harakatlar zanjiri tuzilib, uni o'zlashtirish yakuniy maqsadga olib keladi.

«Psixodrama» usuli. Mazkur usul yordamida qatnashuvchilar trener rahbarligida maxsus texnikalardan foydalangan holda sahna ko'rinishini tayyorlashadi. Bunda ishtirokchilar uchun begona senariy emas, balki o'zlarining hayotiy tajribasi, shaxsiy muammolari yoki ularning o'ziga xos ijtimoiy rollari ijro etiladi (Rensh, 2016).

«Psixogimnastika» usuli – bu maxsus mashg'ulotlar majmuasi (mashqlar va o'yinlar) bo'lib, shaxs psixikasining turli jihatlarini (kognitiv va emotsional-shaxsiy sohalarini) rivojlantirish va korreksiyalashga qaratilib, ularning umumiy vazifasi

shaxsda psixologik salomatlikni saqlash va ruhiy buzilishlarning oldini olish hisoblanadi. «Ajratilgan dialog» usuli – bu o'z shaxsining qismlari o'rtasidagi dialog bo'lib, unda mijoz o'z shaxsining buzilishini boshdan kechirganda, psixolog mijozga shaxsning muhim qismlari o'rtasida dialog o'tkazish eksperimentini taklif qiladi. Masalan, agressivlik va passivlik o'rtasida, hujumkorlik va himoyalalanish o'rtasida.

Bu o'z hissiy kechinmalari bilan (masalan, qo'rquv hissi bilan), shuningdek tananing alohida qismlari bilan yoki xayoliy (mijoz uchun muhim bo'lgan) odam bilan muloqot bo'lishi mumkin (Artyuxova, 2019).

Biz o'smirlarning agressiv xulq-atvorini korreksiyalashga yo'naltirilgan «O'smirlar agressiv xulq-atvori psixokorreksiyasi» deb nomlangan psixologik trening dasturini 3 oy davomida, haftasiga ikki marta, 60 daqiqaga mo'ljallab tashkil qildik.

O'smirlardagi agressiv xulq-atvorni pasaytirish uchun biz tomonimizdan tuzilgan psixokorreksion dastur uzviylik va uzluksizlik tamoyili asosida tuzilgan, u uch bosqichni o'z ichiga oladi. Birinchi bosqich tashkiliy bosqich bo'lib, ushbu bosqichda eksperimental guruh a'zolari o'rtasida aloqa o'rnatish hamda ularni jipslashtirishga mo'ljallangan trening mashg'ulotlari, o'yinlar hamda mashqlar o'z ifodasini topgan.

Tashkiliy bosqich jami to'rt haftaga mo'ljallangan bo'lib, haftasiga ikki marta 1 soat davomida mashg'ulot tashkil qilindi. Har bir mashg'ulotda jami 4-5 tadan trening, o'yin hamda mashqlar qo'llaniladi. Ikkinchi bosqichimiz bu asosiy bosqich bo'lib, bu bosqichda asosan o'smirlardagi agressiya shakllari darajasini pasaytirishga mo'ljallangan trening mashqlari, psixologik o'yinlar hamda relaksatsion mashqlar joy egallagan.

Asosiy bosqichning o'zi yetti haftaga mo'ljallangan bo'lib, jami 14 ta mashg'ulotni o'z ichiga oladi hamda har bir mashg'ulot ichida 4-5 tadan trening, o'yin hamda relaksatsion mashqlar amalga oshiriladi. Psixokorreksion dasturimizning uchinchi bosqichi yakunlovchi bosqich bo'lib ushbu bosqichda o'smirlardagi emotsional boshqaruv ko'nikmalarini shakllantirish hamda o'z-o'zini nazorat qila olishga qaratilgan psixologik trening mashqlari, o'yinlar, relaksatsion mashqlardan iborat. Yakunlovchi bosqich ikkita mashg'ulotni o'z ichiga olib, trening so'ngida eksperimental guruh a'zolari bilan bevosita individual suhbatlashish hamda tavsiyalar berish amalga oshiriladi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotimizda belgilangan navbatdagi vazifa o'smirlarda agressiv xulq-atvorni pasaytiruvchi psixokorreksion dasturning samaradorligini tekshirishdan iborat edi. Biz psixokorreksion dasturning samaradorligini tekshirish maqsadida «O'smirlar agressiv xulq-atvori psixokorreksiyasi» nomli psixokorreksion dasturni eksperimental guruh sinaluvchilarida o'tkazdik, ushbu guruh a'zolarini «Agressiya shakllari va ko'rsatkichlari diagnostikasi», «Agressiv xulq-atvor» so'rovnomasi hamda «Shaxsga oid agressivlik va ziddiyatlilik» so'rovnomasi metodikasi bo'yicha yuqori natija olgan 107 nafar respondentlar tashkil etadi.

Nazorat guruhini ushbu metodika bo'yicha o'rtacha natija olgan respondentlar

tashkil etdi.

Tadqiqotimiz davomida o'smirlar agressiv xulqini profilaktika va korreksiyasiga doir ishlab chiqilgan psixokorreksion dasturda belgilangan tadbirlar qo'llanilganidan keyingi yuz bergan holatni o'rganish, mazkur dasturning samaradorligini aniqlash maqsadida tadqiqotda qo'llanilgan metodikalar natijalari tanlov guruhining ikki ko'rsatkichi: tadqiqot boshidagi va tadqiqotdan keyingi ko'rsatkichlari o'rtasidagi farqlanishlar Studentning t-mezoni asosida tahlil qilindi.

«Agressiv xulq-atvor» so'rovnomasi metodikasi bo'yicha o'smirlar bilan psixokorreksion dastur asosida davomli treninglar tashkil qilganimizdan so'ng, qaytadan tajriba o'tkazganimizda, quyidagi natijalarni qo'lga kiritdik.

Metodikamizning birinchi «To'g'ri verbal agressiya» shkalasi tajriba guruhida dastlab (5,39) natijani bergan bo'lsa, nazorat guruhida ushbu ko'rsatkich (3,84)ni tahlil qildi. Tajriba guruhidagi o'smirlar bilan o'tkazilgan psixokorreksion treningdan keyin esa natijalarda sezilarli darajadagi o'zgarishlarni, ya'ni tajriba guruhida ushbu ko'rsatkich (4,90)ga kamayganini ($t=5,419$, $p\leq 0,01$) ko'rishimiz mumkin.

So'rovnomamizning navbatdagi shkalasi «To'g'ri jismoniy agressiya» ham eksperimental guruhda dastlab (5,04) ko'rsatkichni bergan bo'lsa, o'tkazilgan psixokorreksion treninglardan keyin esa bu ko'rsatkich sezilarli darajada pasayganligi, ya'ni tajriba guruhida ushbu natija (4,38)ga tushganligi ($t=8,979$, $p\leq 0,001$) ko'zga tashlandi.

Metodikamizning «Bilvosita jismoniy agressiya» shkalasi bo'yicha olingan natijalar ham psixokorreksion dasturimizning samaradorligidan dalolat bermoqda, ya'ni eksperimental guruhda dastlab ushbu ko'rsatkich (4,44)ni hosil qilgan bo'lsa, psixokorreksion treningdan keyingi olingan natijalar esa sezilarli darajada pasayganligini, ya'ni (4,16)ga tushganligini ($t=4,422$, $p\leq 0,001$) ko'rishimiz mumkin. Xuddi shu metodikamizning so'nggi shkalasi «O'zini tuta olmaslik darajasi» bo'yicha olingan natijalarda ham sezilarli o'zgarishlar mavjud, jumladan tajriba guruhida ushbu ko'rsatkich dastlabki tadqiqot natijalariga ko'ra (14,87)ni hosil qilgan bo'lsa, o'smirlar bilan davomli o'tkazilgan psixokorreksion treninglardan so'ng ushbu natija (13,44)ga pastlaganini ko'rishimiz mumkin.

Xulosa va takliflar. Yuqoridagi natijalardan shunday xulosaga kelishimiz mumkinki, o'smirlardagi agressiya shakllari qanchalik uzoq vaqt davom etishiga qarab, bu ularda agressiv xulq-atvorni yuzaga kelishiga sabab bo'lar ekan. Xulq-atvordagi bunday og'ishlarning sabablari esa nosog'lom oila muhiti, o'qituvchilarning e'tiborsizligi, ommaviy axborot vositalarining salbiy ta'siri, ijtimoiy hayot tarzining yomonlashishi va boshqalar bo'lishi mumkin.

Ammo eng asosiy sabablardan biri, bu oiladagi ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar uslubi bo'lib hisoblanar ekan. Hissiy sohadagi buzilishlar esa ko'pincha voyaga yetmaganlarda tajovuzkorlikni keltirib chiqaradi. Ota-onalarning bolalar muammolariga befarqligi, to'g'ri vaziyatda yordam ko'rsatmaslik bolada hissiy

bo'shliqning shakllanishiga olib keladi. Vaqt o'tishi bilan bu o'z harakatlarini mustaqil ravishda nazorat qila olmaslikka aylanadi.

Biz o'smir xulq-atvoridagi agressivlik darajasini pasaytirish maqsadida dastlabki bosqichda mashqlar yormida emotsiyalarni to'g'ri baholash va boshqa odamlar his-tuyg'ularini anglash sifatlarini shakllantirishga, empatiya xususiyatini rivojlantirishga harakat qilgan bo'lsak, navbatdagi bosqichda ichki shaxsiy ziddiyatlarni, o'z-o'ziga munosabatni o'rganish, o'z salbiy sifatlarini anglash, o'ziga ijobiy baho berishga o'rgatishni maqsad qilib qo'ydik va shu bilan birga shaxsni hissiy zo'riqlashlarni bartaraf etish, hislarni jilovlay olishga o'rgatish vazifasini ham belgilab oldik.

Bundan tashqari psixokorreksion dasturni amalga oshirish davomida o'smirlarga o'zining va o'zi kabi boshqalarning agressivligi bilan tanishish, agressiv xulq-atvorni boshqarishning konstruktiv usullarini o'rgatishga, shaxslararo munosabatlarni to'g'ri tashkil etish, empatiyani rivojlantirish, ota-ona va farzand o'rtasidagi munosabatlarni to'g'ri yo'lga qo'yish, shaxsning jamiyatga moslashuvini ta'minlovchi sifatlarini rivojlantirishga harakat qildik. Yuqorida olingan natijalar va ular o'rtasidagi korrelyatsion aloqadorlikning mavjudligi, biz tomonimizdan o'tkazilgan trening mashg'uloti samarali natija berganidan darak beradi.

Foydalanilgan Adabiyotlar Ro'yxati

1. Фурманов И.А Социальная психология агрессии и насилия: профилактика и коррекция / Учебное пособие. — Минск : Изд. Центр БГУ., 2016. — 401 с.
2. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина; Под ред. И.В. Дубровиной. — М.: Издательский центр «Академия», 1998. — 160 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б.Д. Карвасарского. — СПб.: Питер, 2006. — 944 с.
4. Артюхова Т.Ю. Психокоррекция и психотерапия: учеб. пособие/ Т.Ю. Артюхова, Т.В. Шелкунова. — Красноярск: Сиб. федерал. ун-т, 2019. — 170 с.
5. Реньш М.А. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие. — Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2016. — 235 с.

BO'LAJAK PEDAGOGLARDA BAG'RIKENGLIK VA MADANIYATLARARO MULOQOTNI SHAKLLANTIRISH

Nazarova Mohigul Akmalovna

Bugungi globallashuv sharoitida ta'lim tizimi jamiyatda bag'rikenglik va madaniyatlararo muloqotni shakllantirishda muhim rol o'ynab kelmoqda. Pedagoglarni har xil madaniyat va urf-odatlarini hurmat qilishga o'rgatish ularning kasbiy mahoratini oshirish bilan birga, fikr, e'tiqod jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlik va hamjihatlikni mustahkamlashga xizmat qiladi. Bag'rikenglik - bu insonlarning turli va madaniy qadriyatlarini hurmat qilish va ular bilan murosali munosabatda bo'lish qobiliyatidir. Pedagoglar uchun bu fazilat o'quvchilarga ochiq dunyoqarashni shakllantirish va turli dunyoqarashlarni tushunishga o'rgatishda muhim rol o'ynaydi. Yosh avlodni madaniy bag'rikenglik ruhida tarbiyalash, ularning turli madaniyatlar va urf-odatlarini hurmat qilish ko'nikmalarini shakllantirish nafaqat ta'lim tizimining, balki jamiyatning ham ustuvor yo'nalishlaridan biri bo'lib kelmoqda.

Xususan madaniy bag'rikenglik yoshlarning dunyoqarashini kengaytiradi, ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi va millatlararo hamkorlikni mustahkamlashga yordam beradi. Bag'rikenglikni rivojlantirish uchun quyidagi tamoyillar muhim ahamiyat kasb etadi:

- Birinchisi ,ta'lim jarayonida madaniyatlararo muloqotni qo'llab-quvvatlash orqali madaniyatni shakllantirish
- Ikkinchisi, o'quvchilarga har xil qarashlarni tanqidiy baholashni o'rgatish jamoaviylikni shakllantirish ;
- Uchinchisi ,maktab va oliy ta'lim muassasalarida bag'rikenglik muhitini yaratish;
- turtinchisi ,ta'lim jarayonida milliy va umumbashariy qadriyatlarni uyg'unlashtirish.

Madaniyatlararo muloqot va uning ta'lim tizimidagi o'rni Madaniyatlararo muloqot - bu turli millatlar va madaniy qatlamlar o'rtasidagi o'zaro tushunish va hamkorlikni rivojlantirish jarayonidir. Pedagoglar uchun bu katta ahamiyat kasb etadi. Turli millat va madaniyat vakillari bilan samarali muloqot qilish hamda muloqot orqali yangi bilim ma'laka kunkmalarga ega bo'lish mumkin bo'ladi .O'quvchilarga madaniyatlararo tafovutlarni tushuntirish va ularni hurmat qilishni o'rgatish mumkin bo'ladi .Shu bilan birga ,Ta'lim jarayonida madaniyatlararo tadbirlar va loyihalarni yo'lga qo'yish, Ochiq va inklyuziv ta'lim muhitini yaratishga ko'maklashish kabi vazifalarni o'z ichiga oladi. Yuqoridagilarni barchasi ta'lim sifatini oshirish ma'daniy bilimlarni kengayishiga olib keladi

Pedagogik jarayonda bag'rikenglikni shakllantirish usullari jarayonida pedagoglarning o'rni. Pedagoglar madaniy qadriyatlarni shakllantirishda asosiy rol

o'ynaydi. Ularning maqsadi yosh avlodga nafaqat bilim berish, balki ma'naviy va madaniy jihatdan yetuk shaxs sifatida tarbiyalashdir. Bu jarayonda o'qituvchilarning shaxsiy namuna ko'rsatishi, dars jarayonida madaniy qadriyatlarni integratsiya qilishi va tarbiyaviy ishlarni olib borishi katta ahamiyat kasb etadi. Ular jamiyatda ma'naviy yetakchilar bo'lib, yosh avlodga nafaqat bilim, balki insoniylik, axloqiy fazilatlar va milliy o'zlikni anglash hissini ham singdiradilar.

Bundan tashqari, pedagoglarning o'zi doimiy ravishda o'z ustida ishlashi, madaniy bilimlarini boyitishi va zamonaviy o'qitish metodlarini qo'llashi lozim. O'qituvchilar milliy va umuminsoniy qadriyatlarni targ'ib qilish orqali yoshlarni globalizatsiya jarayonida o'z milliy madaniyatini saqlab qolishga o'rgatadi. Kelajak avlodning ma'naviy va madaniy jihatdan yetuk bo'lishi bevosita pedagoglarning fidokorona mehnati va ta'lim-tarbiya jarayonidagi yondashuvlariga bog'liq. Shu sababli, ta'lim tizimida pedagoglarning rolini yanada mustahkamlash, ularning kasbiy va madaniy saviyasini oshirish muhim ahamiyatga ega.

Pedagogik jarayonda bag'rikenglikni shakllantirish usullari sifatida quydagilarni ko'rsatish mumkin ;

1. *Madaniy xilma-xillikni targ'ib qilish* – dars jarayonida turli madaniy kontekstlarni yoritib berish va muhokama qilish orqali bilimlarni kengaytirish yangi tushunchalar yaratish mumkin.

2. *Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish* – o'quvchilarga turli dunyoqarashlarni taqqoslash va ular orasidagi bog'liqlikni tushuntirish orqali erkin fikrlashga o'rgatish usuli ham samarali bo'ladi

3. *Empatiya va o'zaro tushunishni oshirish* – psixologik treninglar va rolli o'yinlar orqali o'quvchilarning hissiy intellektini shakllantirish ham ongli fikirlashga tadbiq qilishga olib keladi .

4. *Interfaol ta'lim usullaridan foydalanish* – muammoli ta'lim, loyiha usuli, muhokama va bahs-munozaralar orqali o'quvchilarning bag'rikenglik ko'nikmalarini rivojlantirish talim jarayonida yangi qarshlarni shakllantirishga olib keladi

5. *Multimadaniy ta'lim dasturlarini joriy etish* – ta'lim jarayonida turli madaniy urf-odatlarini tushuntiruvchi adabiyot va resurslardan foydalanish.ta'lim tizimining, balki jamiyatning ham ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Madaniy bag'rikenglik yoshlarning dunyoqarashini kengaytiradi, ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi va millatlararo hamkorlikni mustahkamlashga yordam beradi

Bu turli fikrlar, e'tiqodlar va qadriyatlarni hurmat qilish, ularni to'g'ri qabul qilish hamda turli madaniyatlar bilan murosali muloqot qilish qobiliyatidir. Yosh avlodga bu fazilatni singdirish quyidagi omillar orqali amalga oshirilib boriladi ; O'quvchilarga turli madaniyatlarning o'ziga xos jihatlarini tartib qoidalarini bizning mintalitemizga mos kelish kemasligi kabi ma'lumotlar bilan tanishtirish orqali yangi bilimlarni madaniyatni shakllanishini ochib berish mumkin .

Madaniy tafovutlarga roiya qilgan xolda toqatli va xushmuomalalik bilan yondashishni o'rgatish va maktab va oliy ta'lim muassasalarida madaniy xilma-xillikni shakllantirish va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish, O'quv jarayonini madaniy qadriyatlarni shakllantiruchi mavzularga uyg'unlashtirish yoshlaraga madaniyatni shakllantirish uchun muhim omil bo'lib kelmoqda .

Madaniy bag'rikenglikni shakllantirishda ta'lim tizimining roli katta ahamiyat kasb etadi Ta'lim yosh avlodning madaniy bag'rikenglikni shakllantirishdagi asosiy omillardan biridir. Bu jarayonda pedagoglar tamonidan va ta'lim tizimiga bir qancha yangiliklar , masalan o'quv dasturlariga madaniyatlararo muloqotni o'rgatuvchi fan va mavzularni kiritish;O'quvchilarga xalqaro madaniyatni o'rgatish uchun turli loyihalar va dasturlarni amalga oshirish, loyihalar ishtirokchisi sifatida aynan yoshlar va pedagoglarni jalb etish ,

Madaniyatlararo tadbir va festivallar tashkil qilish .O'quvchilarning xorijiy tillarni o'rganish jarayonida boshqa madaniyatlar bilan tanishish imkoniyatini yaratadi hamda ularda fikrlash ,kuzatish ,qaror qabo'l qilish qobilyatlari shakllanadi bu albatta biz uchun yaxshi nateja olib keladi .

Xorijiy tillarni bilish va urganish yosh avlodda madaniy bag'rikenglikni shakllantirishning samarali vositalaridan biri hisoblanadi. Bu jarayon orqali kelajak avlod vakillari dunyoqarashi keng, millatlararo muloqotga tayyor va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydigan shaxslar bo'lib yetishadi. Ta'lim tizimi ushbu jarayonda asosiy o'rin tutib, yoshlarning turli madaniyatlar bilan tanishishiga, ularni hurmat qilishiga va global jamiyatga moslashishiga o'z hissasini qo'shishi lozim. Chet tillarni o'rganish orqali yangiliklar olib kelish, dunyo miqyosida muvaffaqiyatli faoliyat yuritish va madaniy hamkorlikni rivojlantirish mumkin.

Pedagogik jarayonlarda madaniy bag'rikenglikni shakllantirish uchun bir qancha bosqichlarni o'z ichiga oladi bularga quydagilarni aytish mumkin .

1. *Madaniy xilma-xillikni targ'ib qilish* – turli millat va elatlarga mansub shaxslarning hayoti va qadriyatlari haqida ma'lumot berishorqali tushuntirish olib boorish .
2. *Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish* – o'quvchilarga turli madaniyatlarning ijobiy va salbiy jihatlarini solishtirish orqali ularni tahlil qilishga o'rgatish.
3. *Empatiya va tushunishni oshirish* – yoshlarning o'zaro hurmat va hamdardlik hissini rivojlantirish uchun trening va rolli o'yinlarni qo'llash.
4. *Interfaol ta'lim usullaridan foydalanish* – muammoli ta'lim, loyiha metodi, bahs-munozaralar orqali madaniy bag'rikenglikni shakllantirish.
5. *Madaniy ta'lim dasturlarini joriy etish* – turli xalqlarning adabiyotlari, san'ati va tarixiy an'analarini o'rganishga imkon beruvchi ta'lim dasturlarini ishlab chiqish.

Yosh avlodda madaniy bag‘rikenglikni shakllantirish jamiyat taraqqiyotining muhim shartlaridan biridir. Bu jarayon orqali kelajak avlod vakillari dunyoqarashi keng, millatlararo muloqotga tayyor va ijtimoiy barqarorlikni ta’minlaydigan shaxslar bo‘lib yetishadi. Ta’lim tizimi ushbu jarayonda asosiy o‘rin tutib, yoshlarning turli madaniyatlar bilan tanishishiga, ularni hurmat qilishiga va ijtimoiy totuvlikka o‘z hissasini qo‘shishiga xizmat qilishi lozim.

Madaniy bag‘rikenglik nafaqat individual rivojlanish, balki butun jamiyat taraqqiyotining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Yosh avlodni madaniy bag‘rikenglik ruhida tarbiyalash, ularning turli madaniyatlar va urf-odatlarini hurmat qilish ko‘nikmalarini shakllantirish nafaqat ta’lim tizimining, balki jamiyatning ham ustuvor yo‘nalishlaridan biridir.

Madaniy bag‘rikenglik yoshlarning dunyoqarashini kengaytiradi, ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashga xizmat qiladi va millatlararo hamkorlikni mustahkamlashga yordam beradi. Albatta ushbu madaniy bilimlarga ega bo‘lgan yoshlardan biz istiqbolli kelajakni shakllantirish yo‘llarini ko‘ramiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Deardorff, D. K. (2009). The SAGE Handbook of Intercultural Competence. SAGE Publications.
2. UNESCO. (2009). Investing in Cultural Diversity and Intercultural Dialogue. UNESCO Publishing.
3. Crystal, D. (2003). English as a Global Language. Cambridge University Press.
4. Fantini, A. E. (2000). A Central Concern: Developing Intercultural Competence. SIT Occasional Papers Series.
5. Mustaqil O'zbekistonning ma'naviy va madaniy taraqqiyoti: V.A. Alimasov
6. "Talabalarda ma'naviy madaniyatni rivojlantirish texnologiyalari" : Zuxra Saliyeva

XOTIN-QIZLAR HUQUQLARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI.

Nomozova Roziya Omonovna

Oriental universiteti psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Ayollar huquqlariga intilish tarix davomida ijtimoiy taraqqiyotning asosiy jihati bo'lib kelgan. XX asr oxiri va XX asr boshlaridagi suffraget harakatidan tortib, gender tengligi uchun zamonaviy kurashgacha, ayollar huquqlarini himoya qilish murakkab va ko'p qirrali ish bo'ldi. Ayollar huquqlarini himoya qilishda huquqiy va siyosiy o'zgarishlar hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lsa-da, psixologiyaning munosabat, xulq-atvor va jamiyat normalarini shakllantirishdagi rolini e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. Psixologik strategiyalar gender tengsizligini davom ettiruvchi chuqur ildiz otgan tarfkaashlik, stereotiplar va kuch dinamikasini bartaraf etish orqali ayollar huquqlarini shakllantirish va rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Advokatlar individual e'tiqodlar va ijtimoiy tuzilmalarga ta'sir ko'rsatadigan psixologik mexanizmlarni tushunib, kamsitish amaliyotlariga samarali qarshi turishlari, shaxslarning imkoniyatlarini kengaytirishlari va gender tengligini targ'ib qilishlari mumkin. Ushbu munozarada biz ayollar huquqlarini himoya qilish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan asosiy psixologik strategiyalarni o'rganamiz, jumladan, o'z-o'zini samarali qilish orqali imkoniyatlarni kengaytirish, ta'lim orqali munosabatni o'zgartirish, empatiya va tushunishni shakllantirish, stereotiplar va noto'g'ri qarashlarga qarshi turish, inklyuzivlik va kesishishni rag'batlantirish.

Ushbu strategiyalarni advokatlik sa'y-harakatlari, ta'lim tashabbuslari va siyosat aralashuvlariga integratsiyalash orqali biz ayollar teng huquqlarga, imkoniyatlarga va vakillikka ega bo'lgan yanada adolatli va adolatli jamiyatni yaratishga harakat qilishimiz mumkin. Inson huquqlari umumjahon deklaratsiyasi shunchaki asosiy tamoyillarni belgilaydi, Ammo faqat shuning o'zi bilan ayollar va qizlarning huquqlarini haqiqiy ta'minlashga erishib bo'lmaydi.

Birlashgan Millatlar Tashkiloti tomonidan ushbu bo'shliqni to'ldirish uchun qilingan qadamlardan biri 1979 yil 18 dekabrda qabul qilingan Xotin-qizlarni kamsitishining barcha shakllariga barham berish to'g'risidagi konvensiya (CEDAW) edi. Ayollar huquqlari to'g'risidagi konvensiya sifatida tanilgan ushbu hujjat, uni

ratifikatsiya qilgan davlatlarga madaniyat, jamiyat, ta’lim, siyosat va qonunchilik sohalarida ayollarning kamsitilishini bartaraf etish majburiyatini yuklaydi. O‘zbekiston Respublikasi ayollar huquqlarini har doim ta’minlashga alohida e’tibor beradi.

O‘zbekiston Markaziy Osiyoda birinchilardan bo‘lib, 1995 yil 6 mayda BMTning Xotin-qizlarni kamsitishining barcha shakllariga barham berish to‘g‘risidagi konvensiyasiga qo‘shildi. Shuningdek, Onalikni himoya qilish to‘g‘risida, Mehnat va kasb sohasidagi kamsitish to‘g‘risidagi konvensiyalari va boshqa xalqaro hujjatlarni ratifikatsiya qilgan. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 58-moddasida Xotin-qizlar va erkaklar teng huquqliligi, Davlat xotin-qizlar va erkaklarga jamiyat hamda davlat ishlarini boshqarishda, shuningdek jamiyat va davlat hayotining boshqa sohalarida teng huquq va imkoniyatlarni ta’minlagshi belgilangan. Yangi O‘zbekistonda ayollarning jamiyatdagi o‘rni va nufuzini oshirish, ayollar bandligini ta’minlash, ularga munosib mehnat sharoitini yaratish yuzasidan keng qamrovli chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. “Mamlakatimizda xotin-qizlarni ish o‘rinlari, uy-joy bilan ta’minlash, ularga tibbiy xizmat ko‘rsatish sifatini yaxshilash masalalariga alohida e’tibor berilmoqda.

Bu borada ayollarni kasb-hunarga qayta o‘qitish markazlari joriy etilgani, arzon uy-joylar dasturi amalga oshirilayotgani muhim ahamiyatga egadir”. Aholining, xususan, xotin-qizlarning intellektual salohiyatini yuksaltirish muhim ijtimoiy masala sifatida ularning mehnat bozoridagi faolligini oshirishga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Xotin-qizlar huquqlari uchun kurash tarixiy, ijtimoiy, siyosiy va psixologik omillar ta’sirida shakllangan uzoq va mashaqqatli yo‘l bo‘ldi. Xotin-qizlar huquqlarini shakllantirish va rivojlantirishga ko'maklashish uchun ularning imkoniyatlarini kengaytiradigan, munosabatlarni o'zgartiradigan va gender tengligini ta'minlaydigan psixologik strategiyalarni tushunish va ulardan foydalanish juda muhimdir.

1.O'z-o'zini samaradorlik orqali imkoniyatlarni kengaytirish: Xotin-qizlarni o'z qobiliyatlari va kuchli tomonlariga ishonishga undash xotin-qizlar huquqlarini

shakllantirish uchun muhim ahamiyatga ega. O'z-o'zini samaradorligini oshirish orqali odamlar harakat qilishlari, o'z huquqlarini himoya qilishlari va kamsitish amaliyotlariga qarshi chiqishlari mumkin.

2.Ta'lim orqali munosabatni o'zgartirish: Ta'lim gender tengligi haqidagi qarashlar va e'tiqodlarni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ta'lim o'quv dasturlariga feministik nuqtai nazar va tanqidiy fikrlash qobiliyatlarini kiritish orqali shaxslar xotin-qizlar huquqlari muammolarini chuqurroq tushunishlari va o'zgarishlar tarafdori bo'lishlari mumkin.

3.Empatiya va tushunishni shakllantirish: Empatiya xotin-qizlar huquqlarini himoya qilishda kuchli vositadir, chunki u odamlarga boshqalarning tajribalari va kurashlari bilan bog'lanish imkonini beradi. Empatiyani rivojlantirish orqali odamlar gender tengligini qo'llab-quvvatlashlari va adolatli jamiyat yaratish yo'lida harakat qilishlari mumkin.

4. Stereotiplar va tarfakashliklarga qarshi kurashish: Gender stereotiplari va tarfakashliklariga qarshi kurashish va ularga qarshi kurashish xotin-qizlar huquqlari uchun kurashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu noto'g'ri fikrlardan xabardorlikni oshirish va tanqidiy fikrlashni rag'batlantirish orqali shaxslar gender tengligi yo'lidagi to'siqlarni yo'q qilishga harakat qilishlari mumkin.

Xulosa.Ushbu psixologik strategiyalarni advokatlik sa'y-harakatlari va ta'lim tashabbuslariga qo'shish orqali biz ayollar huquqlarini shakllantirish va barcha uchun gender tengligiga erishish yo'lida harakat qilishimiz mumkin. Doimiy o'zgarishlarni yaratish va hamma joyda xotin-qizlar uchun yanada adolatli va adolatli dunyoni targ'ib qilish uchun individual va jamiyat darajasida shaxslarni jalb qilish juda muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mo'minov A.R Tillaboyev M. A Inson huquqlari. Ayollar huquqlari va

erkinligini xalqaro huquqiy himoya qilish. //T . : Adolat. 2013.- B.368.B.368.

2. Odilqoriyev X.T Davlat va huquq nazariyasi (darslik). Toshkent "Adolat", 2018, 287-b

3. Saidov A.M "Ayollar huquqlari bo'yicha bo'yicha xalqaro va milliy qonun hujjatlari rivojlanishining asosiy yo'nalishlari", Toshkent 1999 b-82

4. Tajixanov U.B, Saidov A.M Huquqiy madaniyat nazariyasi 1-tom. Toshkent. 1998, 11-b

5. Zakirova S.A " Xotin-qizlarning huquqiy madaniyatini oshirishda nodavlat notijorat tashkilotlarining o'rni va roli". // Fuqarolik jamiyati. 2017, №4, 49-b

SHAXSNING ISTE'MOLCHI SIFATIDA NAMOYISHKOR MOTIVLARI

Salaxutdinova M.I., SamDU

Hozirgi kunda O'zbekistonda ijtimoiy psixologiya sohasida shaxs iste'molchi sifatida ham o'rganila boshlandi.

Ushbu sohadagi tadqiqot yo'nalishlaridan biri – shaxsning iste'mol tanlovining namoyish etuvchilik motivatsiyasidir.

Iste'mol hodisasining mazmuni faqat ijtimoiy va iqtisodiy nuqtai nazardan oshkor etilsa, uning motivatsiyasi muammolari faqat fanda aniqlangan va psixologiya fanida ularni tartibga solish usullarini batafsil ko'rib chiqish va taklif qilishni talab qiladi.

Psixologlarning tadqiqotlari asosida Kravchenko A. S. va Vilyunas V. K. namoyishkorona xatti-harakatlarning uchta motivatsion darajasini (namoyish etuvchi iste'mol bilan bog'liq), shuningdek, iqtisodchi Zimerman Y., sotsiolog Logunov Av, psixologlar O. A. Shamshikova va N. M. Klepikova fokus-guruhlarining ssenariysini yaratdi. Natijada guruh bilan suhbat natijalariga ko'ra, namoyishkorona iste'mol sabablari ro'yxati sezilarli darajada to'ldirildi.

Vilyunas V.K. va Kravchenko A. S. bo'yicha namoyishkorona xatti-harakatlarning uchta asosiy sababi bor: muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi, himoya motivatsiyasi, ego-motivatsiya va to'rtinchi, qo'shimcha – hissiy oqim motivatsiyasi. Tadqiqotlarimizda shular asosida bu motivatsion an'analarni birmuncha aniqlashga va iste'molning sabablarini batafsil bayon qilishga erishdik.

Namoyishkorlikning birinchi motivatsion an'anasi iste'mol qilinadiva ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi. Shuning uchun, bu an'ana "ijtimoiy motivatsiya" deb ataladi va uning asosiy g'oyasi to'g'ri maqomni, hukmronlikni, lavozimni egallashdir. Ushbu sabablar elitaga urg'u berish yoki erishish uchun harakat

qilishdir. Ushbu an'ana instrumental xususiyatga ega, ya'ni bu yerda namoyish vositasi, vosita, maqsad emas. Ushbu an'ananing asosiy sabablarini keltiramiz.

Dastlabki sabab – yetakchilik motivatsiyasi yoki maqom motivatsiyasi, shuningdek, hukmronlik, hokimiyat, ustunlik istagi. So'nggi modeldagi gadget yoki qimmatbaho avtomobilga ega iste'molchilar bunga misol bo'la oladi.

Muvaffaqiyat yoki resurs sababi instrumental xususiyatga ega.

Ya'ni, iste'molchilar o'z tanlagan tovarlarini namoyish qilish orqali yaxshi taassurotga erishish mumkin deb hisoblashadi: muzokara yoki rasmiy uchrashuvlarda mashhur brendning ruchkasi yoki qalamiga e'tibor beriladi va sheriklar nazarida yuqori baholashga yordam beradi.

Ikkinchi eng muhimi, identifikatsiyalashning sababi, affiliatsiyalashning sababi, shuningdek, muvaffaqiyatli referent guruhga mos keladigan sabab – muvaffaqiyatli, faol odamlarning munosib ijtimoiy guruhi ko'rinishida bo'lish istagi. Bundan tashqari, submadaniyatlar vakillari, masalan, sportchilar, hippi yoki futbol fanatlari submadaniyati ham faol namoyon bo'ladi.

Ijtimoiy muhitga mos keladigan, "hamma kabi bo'lish, boshqalardan ko'ra yomonroq bo'lish" – iste'molga sig'inish bo'lgan ijtimoiy guruhlarda, yorqin ko'rinish bilan maqtanish ijtimoiy me'yorga aylanadi.

Ikkinchi an'ana – o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini hurmat qilish, o'z-o'zini tasdiqlash, o'z-o'zini namoyon etishga qaratilgan Ego-motivatsiya. Ushbu an'ananing asosiy g'oyasi boshqalarda ishlab chiqarilgan taassurotning assimilyatsiyasi tufayli Mentasvirni saqlab qolish yoki o'zgartirishdir. Aslida, namoyishkorona iste'mol o'z-o'zini namoyon qilishning tijoratlashtirilgan namoyonlaridan biri hisoblanadi. O'z-o'zini ifodalash – bu ma'no va, ehtimol, xalqona iste'mol qilish turidir.

O'z-o'zini ifodalashning sababi yoshlar va o'smirlikni namoyish etuvchi iste'mol qilishning asosiy sababidir. Ko'pincha "men imkon qadar ko'proq odamlarni muvaffaqiyatli, sokin, sovuqqon, chiroyli deb hisoblayman". Ushbu motivni amalga oshirish o'z-o'zini hurmat qilish, o'ziga ishonchni oshiradi, insonning ijtimoiy salohiyatini ochib beradi. O'z-o'zini ifodalashning sababi ko'plab yosh respondentlar uchun yetakchi yoki ikkinchi o'rinda turadi.

Ramziylashtirish sababi "Men" obrazi kabi narsa. Ko'pgina olimlar, xususan, Ilyin V.I., Hoffman, biz foydalanadigan narsalar hayotning soqov guvohlari emasligini ta'kidlaydi. Masalan, suhbat-intervyu respondentning xarakteri, shaxsi haqida ko'p narsalarni aytib berishi mumkin. Bular xarakter, turmush tarzi, hayotning ustuvorligi va qoidalarining o'ziga xos belgilaridir. Ular o'zlarining atributlari, xarakteristikalarini to'plami yordamida ma'lumotlarni uzatishni amalga oshiradi.

Differentsiatsiya sababi: "guruhdan tashqarida bo'lish, olomondan tashqarida bo'lish" - yoshlar o'zlarining "men" ni namoyish qilishlari uchun "olomon" dan ajralib chiqish juda muhimdir. Agar namoyishkorona iste'mol qilish istagi bo'lmagan yoshlar guruh a'zolari bilan tanishishga intilsa, differentsiatsiyaga moyil bo'lganlar ko'pincha

a'zolik guruhlaridan norozi bo'lib, ulardan chiqib, yanada yorqin partiyalar a'zolari bo'lishga intiladi. Agar ko'plab tengdoshlar "oq qarg'a" bo'lishdan qo'rqsalar, lekin bunday turtki bo'lgan odamlar, aksincha, "oq qarg'alar", "tovuslar" bo'lishga harakat qilishadi.

"Eng yaxshi narsaga ega bo'lish" sababi – super-sifatga intilish. Bunday shaxslar o'z-o'zini yuqori baholaydi.

O'z-o'zini hurmat qilish yoki gedonistik motivatsiya. Gedonizm – lazzatlanish, uning go'zalligi, jozibadorligi, faoliyati, muvaffaqiyati uchun quvonch.

O'zini tasdiqlashning sababi, boshqalarning e'tiborini va maqtovini sotib olish istagi – shaxsiy narsalarni namoyish qilish, inson ijtimoiy e'tirofni, boshqalarning e'tiborini va qiziqishini, hayrat va hatto hasadni ijobiy qabul qiladi. Bunday motiv turtki bo'lgan odamlar ataylab boshqalarning hasadini qo'zg'atadi. Biz bu sabab bolalik davrida zaiflikni yoqtirmasligidan kelib chiqadi, deb hisoblaymiz. O'z-o'zini tasdiqlashni o'z-o'zini ifodalash bilan aralashmaslik kerak. Agar ikkinchisi o'zini namoyon qilsa, unda birinchisi o'zining va boshqalarning nazarida o'zini yuqori olish, hech bo'lmaganda o'rtacha darajadan yuqiroq bo'lishga intilishdir.

"Orzu sotib olish" sababi. Agar biror kishi uzoq vaqt davomida har qanday mahsulotni sotib olishni orzu qilsa, unda bu orzu o'sadi va ko'payadi. Telefon sotib olishni rejalashtirayotgan kishi o'z orzusida model brendini tobora qimmatroq qilib o'zgartiradi. Bundan tashqari, iste'molchilar raqamli va maishiy texnika funktsiyalarining 20% dan hech qachon foydalanilmaydilar va ularni ishlatish ehtimoli yo'qligini biladilar, lekin ular ortiqcha pul to'lashga tayyor bo'ladilar.

"Noyoblik istagi"ning sababi. Yagona va noyob bo'lishning eng oson yo'li nima? Mobil telefon yoki aerografiyalı avtomobil, yorqin narsa sotib olishdir.

Estetik motiv yoki ijodkorlikning maqsadi – hayotda chiroyli, estetik narsalarga intilish. Ba'zan bu usul boshqalarning fikrlarini jalb qila oladigan har qanday noyob mahsulotlar bilan bezatilgan narsalarga erishishga intilishda aks etadi.

Hissiy oqimning sababi. Yosh ofis xodimlariga xosdir. Katta shaharlarda stressni bartaraf etish, hissiy tanglikni kamaytirish muammodir. Lekin reklama va eng qimmat butiklarga borish va qimmatbaho brendlarga pul ishlatish, tungi klubda o'zini namoyish qilish shunday odamlarga xosdir.

Uchinchi motivatsion an'ana – bu namoyishkorlikning salbiy hodisalarning oldini olish vositasi sifatida ishlatiladigan himoya motivatsiyasidir. Ushbu an'ananing motivatsion tabiati ham instrumental.

"Bo'shliqni almashtirish" sababi – ko'pincha odamlar bilan munosabatlarida bo'shliq hosil bo'lgan bo'lsa, iste'molchi shaxs narsalar bilan o'z dunyosini to'ldirishga harakat qiladi. Odamlardan farqli o'laroq, narsalar uni xafa qila olmaydi. Bu, shu bilan birga, "oniomaniya" (xarid qilish maniasi) ning sabablaridan biridir).

Kompensatsion sabab – "yorqin xayolparast" ortida komplekslar, muvaffaqiyatsizliklar va kamchiliklarni "yashirish" istagi yotadi. Aniq yoki xayoliy

kamchiliklar, muvaffaqiyatsizliklar, ayniqsa intellekt hamda sevgi va do'stlarning yetishmasligi bilan mashg'ul bo'lgan kishi juda yorqin kiyinib, o'zini faol ravishda namoyish eta boshlaydi.

To'rtinchi turi – moddiy motivatsiya. Bu urfga kirgan mahsulotlarni iste'mol qilish va Maslouning butun piramidasi o'rtasidagi oraliq motivlardir. Zimerman V. "iqtisodiy motivatsiya" deb nomlangan ushbu motiv uni yetakchi sifatida taqdim etadi. Yetakchi moddiy motivatsiyaga ega bo'lgan odamlarning asosiy psixologik xususiyati – ularning "boyliqi" va boshqalarning his-tuyg'ulari, sifatlari bilan emas, balki ularning moddiy farovonligi bilan baholash, iqtisodiy mezonlarga muvofiq do'stlar tanlashda aks etadi.

Shuni e'tiborga olish kerakki, 16 ta motivdan faqat bittasi boshqalarning e'tiborini jalb qilish, "jamoatchilik uchun ishlash"ga qaratilgan. Ko'pchilik ijtimoiy emas, balki shaxsiy yo'naltirilgan motivlardir. Shunday qilib, namoyishkorlik jamoatchilik oldida bir ko'rinish bo'lsa-da, u ancha chuqur psixologik ildizlarga ega. Namoyishkorona iste'mol qilish – bu ijtimoiy muammolarni emas, balki shaxsiy muammolarni hal qilishdir.

Sotsyolog Logunov A. V. tomonidan taqdim etilgan iste'mol maqomining ba'zi sabablari bizning tadqiqotimizda tasdiq topmadi: faqat statistik xato darajasida, o'zingizga g'amxo'rlik qilish motivatsiyasi, bo'shlik motivatsiyasi aniqlandi. Ehtimol, bu namunalarning yosh tarkibi va oralig'i bilan ham bog'liq. Biroq, biz ko'rsatgan o'ndan ortiq sabablar dastlabki tadqiqotlarda tasvirlanmagan.

Yana bir muammo, aytib o'tilgan yuqoridagi barcha motivlar namoyishkorona iste'mol orqali emas, balki aql, o'rganish, ijodkorlik, baland martaba orqali amalga oshirilishi mumkin. Nima uchun biz o'rganayotgan yoshlar qatlamining ushbu motivlari va ehtiyojlari namoyishkorona iste'mol orqali amalga oshiriladi? Ushbu masalani o'rganishga qaratilgan chuqur intervyu, bu odamlarning barchasi "amalga oshirilmagan maqsadga muvofiqlik uchburchagi" deb nomlangan fazilatlarning kombinatsiyasi bilan birlashtirilganligini ko'rsatdi: egosentrizm + yuqori darajadagi da'volar + atrof-muhitning nomutanosibligi". Odamlar muvaffaqiyatga erishish uchun oson yo'llarni izlab, namoyishkorona iste'molchilik orqali bu niyatlarini amalga oshiradilar.

Fokus-guruhlar davomida namoyish qiluvchi iste'molning to'rtta mexanizmi aniqlandi. Namoyish iste'molining asosiy mexanizmi taqlid: yuqori sinf, muvaffaqiyatli hamkasblar, butlar, mashhurlar. Bunday imitatsiya biror narsaga erishishim mumkinligini isbotlashga intilish bilan aks etadi.

Yoshlarda namoyishkorona iste'mol qilishning asosiy vazifalari: psixoterapevtik (stressni yengillashtiradi, o'z-o'zini anglashga yordam beradi), ijtimoiy funktsiyasi (boshqalarning nazarida insonning bahosini ko'taradi, mijozlar va ish beruvchilar bilan muvaffaqiyat qozonishga imkon beradi), shaxsiy funktsiyasi (o'z-o'zini hurmat qilish, o'ziga ishonchni oshiradi), kommunikativ-ramziy (so'zlarsiz ma'lumot beradi, oziq-ovqat mahsulotlarini topishga yordam beradi).

Adabiyotlar ro'yxati

1. [Каримова В.](#) Ижтимоий психология. –Т.: «Fan va texnologiya», 2012, 172 бет.
2. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. / Пер. с англ. — СПб.: Питер, 2019. – 400 с.
3. Мельникова О.Т., Громова О.А., Ширков Ю.Э. Потребительское поведение: теория и действительность / Социальная психология в современном мире: Учебное пособие для вузов / под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. – М.: Аспект-Пресс, 2002, с.258
4. Мухамедова Д.Г. Таълим менеждерини инновацион фаолиятга тайёрлашнинг ижтимоий-психологик механизмларини такомиллаштириш. //Докторлик диссертацияси автореферати. Тошкент, 2015.
5. Susan Powell Mantel and Frank R. Kardes. The Role of Direction of Comparison, Attribute-Based Processing, and Attitude-Based Processing in Consumer Preference. //Journal of Consumer Research, Vol. 25 (март 1999) pp. 335- 202.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И КРОСС-КУЛЬТУРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ: КАК РАЗНЫЕ КУЛЬТУРЫ ПОНИМАЮТ И РЕАЛИЗУЮТ ЗОЖ (ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ)

Саидов Азамат Исмоилович
Декан факультета педагогики Каттакурганского государственного педагогического института, доктор психологических наук (DSc), профессор
Авулхаиров Фирдавсий Уткирович
Доцент кафедры Педагогики и психологии
Самаркандский филиал Ташкентского международного университета
Кимё, доктор философии по психологии (PhD)

В условиях глобализации и растущей миграции исследование кросс-культурных различий в отношении к ЗОЖ приобретает особую значимость. Для одних культур здоровье — это прежде всего гармония ума и тела, для других — физическая форма и спортивные достижения, для третьих — духовное очищение и религиозные практики. Эти различия определяют не только поведенческие привычки, но и психологические стратегии совладания со стрессом, уровень

устойчивости и субъективного благополучия.

Здоровый образ жизни включает питание, физическую активность, режим сна, отказ от вредных привычек, практики саморегуляции.

Но интерпретация этих компонентов культурно обусловлена.

В западных странах акцент делается на личной ответственности, фитнесе и контроле веса. В восточных культурах — на гармонии и профилактике. В мусульманских обществах — на умеренности и духовной чистоте. В Центральной Азии — на семейных традициях и национальной кухне.

ЗОЖ как культурно-психологический феномен. Здоровый образ жизни включает питание, физическую активность, режим сна, отказ от вредных привычек, практики саморегуляции. Но интерпретация этих компонентов культурно обусловлена. В западных странах акцент делается на личной ответственности, фитнесе и контроле веса. В восточных культурах — на гармонии и профилактике. В мусульманских обществах — на умеренности и духовной чистоте. В Центральной Азии — на семейных традициях и национальной кухне.

Таблица 1. Кросс-культурные различия в понимании ЗОЖ

Регион культура	Ключевой акцент ЗОЖ	Типичные практики	Риски и барьеры
США, Европа	Индивидуаль- ный успех, фитнес, рацион	Спортзалы, диеты, трекинг активности	Перфекциониз- м, орторексия
Япония, Корея, Китай	Гармония тела и духа, профилактика	Тай-чи, йога, традиционная медицина	Рабочая перегрузка («кароси»)
Мусульманск- ие страны	Умеренность, духовное здоровье	Пост, отказ от алкоголя, семейные трапезы	Ограниченнос- ть женской активности
Центральная Азия	Семья, традиции, национальная кухня	Совместные застолья, прогулки, фитнес	Высокая калорийность кухни

Латинская Америка	Коллективность, радость движения	Танцы, свежие продукты, общинные практики	Урбанизация, сладкие напитки
Африка (юг Сахары)	Натуральность, коллективность	Традиционная диета, танцы, ритуалы	Недоступность медицины

В Таблица 1 отражает то, что здоровый образ жизни воспринимается по-разному в зависимости от культурного контекста. В западных странах (США, Европа) акцент делается на индивидуальных достижениях, фитнесе и контроле рациона, что стимулирует развитие спортивной индустрии и систем самоотслеживания, но одновременно создает риск чрезмерной фиксации на внешности и возникновения расстройств пищевого поведения.

В странах Восточной Азии (Япония, Корея, Китай) доминирует представление о здоровье как гармонии тела и духа, что выражается в профилактических практиках, использовании традиционной медицины, однако культурное давление трудоголизма приводит к проблемам вроде «кароси» — смерти от переутомления. В мусульманских обществах понимание ЗОЖ связано с духовностью и умеренностью: пост, отказ от алкоголя и внимание к семейным трапезам формируют устойчивые привычки, но при этом могут существовать ограничения для физической активности женщин.

В Центральной Азии основой здоровья выступают семейные традиции и национальная кухня: совместные застолья и прогулки укрепляют социальные связи, но высококалорийная пища часто становится барьером.

В Латинской Америке здоровье связывается с коллективностью и радостью движения, что выражается в танцах, свежих продуктах и общинных практиках, однако урбанизация и привычка к сладким напиткам негативно сказываются на здоровье. В странах Африки к югу от Сахары ценится натуральность и коллективность, традиционная диета и ритуальные танцы, но серьезной проблемой становится ограниченный доступ к современным медицинским услугам. Таким образом, таблица показывает, что каждая культура формирует собственную модель ЗОЖ, где сильные стороны сочетаются с культурно обусловленными барьерами.

Дополнительно можно отметить, что современные процессы глобализации вносят коррективы в традиционные модели ЗОЖ. Так, в США и Европе растет

интерес к восточным практикам йоги и медитации как способам психологической саморегуляции. В странах Азии усиливается популярность западных фитнес-технологий и онлайн-приложений для мониторинга здоровья.

В мусульманских обществах развивается движение за интеграцию традиционных духовных практик с медициной доказательности. В Латинской Америке наблюдается сочетание культурных традиций (танцы, натуральная еда) с влиянием глобальной индустрии фастфуда. В Африке международные программы здравоохранения постепенно обеспечивают доступ к современным медицинским услугам, что формирует новые представления о профилактике.

Таким образом, таблица показывает, что каждая культура формирует собственную модель ЗОЖ, где сильные стороны сочетаются с культурно обусловленными барьерами. Однако именно взаимодействие традиционных и глобальных тенденций открывает новые перспективы для поиска баланса между сохранением культурной идентичности и внедрением современных практик поддержания здоровья.

Таблица 1 демонстрирует, что здоровый образ жизни определяется культурно-историческим контекстом, ценностями и системой социальных практик. Подобный подход подтверждается в работах К. Хеллера и А. Кляйнмана (Kleinman, *Patients and Healers in the Context of Culture*, 1980), где показано, что здоровье в разных культурах понимается через призму социальных ролей, религии и семейных традиций.

В западных странах (США, Европа), как отмечает А. Антоновский (Unraveling the Mystery of Health, 1987), здоровье часто связывается с концепцией «самоэффективности» и личной ответственности. Это стимулирует развитие фитнес-индустрии, но порождает феномены «орторекии» и чрезмерного контроля веса. Восточноазиатские культуры (Япония, Корея, Китай), по данным исследований Ф. Г. Мураками (Health and Harmony in East Asian Culture, 2005), придают особое значение профилактике и гармонии тела и духа. Здесь здоровье рассматривается как баланс энергии («ци»), а практики йоги, тай-чи и акупунктуры сохраняют свою значимость даже в условиях урбанизации.

Однако социальное давление, связанное с трудовой этикой, приводит к феномену «кароси». Мусульманские общества, согласно трудам А. Рахмана (Religion and Health Practices in Islam, 2014), строят ЗОЖ на принципах умеренности и духовной чистоты. Посты, отказ от алкоголя и табака формируют систему ограничений, которая выполняет профилактическую функцию. Но в ряде стран остаются гендерные барьеры в доступе к спорту для женщин. Центральная Азия иллюстрирует модель, в которой здоровье связано с семейными традициями и национальной кухней.

По данным исследования «Food, Health and Identity in Central Asia» (Oxford University Press, 2018), общие застолья укрепляют социальные связи, но привычка

к высококалорийной пище и малоподвижный образ жизни увеличивают риски сердечно-сосудистых заболеваний. В Латинской Америке, как пишет Н. П. Кастро (Culture and Health in Latin America, 2016), здоровье понимается через коллективные практики — танцы, общинные праздники и потребление натуральных продуктов. Однако рост урбанизации и индустрии сладких напитков вносит дисбаланс в традиционные модели питания.

Африке к югу от Сахары, согласно исследованию Всемирной организации здравоохранения (Global Report on Health in Africa, WHO, 2019), ценность здоровья выражается в натуральности и ритуальных практиках. Но ограниченный доступ к современной медицине и вакцинации создает высокий уровень уязвимости.

Таким образом, культурные модели ЗОЖ нельзя рассматривать изолированно: они постоянно трансформируются под влиянием глобализации, медиатизации и миграционных процессов. Сочетание традиционных практик и современных технологий открывает новые пути к формированию устойчивого и культурно адаптированного здорового образа жизни.

Таблица 2. Социально-психологические механизмы ЗОЖ в разных культурах

Культурный тип	Основной механизм поддержания ЗОЖ	Пример
Индивидуалистический	Самоэффективность, личные цели	США, Германия
Коллективистский	Социальные нормы, давление группы	Япония, Корея
Религиозно-ориентированный	Ритуалы, вера, духовные ценности	Саудовская Аравия, Узбекистан
Традиционный	Семейные привычки, обряды	Африка, Центральная Азия

В Таблица 2. показывает, что в разных культурах здоровый образ жизни поддерживается через различные социально-психологические механизмы, отражающие ценности общества. В индивидуалистическом типе, характерном для США и Германии, здоровье рассматривается как личный проект: главным ресурсом является вера в собственную эффективность и постановка индивидуальных целей. Такой подход развивает дисциплину и автономность, но

может привести к изоляции или перфекционизму. В коллективистском типе, представленном Японией и Кореей, решающим фактором становятся социальные нормы и давление группы: ЗОЖ поддерживается через совместные практики и ожидания общества. Это формирует высокую мотивацию, но иногда ограничивает индивидуальную свободу выбора.

В религиозно-ориентированных культурах, таких как Саудовская Аравия или Узбекистан, ключевым механизмом служат духовные практики, вера и ритуалы. Посты, запреты и обряды формируют систему устойчивых привычек, придавая им глубокий смысл. Вместе с тем строгие нормы могут создавать трудности для адаптации в современном мире.

В традиционном типе, характерном для Африки и Центральной Азии, здоровье поддерживается через семью и обычаи: совместные трапезы, ритуалы и передача опыта от старших. Это усиливает преемственность и социальную сплоченность, но при этом может закреплять устаревшие практики, не всегда соответствующие современным медицинским знаниям.

Таким образом, таблица демонстрирует, что в основе каждой культурной модели лежит свой социально-психологический ресурс: личная ответственность, групповая поддержка, духовная мотивация или семейные традиции. Ни один из этих механизмов не является универсальным, и их сочетание могло бы способствовать более гармоничному формированию ЗОЖ.

Анализ кросс-культурных различий показывает, что здоровый образ жизни нельзя рассматривать только в биомедицинском ключе: он формируется под влиянием культурных ценностей, социальных норм и религиозных практик. В каждой культуре присутствуют как ресурсы, так и барьеры: от высокой индивидуальной мотивации до избыточной нагрузки норм и традиций. Универсальные профилактические программы будут малоэффективны без учета этих различий.

Необходимым условием является культурная адаптация стратегий ЗОЖ: сочетание индивидуальной ответственности и социальной поддержки, интеграция современных практик с традиционными формами, учет религиозных и духовных факторов. Только межкультурный обмен и синтез подходов позволяют сформировать более гармоничное и универсальное понимание здорового образа жизни.

Список литературы:

1. Антоновский, А. Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco: Jossey-Bass, 1987.
2. Всемирная организация здравоохранения. Global Report on Health in Africa. Geneva: WHO, 2019.

3. Кляйнман, А. Patients and Healers in the Context of Culture. Berkeley: University of California Press, 1980.
4. Кастро, Н. П. Culture and Health in Latin America. Cambridge: Cambridge University Press, 2016.
5. Мураками, Ф. Г. Health and Harmony in East Asian Culture. Tokyo: University of Tokyo Press, 2005.
6. Oxford University Press. Food, Health and Identity in Central Asia. Oxford: OUP, 2018.
7. Рахман, А. Religion and Health Practices in Islam. Kuala Lumpur: Islamic Research Institute, 2014.
- 8.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ

*Авулхаиров Фирдавсий Уткирович
Доцент кафедры Педагогики и психологии
Самаркандский филиал Ташкентского международного университета
Кимё, доктор философии по психологии (PhD)*

Педагогическая профессия относится к категории наиболее эмоционально напряжённых и стрессогенных сфер деятельности. Постоянный контакт с детьми и родителями, необходимость решать конфликтные ситуации, большая учебная нагрузка и высокая социальная ответственность приводят к развитию профессионального выгорания. В условиях современной образовательной системы проблема профилактики и преодоления выгорания педагогов приобретает особую актуальность. Одним из ключевых ресурсов сохранения психического и физического здоровья выступает здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Он представляет собой систему поведенческих стратегий и привычек, направленных на укрепление организма, повышение стрессоустойчивости и гармонизацию эмоционального состояния. В структуре ЗОЖ выделяют следующие основные компоненты:

Рациональное питание – обеспечение организма необходимыми витаминами, минералами и энергией;

Физическая активность – регулярные занятия спортом, прогулки, упражнения для снятия мышечного напряжения;

Режим сна и отдыха – полноценный сон не менее 7–8 часов, соблюдение баланса между трудовой и личной жизнью;

Отказ от вредных привычек (курение, чрезмерное употребление алкоголя, переедание, гиподинамия);

Психологическая гигиена – умение регулировать эмоции, использовать техники релаксации, самоподдержки и позитивного мышления;

Социальная активность – поддержка социальных связей, участие в культурных и общественных мероприятиях, развитие хобби.

Синдром профессионального выгорания описан К. Маслач и С. Джексон, которые выделили три его основных компонента: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция профессиональных достижений [1]. Для педагогов характерны высокая эмоциональная нагрузка и необходимость постоянного самоконтроля, что повышает риск формирования выгорания.

Факты о профессиональном выгорании педагогов

По данным ВОЗ (2020), более 60% учителей в разных странах сообщают о признаках эмоционального истощения.

Российские исследования (Водопьянова Н.Е., 2019) показывают, что около 70% педагогов имеют выраженные или скрытые симптомы выгорания.

В Узбекистане (Исследование Национального центра повышения квалификации педагогов, 2022) отмечено, что каждый третий учитель жалуется на хроническую усталость и снижение мотивации к работе.

Установлено, что учителя с высоким уровнем выгорания в среднем в 2 раза чаще болеют простудными и психосоматическими заболеваниями.

Здоровый образ жизни в психологии здоровья определяется как комплексная система привычек и установок, направленных на укрепление физического, психического и социального благополучия. Ключевыми компонентами ЗОЖ являются: рациональное питание, регулярная физическая активность, оптимальный режим сна и отдыха, отказ от вредных привычек, умение справляться со стрессом и использование стратегий психологической саморегуляции.

ЗОЖ как фактор профилактики профессионального выгорания

1. Физическая активность. Систематические занятия спортом снижают уровень стресса, способствуют выработке эндорфинов и укрепляют нервную систему. Регулярная физическая активность помогает педагогам поддерживать высокий уровень работоспособности и эмоциональной устойчивости.

2. Рациональное питание и режим сна. Правильный режим дня и полноценное питание способствуют нормализации обменных процессов и снижению утомляемости. Дефицит сна напрямую связан с ростом уровня тревожности и раздражительности.

3. Психологическая саморегуляция. Методы релаксации, дыхательные упражнения, медитация и аутотренинг являются эффективными средствами профилактики эмоционального истощения. Они помогают педагогам сохранять

внутреннее равновесие и противостоять стрессу.

4. Социальная поддержка. Включенность в профессиональные сообщества, дружеские связи и поддержка семьи служат важным ресурсом психологической устойчивости, предотвращая чувство изоляции и беспомощности.

Регулярная физическая активность снижает уровень кортизола («гормона стресса») и способствует выработке эндорфинов, что уменьшает риск выгорания на 30–40% (данные Американской психологической ассоциации, 2021).

Сон продолжительностью не менее 7–8 часов связан со снижением вероятности развития эмоционального истощения у педагогов на 27% (исследование Гарвардской школы медицины, 2020).

Учителя, практикующие дыхательные практики, йогу или медитацию хотя бы 3 раза в неделю, сообщают о снижении тревожности и повышении удовлетворенности работой на 35% (исследование в Финляндии, 2018).

Сбалансированное питание (богатое витаминами группы В, магнием и омега-3 кислотами) способствует лучшей стрессоустойчивости и уменьшению депрессивных симптомов.

Наличие хобби и социальной активности (спорт, творчество, волонтерство) уменьшает вероятность эмоционального выгорания у педагогов почти вдвое (исследование в Германии, 2019).

Включение в программы повышения квалификации педагогов модулей по формированию и укреплению ЗОЖ.

Организация в образовательных учреждениях спортивных и культурных мероприятий для педагогов.

Создание психологических служб, направленных на профилактику стресса и выгорания. Внедрение гибкого графика работы и условий для восстановления сил педагогов. Пропаганда ценности здорового образа жизни в педагогическом сообществе.

Здоровый образ жизни выступает важным фактором профилактики профессионального выгорания у педагогов. Физическая активность, рациональное питание, режим сна, психологическая саморегуляция и социальная поддержка являются ключевыми условиями сохранения психического здоровья. Формирование и поддержание ЗОЖ у педагогов способствует повышению их профессиональной устойчивости, снижению уровня стресса и повышению качества образовательного процесса.

Список литературы:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. — СПб.: Питер, 2001.
2. Крюкова Т.Л. Стратегии совладания со стрессом. — Кострома: КГУ, 2004.

3. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. — М.: Смысл, 2019.
4. Маслач К., Джексон С. Измерение переживания выгорания. — М.: Институт психологии РАН, 2001.
5. Селигман М. Позитивная психология и благополучие. — М.: Эксмо, 2011.
6. Hobfoll S. Stress, Culture, and Community. — New York: Plenum Press, 2001.

BOLALARNI MAKTABGA INNOVATSION TAYYORLASH JARAYONINI TAKOMILLASHTIRISH MEXANIZMI

Xalbayeva Gulnoza Arshidinovna
Kattaqo‘rg‘on davlat pedagogika instituti
Maktabgacha va boshlang‘ich ta‘lim kafedrasi PhD o‘qituvchisi

Mamlakatimizda maktabgacha ta‘lim tizimidagi olib borilayotgan islohotlar O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 30-sentabrdagi PQ-3305-son «O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta‘lim vazirligi faoliyatini tashkil etish to‘g‘risida»gi qarori hamda O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2016-yil 29-dekabrdagi PQ-2707-son «2017-2021 yillarda maktabgacha ta‘lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi qaroriga muvofiq uzluksiz ta‘lim tizimining bir bo‘g‘ini sifatida rivojlanib bormoqda. Bu tizimning asosiy maqsadi ijodkor, ijtimoiy faol, ma‘anviy jihatdan boy shaxslarni shakllantirish va yuqori malakali raqobatbardosh kadrlarni tayyorlashdan iborat.

Mamlakatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishi, maktabgacha ta‘lim sohasidagi o‘zgarishlar 6-7 yoshli bolalarni maktabdagi o‘quv faoliyatiga har tomonlama pedagogik-psixologik tayyorlashdan ham iborat ekanligi muhim ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda amaldagi Davlat dasturlarining joriy etilishi – bolalarning maktab ta‘limiga jismonan va ruhan o‘qishga tayyor bo‘lishlari, yetarli darajada o‘quv malaka ko‘nikmalariga ega holda kelishlarini ta‘minlash zarur ekanligini ko‘rsatmoqda.

Ta‘limni modernizatsiyalashtirish ta‘lim jarayonida bilim, ko‘nikma, malakalarini shakllantirish bilangina hal bo‘lib qolmaydi. Bolani maktabga tayyorlashning diapazoni ancha keng va innovatsion bo‘lishi zarurdir. Ushbu diapazonga qo‘uyidagi tendentsiyalar shakllanib turishi va ulardan barpo etilgan ijobiy jarayonlar bolaning boshlang‘ich maktabdagi nafaqat pedagogik (ijtimoiylashuv) muammolar balki psixologik muammolardan muvaffaqiyatli chiqishiga kafolat beradi:

- Ota-onalarning innovatsion yondashuvi;
- MTTda ta‘lim-tarbiyaviy jarayonlari innovatsion tizimda tizimli bo‘lishi;

Albatta, MTTning psixologi o'z faoliyatini kichik shaxsga yo'naltirganida ijtimoiy ko'nikmalardan foydalanishi kerak.

Ota-onaning innovatsion yondashuvi qo'yidagilardan iborat:

- ota-onaning bolani maktabga tayyorlashda internet materiallari bilan tanishtirishi;

- maxsus adabiyot bilan chuqur tanishishi va foydalanishi;

- psixolog bilan maslahatlashishi;

- oilada sog'lom turmush tarzini yaratishi va h.k.

MTTdagi ta'limiy-tarbiyaviy jarayonlarning innovatsion tizimda tizimli (doimiy) bo'lishi quyidagi pedagogik shakllarni nazarda tutadi:

- MTT da bolalarni maktabga tayyorlashda mashg'ulotning eng yaxshi va innovatsion stsenariysini ko'rib chiqish va rag'batlantirish;

- eng foydali va innovatsion texnologiya bo'yicha MTTning xodimlari o'rtasida ko'rik-tanlov o'tkazish;

- ota-onalarning fikrlari bilan tez-tez yaqindan tanishish;

- ota-ona, psixolog, tarbiyachi, ma'muriyat ichki kontseptsiyasini innovatsion asosida boyitish;

- ota-onalar bilan trening o'tkazish va h.k.

Chunonchi, zamonaviy pedagogik texnologiyaga asoslangan yangi paradigmaning mohiyati interfaol ta'limni keng ko'lamda va mavjud imkoniyatlar asosida yo'lga qo'yishdan iborat.

Shuningdek, ta'lim-tarbiya jarayonida har bir bolani shaxs sifatida tan olish, uning yosh xususiyatlari, qiziqishlari, ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda, bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirish hozirgi kunning talabi hisoblanadi. Ana shu oddiy talabdan kelib chiqqan holda, farzandlarimizni mustaqil va keng fikrlash qobiliyatiga ega bo'lgan, ongli yashaydigan komil insonlar etib voyaga yetkazish, ta'lim-tarbiya sohasining asosiy maksadi va vazifasi bo'lishi lozim, deb qabul qilishimiz kerak. Bu esa ta'lim va tarbiya ishini uyg'un holda olib borishlari talab etadi. Hammamiz bilamizki, bolaning yozuvi bir maromda chiroyli bo'lishida, yosh shaxsda og'ir psixologik jarayon paydo bo'lishi ham mumkin. Unda ham o'qituvchining, ham ota-onaning kompetentlik yordami kerak bo'ladi.

Demak, ota-ona va tarbiyachi bolani maktabga tayyorlashda yuqorida talab qilingan me'yorlarga nibatan innovatsion yondashishlari kerak.

Aynan, yozuv vaqtida gigiyenik malakalarni (to'g'ri o'tirish, yozuv qurollaridan to'g'ri foydalanish) hosil qilishda bolada o'ziga ishonchni rivojlantirishga ko'maklashish;

- bolaga nisbatan tolerantlikni namoyish qilish;

- do'stona munosabatda bo'lish;

- kitobga muhabbatni uyg'otish va saqlab qolish;

- bolaning har kanday tashabbusini qo'llab-quvvatlash;

- maktab kiyimi (tozaligi) haqida fikr almashish;
- o'quv-mashg'ulotlari bo'yicha fikrini bilish va tahlil qilish.

Ya'ni, bolaning ongida o'ziga xos mas'uliyat tug'ilishi kerak. Xuddi shunday mas'uliyat ota-onada ham bo'lishi kerak. Ota-onalar va tarbiyachilardan talab qilinadigan narsa katta sabr, mehr va bola tarbiyasiga o'qquv-metodik va ilmiy-innovatsion yondashuvdir. To'g'ri yo'sinda olib borilgan tarbiya natijasida bola mustaqil fikr yuritishga va mustaqil hayotga dadil qadam qo'yishga tayyor bo'ladi. Albatta, agar bola sport va jismoniy tarbiyaga chuqur jalb qilingan bo'lsa, unda quyidagi ijobiy fazilatlar paydo bo'ladi:

- yozuvdan charchamaydi;
- e'tiborli bo'ladi;
- ijodkorlik bilan yondashadi;

Shuning uchun bolani maktabga jo'natishdan oldin sportga qiziqtirish kerak.

Zamonaviy maktabgacha ta'lim bola shaxsiy sifatlarini rivojlantirishga yo'naltirilganligi bilan ham alohida ahamiyatga ega. Masalan, bu yo'sinda xam boladagi qobiliyatni yoki iste'dodini aniqlab barcha bolalarga maqtash kerak. Bolani o'zidan esa uning mahorati bilan boshqalarga yordam berish, maslahat berish, o'rgatishni iltimos qilish lozim.

Ushbu kuzatuvda ota-ona va tarbiyachi o'z portfoliosini tashkil etishi kerak. Chunki, bunday innovatsion yondashuv quyidagi effektiv natijalarga olib keladi:

- bola o'zini ijobiy jihatdan ifoda etishga intiladi;
- boshqalarga (jamoaga, jamiyatga) kerakligini anglaydi;
- bor mahorati asosida bola shaxsida pedagogik qarashlari paydo bo'ladi;
- boshqalarga yordam berishni, tushuntirishni, ko'maklashishni xohlaydi.

Bunday insoniy fazilatlar esa bolada milliy qadriyatlarni va merosni tushunish his tuyg'ular paydo bo'ladi. Demak, bola quyidagi pozitiv shaklga kiradi:

- tarbiyachini hurmat qiladi;
- har bir mashg'ulotga qiziqadi;
- ota-onasini yanada sevadi;
- o'z Vatani bilan faxrlanadi;
- yaxshi inson bo'lishga intiladi;
- yomon va noxush harakatlarga hamda shaxslarga qushilmaydi;
- do'stni tanlashda adashmaydi;
- yolg'ondan o'zini uzoqroq tutadi;
- sportga jiddiy yondashadi;
- o'z mulkiga, MTT va o'z tengdoshlarinnig mulkiga hurmat munosabatida bo'ladi;
- o'z kuchini va bilimlarini faqat yaxshi ishlarga bag'ishlaydi.

Eng muhimi, ota-ona va MTT xodimlari o'rtasidagi munosabatlar yagona maqsadga qaratilishi kerak;

- ikkala tomonning ta'siri ostida bo'ladi, yuksak ma'naviyat shakllanishi zarur. Bizning fikrimizga ko'ra, MTTda bolaning ota-onaning effektiv aralashuvidan quyidagi ijobiy natijalar kutilishi kerak:

- ota-onalarning taklifi va maslahatlari;
- iliq munosabatlari;
- bola qalbiga yo'l ochilishi va h.k.

Tarbiyachi o'z portfoliosida effektiv o'zgarishlarni qayd etishi zarur. Agar ota-onasida ham portfolioni tashkil etish imkoniyati bo'lsa, bolani maktabga tayyorlashda va boshlang'ich maktabga unga amaliy yordam berishda innovatsion yondashish jarayoni ijobiy yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «2022–2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»gi PF-60-sonli Farmoni. 2022 yil 28 yanvar
2. bdullaeva I.G'. Milliy taraqqiyotning yangi bosqichida iqtisodiy va innovatsion tafakkur uyg'unligi // Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiya avtoreferati. – Samarqand, 2019. - 48 b.
3. Baer J. Domain specificity and the limits of creativity theory // Journal of Creative Behavior, 2012. – 46 (1). – pp. 16-29.
4. Герасимов Г.И., Илюхина Л.В. Инновации в образовании: сущность и социальные механизмы. – Ростов н/Д., 1999. - 136 с.
5. Xalbayeva G.A. Bolalarni maktabga tayyorlashning innovatsion-psixologik mexanizmlari // Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. – Toshkent, 2023. – 55 b.
6. Xalbayeva G.A. Bolalarni maktabga psixologik tayyorlashning ilmiy-metodologik asoslari. // O'zMU xabarlari. – Toshkent, 2023. №1/4 – B. 166-169.

OILAVIY MUNOSABATLARDA DESTRUKTIV NIZOLARNING PSIXOLOGIK TAVSIFI

*Ishonkulova Norbiyi Islamovna
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti
psixologiya kafedrasida o'qituvchisi*

Oila jamiyatning mustahkam poydevori bo'lib uning mustahkamligi, farovonligi,

tinch-totuvligi jamiyat taraqqiyotining asosidir. Prezidentimiz Sh.Mirziyoyev ta'biri bilan aytganda: "Biz uchun muqaddas bo'lgan oila asoslarini yanada mustahkamlash, xonadonlarda tinchlik xotirjamlik, ahillik va o'zaro hurmat muhitini yaratish, ma'naviy - ma'rifiy ishlarni aniq mazmun bilan to'ldirishdan iborat bo'lmog'i zarur". O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyev tomonidan qabul qilingan "Harakatlar strategiyasi"dagi yosh oilalar uchun qulay sharoitlar yaratish maqsadida uy-joylar berish, tadbirkor orqali esa ularning bandligini ta'minlash kerakligini aytib o'tdilar. Shu qatorda mamlakatimizdagi olib borilayotgan islohotlar natijasida respublikamizning barcha viloyatlari, tumanlari va qishloqlarida aholining turmush tarzi, yashash sharoitlari, ijtimoiy ongi ham rivojlanib boryapti.

Ayniqsa, so'nggi yillardagi islohotlar xalq bilan to'g'ridan to'g'ri muloqot davlatimizdagi barchaning muammolarini tez va oson hal etilishiga sabab bo'lmoqda. Jamiyatning ustuni bo'lgan oila esa hozirgi kunda ham, avvalari ham davlat uchun muhim bir bo'g'in bo'lib hisoblanib kelgan. Mamlakatimiz yoshlarini jamiyatda munosib o'rin egallashlari uchun barcha shartsharoitlari yaratib berilmoqda.

Yosh er-xotinlar muammolari uzoq vaqtdan beri ko'plab oilaviy hayot tadqiqotchilari uchun qiziqish uyg'otadi, chunki nazariy va empirik jihatlar tadqiqot uchun qiziqish uyg'otadi, chunki oila jamiyatning asosiy institutlaridan biridir. Shu bilan birga, oila kichik guruh va, demak, jamiyatning eng barqaror qismi bo'lib qoladi.

Oila insonning hayotini ta'minlash va nasl qoldirish, madaniy va tarixiy tajribani saqlash va etkazish uchun zarurdir. Shunga qaramay, eng ko'p ajralishlar 5 yildan kamroq vaqt davomida mavjud bo'lgan oilaga, ya'ni yosh oilaga to'g'ri keladi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, bunday oila jamiyatda aholining eng himoyasiz qismi hisoblanadi.

Bugungi kunda oilalar ko'plab muammolarga duch kelishmoqda. Oilalarning daromad darajasi bo'yicha tabaqalanishi katta ahamiyatga ega bo'lib, yana bir muhim muammo - oilaviy an'analar va xulq-atvor normalarini yo'q qilishdir. Oiladagi munosabatlarning tabiati nafaqat turmush o'rtoqlar o'rtasidagi, balki ularning bolalar va keksa avlodlarga bo'lgan munosabatlari, shuningdek, ta'lim usuli va turidagi kelishmovchiliklardir.

Ushbu o'zgarishlarning muhim qismi jamiyatning o'zida nikoh institutiga bo'lgan munosabatning o'zgarishi bo'lib, bu rasmiy nikoh o'rniga birgalikda yashashning tarqalishiga yordam beradi.

Yosh oilaning asosiy xususiyati uning shakllanishi jarayoni bo'lib, sheriklar bir-birlarini va o'z munosabatlarini yangicha idrok qila boshlaganlarida. Qoida tariqasida, yosh oilalarning moddiy ta'minoti etarli darajada emas, uning a'zolari o'rtasida aniq, o'rnatilgan munosabatlar mavjud. Ijtimoiy rollar hali o'rnatilmagan, shuningdek, oilaga yetarli darajada moslashish va ittifoqning jamiyatga nisbatan ijtimoiylashuvi yo'q.

Oilaviy nizolarning eng xarakterlilaridan biri bu er va xotin o'rtasidagi nizolardir. Xo'sh, eng ezgu niyatlar bilan bir-birlarini sevib oila qurgan yoshlar nega oila qurishgandan keyin ularning o'zaro munosabatlarida nizo-janjallar ro'y beradi? Ular

nima uchun urushadilar? Umuman er-xotinlik hayotida nizolarsiz, urush-janjallsiz ham yashasa bo'ladimi? Bu kabi savollarni yana ko'p davom ettirish mumkin.

V.G.Belinskiy shunday degan “Shunga qat’iy imonim komilki, er-xotin ittifoqi tevarak-atrofdagilarning aralashuvidan xoli bo’lmog’i kerak, binobarin, bu ikki kishidan boshqa hyech kimning ishi emas”. Oila insonlarni birlashtirib turuvchi eng kichik ijtimoiy birlik bo’lib, uning tinchligi, ravnaqi va barqarorligi jamiyat tinchligi va barqarorligi hisoblanadi.

Yana olim J.Santayana oilaga ta’rif bera turib, “Oila tabiatning shoh asarlaridan biridir”, deydi. Oiladagi nizolar - bu juftlarni psixologga davolanishning eng keng tarqalgan sababi. Oiladagi nizolarni hal qilish usullari asosan jamiyatning muayyan hujayrasi doirasida qanday janjal yuzaga kelganiga bog'liq. Ota-ona munosabatlari va nikoh tushunchalari bolalarda bo'lgan oiladagi nizolar juda salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ikki kishining fikrlari yoki istaklari bilan to'qnashganda, natijada ular umumiy yo'nalishni topishni istashganida, oiladagi nizolarni tabiiy jarayon deb biladi. Hatto janjallar janjal paytida janjallashishlariga qaramay, janjallar er-xotinning birligini anglatadi, deyish mumkin.

Birinchidan, agar er-xotinlar janjallashayotgan bo'lsa, demak, ular bilan baham ko'radigan narsa bor. Odamlar har doim ham umumiy mulkni emas, balki erkinlikni, shaxsiy hududni, bolalarni va boshqalarni baham ko'rishadi. Boshqacha qilib aytganda, er-xotinlar janjal mavzusi ular uchun muhim bo'lgan taqdirdagina janjallashadilar.

Bundan tashqari, qarama-qarshi tomon bilan janjallashishni istamagan odam mojaro yuzaga keladi. Bunday paradoks: odamlar o'zlariga zarar etkazmasdan, bir-birlarini xafa qilishni istamasliklari sababli janjal qilishadi.

Ikkinchidan, mojaro shuni ko'rsatadiki, er-xotinlar hali ham o'sha yo'lda harakat qilishmoqda. Mojaro - bu ikki kishi borishga tayyor bo'lgan yo'lning yo'qligi. Aynan janjal paytida ular uni topishga harakat qilishdi. Bu shuni anglatadiki, odamlar birgalikda harakat qilishni istaydilar, shuning uchun ular hozirgacha eng yaxshi variant deb o'ylagan narsani bir-birlariga majbur qilish uchun juda ko'p harakat qilishadi.

Psixologlar oilaviy janjallarni normal holat deb bilishadi. Qarama-qarshiliklar tufayli er-xotinlar bir-birlarini yomon ko'rishni boshlaydilar, hatto undan ham ko'proq ajralishadi. Shuning uchun har doim paydo bo'ladigan oiladagi nizolarni qanday hal qilish masalasi juda muhim bo'lib qoladi. Odamlar janjallashishi tabiiy, ayniqsa bu odamlar turmush o'rtog'i va mehribon sherik bo'lsa.

Sizning munosabatlaringizda hech qachon janjal bo'lmaydi deb umid qilish ahmoqlikdir, chunki dunyoda bir xil ikkita odam yo'q. Siz qanchalik yaqin va sevikli bo'lishingizdan qat’iy nazar, har doim sizning fikringiz sherikingiz bilan mos kelmaydigan savollar mavjud. Odamlar odatda bahsli masalalarni qanday hal qilishadi? Ular qichqiradi, tanqid qiladi, qoralaydi, janjal qiladi, hatto idishlarni sindirib, yugurib keladi. Hech kimga sir emaski, muammolarni hal qilishning bunday usullari nafaqat sevuvchilarning munosabatlarida iz qoldiradi. Biroq, odamlar ba'zi bir tushunchalar

bo'yicha kelisha olmasalar, hamma qichqiradi va qichqiradi. Ammo bitta haqiqatni yodda tutish kerak: qichqirganni eshitish mumkin emas! Shuning uchun janjal va qichqiriqdan so'ng, sheriklar bir-birlari bilan tinch ohangda muloqot qilishni boshlamaguncha, muammo hal qilinmaydi.

Oiladagi nizolarning turlari. Nizolarning eng keng tarqalgan tasnifi:

1. Konstruktiv to'qnashuvlar. Turli sabablarga ko'ra bunday to'qnashuvlar mavjud, ammo ularning yechimi ikkala uzumchiga qoniqish hissi tug'diradi, boshqacha qilib aytganda, bu o'zaro kelishmovchiliklarni hal qilish uchun kelishuvga aylangan. Bu yosh oilada yoki uzoq yillar tajribaga ega oilada nizo bo'ladimi, natijasi doimo gullab yashnaydi.

2. Distruktiv nizolar. Bunday to'qnashuvlar juda xavflidir, chunki ularning natijasi ikki tomonni qoniqtirmaydi va ko'p yillar davomida davom ettirishga, nikohlari bilan qoniqish hisini kamaytirishga, uzoq vaqt yoqimsiz depozit qoldirib ketishga majbur qiladi. Bunday to'qnashuvlarning tez-tez takrorlanishi ajralishga olib kelishi mumkin. Oilaviy mojaro yuzaga kelishining sabablari bor ko'p miqdorda, chunki nikoh nafaqat qo'shma uyni saqlash va farzand ko'rish, balki ularning istaklarini ro'yobga chiqarish, ehtiyojlarini qondirish va baxtli yashash istagini ham o'z ichiga oladi. Erkak va ayol turmush qurishni davom ettirish orqali hayotlarini yaxshilashni xohlaydigan odamlar bo'lib qolmoqdalar. Biroq, nizolar, turmush o'rtog'i qarama-qarshi yoki turli xil qarashlarga, istaklarga, manfaatlarga, ehtiyojlarga va boshqalarga qarshi to'qnashuv yuzaga kelganda paydo bo'ladi. Er-xotin o'rtaqidagi janjallarning tez-tez sabablari quyidagilardir:

- Turmush o'rtoqlardan birining mastligi
- Oilaviy hayotni o'tkazish bo'yicha qarashlarning farqi.
- Zino.
- Turmush o'rtoqlarning xudbinligi.
- Haddan tashqari rashk.
- Sheriklarga nisbatan hurmatsizlik.
- Qondirilmagan ehtiyojlar.
- Turmush o'rtoqlardan birining bolalarni tarbiyalashda yoki hayotni boshqarishda ishtirok etmasligi.

Ma'lumki yuqoridagi sabablarning qaysi biridir ko'proq foizni qaysi biridir kamroq foizni tashkil etadi, lekin baribir o'z o'rnida oilaviy konfliktlarni vujudga keltirmoqda. Oila nizolarini hal qilish usullari. Oiladagi nizolarni hal etishning ko'pgina samarasiz usullari mavjud, ulardan foydalanish nafaqat sizning qimmatbaho vaqtni olib tashlashi mumkin, balki oiladagi mojaroni yanada kuchaytirishi mumkin. Oilangizdagi ziddiyatlarni bartaraf etish uchun oilaviy psixologlardan yordam so'rang va oilangizga qo'shnilar, tanishlar yoki ota-onalarning maslahatini tekshirmang.

Oilada hech qanday qarama-qarshiliklar mavjud emas, chunki oila munosabatlarining o'ziga xos jihati shundaki, qarama-qarshi jinsdagi odamlar butunlay

boshqacha hayotiy hikoyalar va turli xil tarbiya bilan uylandi va ayni paytda ular bir-birlari bilan bir-birining tagida bo'lishlari kerak. Bu holatda bajarilishi mumkin bo'lgan barcha narsalar oiladagi nizolarning oldini olishdir. Oiladagi nizolarni hal qilish uchun siz tushunishga intilishingiz kerak.

Agar ikkala turmush o'rtog'i bir-birlarini eshitishga harakat qilsalar, unda murosaga kelish mumkin. Bu erda g'alaba qozonishning hojati yo'q, chunki g'alaba yutqazishni taxmin qiladi. Ittifoq - bu qul va xo'jayin emas, ikki teng sherikning birlashmasi. Ikki turmush o'rtoq o'zaro munosabatlarda qulay bo'lishi kerak, natijada kimdirning xohish-istaklari amalga oshmagan sababli nikoh ittifoqi buzilmaydi

Xalqimizda bir gap bor: oshsiz uy bo'lishi mumkin, lekin nizosiz uy bo'lmaydi. Faqat, nizoning nizodan farqi bor. Bu haqda quyida batafsil to'xtalib o'tamiz. Haqiqatdan ham ilk bolalikdanoq ko'plab ertaklar eshitib, keyinchalik o'zlari ham ularni turli kitoblardan o'qib o'sgan yoshlar o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlarini adekvat tasavvur eta olishlari mushkul.

Chunki ertaklarda ham, kinofilmlarda ham qahramonlar bir-birlariga yetishgunlariga qadar ne-ne mashaqqatlarni, zahmatlarni boshlaridan kechirib, bu yo'lda duch kelgan qora kuchlarni yengib. Bundan tashqari aksariyat niuvaffaqiyatli oilalarda tarbiya topgan yigit-qizlar o'z ota-onasi oilasini, ularning turmush tarzini, bir-birlarga nisbatan bo'lgan o'zaro munosabatlarini va qator shu kabilarni o'zlarining bo'lajak oilaviy havotlari uchun ideal deb olishadi va ular ham oila qurishganlaridan so'ng o'g'il bolalar xuddi o'z otasidek va qizlarimiz o'z onalaridek «ota», «ona», «er», «xotin» bo'lishni orzu qiladilar.

Chunki ular o'z ota-onalari misolida, bir-birlariga nisbatan salbiy muno- sabatda bo'luvchi, bir-birlari bilan nizolashib turuvchi er-xotin- larni ko'rmaganlar. Mabodo bunday vaziyatlar va nizolar yuzaga kelib qolgudek bo'lsa ham ularning ota-onalari bu holatni farzandlariga sezdirmaslikka harakat qiladilar.

Bundan tashqari ommaviy axborot vositalari orqali namunaviy ahil, baxtli oilalar haqida berib boriladigan materiallarda ham aksariyat hollarda er-xotinlik munosabatlarini bir yoqlama, faqat yaxshi tomondan ko'rsatish an'analari mavjud. Bularning hammasi yoshlar- da oilaviy hayot haqida bir yoqlama ijobiy tasavvurlarning shakllanishiga asos bo'ladi.

Xulosa o'rnida aytishimiz mumkinki, bu kabi oiladagi nizolar oldini olish uchun oila ishonchli munosabatda bo'lishi kerak. Agar hamkorlardan biri biror narsani tugatsa yoki uni boshqa bir sirdan saqlaydi, bu o'z-o'zidan munosabatlarda keskin atmosferani keltirib chiqarishi mumkin va buning oqibatida yuzaga kelgan ziddiyatning hajmi siz yashirilgan haqiqatdan ham qo'rqinchli bo'lishi mumkin.

Oilaviy nizolarni hal qilishda muammolardan qochmaslik, balki ularni hal qilish kerak. Muammoni hal qilish, g'alaba qozonish yoki himoya qilmaslik maqsadida konstruktiv va xotirjamlik bilan olib boring. Uchinchi tomonlarni nizoga jalb qilish maqsadga muvofiq emas, chunki ular mojaroning yanada kuchayishi uchun

katalizatorga aylanishi mumkin. Ajrashish bu nizoni yechimi bo'lib qolmasligi kerak

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Jurayev SH.S., Abu Ali ibn Sinoning falsafiy qarashlarida baxt-saodat masalasi // Academic Research in Educational Sciences, 2 (Special Issue 1), 395-401 P.
2. Pavlina S. "Oilaviy munosabatlarning muammolarini tushunish". (2006).
3. Kunitskaya V.V. "Oilaviy nizolar va ularni hal etish yo'llari" Ijtimoiy o'qituvchi . (2017)
4. Sulaymonov, J. Abdurahmon ibn Xaldunning tamaddun taraqqiyoti haqidagi qarashlarida jamiyat tahlili//Academic Research in Educational Sciences, Vol. 2 Special Issue 1, 2021. 451-455 R.
5. Sulaymonov, J.Karimov N.Contribution of Abu Isa Tirmidhi to the Science of Hadith //International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering (IJITEE) ISSN: 2278-3075, Volume-9 Issue-1, November, 2019. P. 593-599.

O'SMIRLARNING GENDER IDENTIFIKATSIYASI VA UNI PSIXODIAGNOSTIK TADQIQ ETISH

*Mamayusupova Iroda Xamidovna
Qo'qon davlat universiteti Psixologiya kafedrasi
oqituvchisi v.b dotsent, psixologiya fanlari
bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Ushbu metodikalar yordamida o'smirlarning gender identifikatsiyasi darajasi aniqlanib, uning shakllanishiga biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri yoritildi. O'smirlik davri shaxsiy o'zlikni anglash va identifikatsiya jarayonlari faollashadigan bosqich hisoblanadi. Bu davrda genderga oid o'zini anglash, shaxsning jinsga oid ijtimoiy rollarni o'zlashtirishi, mos xatti-harakatlar tizimini shakllantirishi bilan uzviy bog'liq. Shu sababli gender identifikatsiyasi darajasini o'rganishda psixodiagnostik metodlar qo'llanilishi muhim ahamiyatga ega.

Gender identifikatorini aniqlashda xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan ishlab chiqilgan turli psixodiagnostik metodlardan foydalanilgan. Jumladan, Sandra Bem tomonidan ishlab chiqilgan jinsiy rol identifikatsiyasi testi (BSRI) shaxsning gender rollarini qabul qilganlik darajasini baholashda eng samarali usullardan biri sifatida e'tirof etiladi. Bemning fikricha, inson o'z jinsiga xos deb hisoblangan xatti-harakatlarni qabul qilish va namoyon etish orqali gender identifikatorini shakllantiradi.

Shuningdek, L.S. Vygotskiy, A.N. Leontev va D.B. Elkonin kabi psixologlar tomonidan shaxs rivojida ijtimoiy tajriba va rollar o'rni chuqur tahlil qilingan bo'lib, bu

tajribalar bola ijtimoiy muhit orqali o'zini anglab borishida asosiy omil sifatida qaraladi.

Mahalliy olimlardan G'.H. Yo'ldoshev, X.T. Yo'ldosheva va M.Q. Yusupovlarning ilmiy izlanishlarida esa o'smir yoshida gender ijtimoiylashuvi, oilaviy va ijtimoiy muhitning ta'siri, ayniqsa yetim bolalar misolida gender identifikatsiyasining notekis shakllanishi aniq ko'rsatib o'tilgan.

Gender muammolari bo'lgan bolalar bilan ishlashda ota-onalarning (yoki tarbiyachilarning) jinsiy farqlar va maqbul gender xulq-atvoriga nisbatan ustun qarashlari va taxminlarini, shuningdek, bu qarashlar va e'tiqodlar ularning bola bilan munosabatlariga qanday ta'sir qilishini tushunishga harakat qilish muhimdir. Gender nomuvofiqligi bo'lgan bolalarga yordam oilada maslahat berish, bola bilan individual ishlash va maktab muhitiga e'tibor berishni o'z ichiga oladi.

Gender erkak va ayolning anatomik va biologik (genetik va gormonal) toifalarini bildiradi, lekin hatto biologik bo'linish ham to'g'ridan-to'g'ri emas va talqin qilinishi kerak. Tabiatda ikkitadan ortiq jins bo'lishi yoki hech bo'lmaganda erkak va ayol jinsiy xususiyatlari bir-biriga mos kelmasligi mumkin.

Gender identifikatori biologiya, sotsializatsiya, psixologik identifikatsiya va jinsiylikning murakkab birikmasidir. Bu erkak yoki ayol jinsining biologik, psixologik va ijtimoiy vakili sifatida shaxsning o'zini ichki tuyg'usi sifatida belgilanadi. Jinsiy identifikatsiyaning neyrobiologik asoslari haqida munozaralar davom etmoqda.

Gender roli - erkak va ayol sifatidagi ijtimoiy-madaniy kutishlar bilan belgilanadigan xulq-atvor xususiyatlari, munosabati va shaxsiy xususiyatlari. Gender roli ijtimoiy-madaniy jihatdan erkak va ayol sifatida belgilanadigan xulq-atvor xususiyatlari, munosabati va shaxsiy xususiyatlari to'plami sifatida shaxsga kiritilgan.

Bolalarda bu bir jinsdagi tengdoshlarning o'zaro munosabatlarini afzal ko'rish, fantaziya va rol o'yinlari va afzal ko'rilgan o'yin turi kabi o'zgaruvchilar bilan o'lchanadi.

Homiladorlik davridagi ayol jinsiy gormonlari darajasi kabi biologik o'zgaruvchilarning gender roli bilan bog'liq xatti-harakatlarga ta'siri bo'yicha konsensus yo'q.

Diagnostika muammolari. Gender identifikatsiyasining sof sotsial-madaniy talqinidan ham, ikkilik biologik jins jinsning psixologik jihatlarini belgilaydi, degan g'oyadan ham ko'proq bahs-munozaralar paydo bo'ladi. Bu ortib borayotgan murakkablik, gender o'ziga xosligini shakllantirishda biologik va psixologik omillar o'rtasidagi o'zaro ta'sirni hisobga oladigan biopsixologik tushunish zarurligini ko'rsatadi.

Klinik amaliyotda, gender disforiyasi bo'lgan bolalar va ularning oilalarini baholashda, qarashlardagi bunday farqlar ko'pincha asosiy muhokama mavzusiga aylanadi. Ota-onalar, aksariyat hollarda, o'z farzandlarini qo'llab-quvvatlashga e'tibor berishadi va uni himoya qilishga harakat qilishadi. Ulardan ba'zilari etiologiyaning biologik modeliga amal qiladi, bu esa boshqa omillarni o'rganishni qiyinlashtiradi.

Avvaliga ota-onalar gender va gender tarafkashlikni qanday tushunishlarini va madaniy e'tiqod tizimlari bunga qanday ta'sir qilishi mumkinligini o'rganishgan.

O'smirni baholash (diagnostika) Gender muammolari bo'lgan o'smirlarni baholashda jinslararo xulq-atvorni (o'yinchoqlar, o'yinlar va tengdoshlarning faoliyati) va identifikatsiyani (shaxsni tasdiqlovchi bayonotlar, fantaziyalar, rol o'ynash) farqlash va disforiya va qayg'u darajasini aniqlash kerak. Hamma bolalar o'z tanalaridan jirkanishlarini yoki ularni o'zgartirish istagini bildirmaydilar va ba'zi bolalar o'z his-tuyg'ularini oshkor qilishni istamaydilar.

Keng qamrovli baholash ota-onalarning tushunishi va faoliyati, bolaning jinsi va umumiy rivojlanishini tekshirishni o'z ichiga oladi.

Tadqiqot individual yoki guruhlarda o'tkazilishi mumkin. Usullar birgalikda yoki bir-biridan mustaqil ravishda ishlatilishi mumkin.

O'smirlarda gender idenfikatsiyasini aniqlash maqsadida biz L. N. Ojigovaning "Men Ayol (Erkak)man" so'rovnomasi" so'rovnomasidan foydalandik. Bizning tadqiqotimiz O'zbekiston tumani 70-19-sonli maktablarning 32 nafar 6-7-8-9-10 sinf o'quvchilarida o'tkazildi.

Umumiy o'quvchilar soni: 32 nafar, ulardan 16 nafari qiz bolalar, 16 nafari o'g'il bolalarni tashkil qiladi.

Quyida har bir usulning tavsifi keltirilgan: "Men Ayol (Erkak)man" so'rovnomasi

Qo'llanilishi:

So'rovnomada 14 ta tugallanmagan jumla mavjud bo'lib shaxsning mavjud gender stereotiplariga muvofiqlik yoki nomuvofiqlik darajasini aniqlash imkonini beradi savollar havola etiladi. O'zbekiston tumani 70-19-maktablarning jami 32 nafar 6-7-8-9-10- sinf o'quvchilarining har birida gender idenfikatsiyasining darajasini aniqladik.. Unga ko'ra umumiy taxlil natijalarini quyidagi jadvalda ko'rish mumkin:

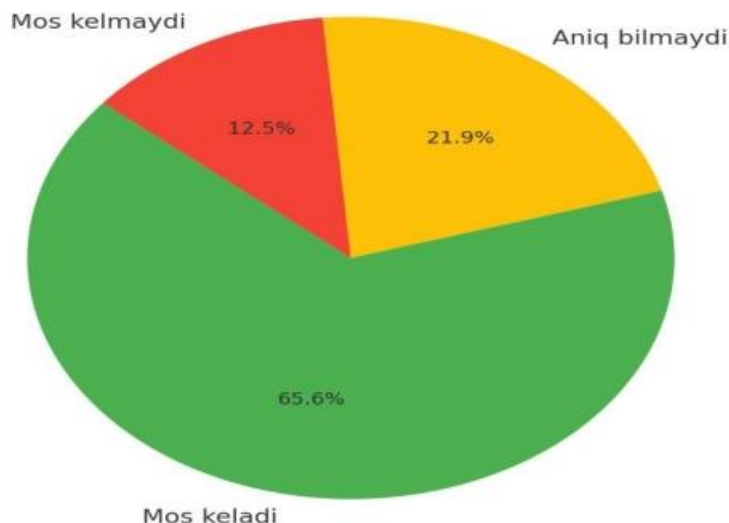
L. N. Ojigovani "Men Ayol (Erkak)man" so'rovnomasi

3.1-jadval

Gender shaxsiyatning xususiyatlari	ball oralig'i	O'quvchilar soni	Foiz(%) Ko'rsatkichlari
Gender steriotipiga mos keladi	19-27	21	65,6%
Gender stereotipi haqida aniq bilmaydi yoki "bosilgan" xususiyatlar	10-18	7	21,9%
Gender stereotipiga mos kelmaydigan	0-9	4	12,5%

3.1 diagramma

Gender identifikatori darajalari ("Men Ayol/Erkakman" metodikasi asosid



"Men Ayol (Erkak)man" so‘rovnomasi jadvali diagrammasi.

Tadqiqotda jami 32 nafar o‘quvchi ishtirok etdi. Ular bilan "Men Ayol/Erkakman" metodikasi asosida gender identifikator darajasi aniqlandi. Ushbu metodika o‘quvchilarning jamiyatdagi gender stereotiplariga nisbatan o‘zlarini qanday identifikatsiya qilishlarini aniqlashga yordam berdi.

Natijalar quyidagicha bo‘ldi:

21 nafar o‘quvchi (65.6%) gender stereotiplariga mos keluvchi tarzda javob berdi. Bu shuni anglatadiki, ular o‘z jinsiga xos bo‘lgan ijtimoiy kutilmalarni qabul qilgan va shunga muvofiq o‘zini identifikatsiya qilgan.

7 nafar o‘quvchi (21.9%) gender stereotipi haqida aniq tasavvurga ega emasligi, ya’ni ularning identifikatsiyasi noaniqligi kuzatildi. Bu esa ularning hali to‘liq gender identifikatsiyasi shakllanmaganligini ko‘rsatdi.

4 nafar o‘quvchi (12.5%) esa gender stereotiplariga mos kelmaydigan tarzda javob berdi. Bunday o‘quvchilar o‘z shaxsiy qarashlari, mustaqil fikrlari yoki stereotiplarga zid pozitsiyalari bilan ajralib turdi. Natijani to‘liqroq olish maqsadida o‘smir yoshdagi yetim bolalarda gender identifikatsiyasini aniqlash maqsadida

N.M. Romanovanning “Erkak va ayolni chizish” proyektiv metodikasi qo‘lladik. N.M. Romanovanning “Erkak va ayolni chizish” metodikasi uchun baholash jadvali. Ushbu jadval N.M. Romanovanning proyektiv metodikasiga asoslangan holda respondentning gender identifikatsiyasi, emotsional holati va ijtimoiy munosabatlarini taxminiy baholash uchun mo‘ljallangan.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, o‘smirlarning gender identifikatsiyasi

ko'plab omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Biologik (genetik va gormonal), ijtimoiy (oilalar, tengdoshlar, maktab muhiti) va psixologik (o'z-o'zini anglash, identifikatsiya jarayoni) omillar bu jarayonda muhim rol o'ynaydi. Shaxsning gender stereotiplariga mos yoki mos kelmasligi uning ijtimoiylashuv darajasi va mustaqil fikrlash qobiliyatidan dalolat beradi.

Bundan tashqari, tadqiqot natijalari o'smirlik davrida gender identifikatsiyasi bir xil shaklda kechmasligini, balki turli oilaviy va ijtimoiy sharoitlarga qarab farqlanishini ko'rsatadi. Ayniqsa yetim bolalarda kuzatilgan gender identifikatsiyasidagi notekisliklar, ularning ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashga ehtiyoj sezishini anglatadi. Shu sababli gender muammolari bo'lgan o'smirlar bilan ishlashda oilalar, maktab va psixologik xizmatlarning hamkorligi zarur.

Xulosa qilib aytganda psixodiagnostik metodlarning qo'llanishi o'smirlarning gender identifikatsiyasini aniqlashda samarali natija berganligi, ushbu yondashuvni amaliyotda keng joriy etish muhimligini tasdiqlaydi. Tadqiqot natijalari psixologiya fanida o'smirlik davri shaxsiy rivojlanishini yanada chuqurroq anglashga xizmat qiladi hamda pedagogik-psixologik amaliyot uchun qo'shimcha ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

STRESS PSIXOLOGIYASI HAQIDA TUSHUNCHA.

*Ibragimova Shahnoza Gapparovna
Qo'qon davlat universitet
"Psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi*

Zamonaviy dunyo ko'plab globallashtirish inqirozlarini boshdan kechirmoqda. Eng muhimlari qatoriga insonning individualligini, ijodkorligini, dunyoni intuitiv idrok etishini yo'qotish bilan bog'liq antropologik inqirozni yuzaga kelishidir, ya'ni uning o'ziga xosligini shakllantiradigan narsa uning "mustaqilligini" belgilaydi. Inson shaxsini standartlashtirish XX-asrda "insondan keyingi kelajak" (Fr. Fukuyama) g'oyasiga olib keldi.

Genetika injeneriyasi va biotexnologik inqilobning rivojlanishi ko'p jihatdan inson shaxsiyatiga, "ikkinchi tabiat" ning noyob, havaskor, yuksak axloqiy ijodkorini tarbiyalashga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo'lish yo'qolganidan dalolat beradi. Biroq, bu insonning ruhiy mohiyatiga qiziqishning yo'qolishini anglatmaydi.

Bugungi kunda jahon iqtisodiyoti bilimlar iqtisodiyoti sifatida ta'riflanadi va undagi shaxs "fikrllovchi ishchi kuchi" sifatida ishlaydi.

Tabiiyki, bu kuchni tashkil etuvchi xususiyatlardan biri salomatlikni saqlash, shu jumladan insonning ham fiziologik, ham ruhiy salomatligini ta'minlashdan iboratdir.

Bu yerda odam ko'plab salbiy ruhiy xolatlarga duch kelishi bo'lib, ulardan biri

"stress" deb ataladigan xodisadir.

Psixologiya atamaları lug'atida «stress» so'ziga quyidagicha ta'rif berilgan: **stress** - (inglizcha stress - bosim, kuchlanish) - insonning turli ekstremal ta'sir (stressor)larga javoban yuzaga keladigan keng doiradagi holatini ifodalash uchun foydalaniladigan atama bo'lib, dastlab «stress» tushunchasi fiziologiyada organizmning turli noxush taassurotlariga javoban maxsuslashmagan reaksiyasi sifatida tushuntirilgan. Keyinchalik individning favqulodda vaziyatlardagi fiziologik, psixologik va xulq-atvoridagi holatini ifodalash uchun foydalanila boshlandi.

Stressning turiga va ta'sir etish xarakteriga qarab stressning bir necha xil turi farqlanadi. Xususan, eng umumiy klassifikatsiyasi fiziologik stress va psixologik stressdir.

Fiziologik stress o'ta kuchli darajadagi og'riq, qo'rquv, kasalliklar va og'ir jismoniy zo'riqishlar natijasida vujudga keladi. Psixologik stress kutilmaganda yuzaga kelgan vaziyatlarni hal qilishga urinish vaqtidagi turli ruhiy zo'riqishlar natijasida yuzaga keladi va uning ikki turi ajratiladi: informatsion stress va emotsional stress.

Informatsion stress axborotlar oqimining nihoyatda ko'pligi, ularni o'zlashtirish uchun vaqtning tanqisligi yoki individning shaxsiy kognitiv imkoniyatlarining yetishmasligi natijasida kelib chiqadi.

Emotsional stress esa tahdid, xavf-xatar, xafagarchilik va boshqa vaziyatlarda vujudga keladi. Shu holda uning turli shakllari (impulsiv, tormozli, tarqaluvchan) psixik jarayonlarda o'zgarishlarning kechishiga, emotsional qo'zg'alishlarga, faoliyat tuzilishining motivatsion ko'chishiga, harakat va nutqda, shuningdek xulq-atvorda buzilishlarning sodir bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Stress ijobiy, safarbar qiluvchi bo'lishi bilan birga faoliyatga salbiy ta'sir qiluvchi - distress bo'lishi ham mumkin. Shuning uchun faoliyatning har qanday turini optimizatsiyalash uchun stress yuzaga kelishining sabablari haqida oldindan ogohlantiruvchi o'lchovlar kompleksini ishlab chiqish lozim.

Ilmiy adabiyotlarda stress tushunchasi atrof-muhitning yoki hayotiy sharoitlarning o'zgarishiga nisbatan organizmning muvofiqlashmagan javob reaksiyasi sifatida qaraladi. Bunday holatda stress nafaqat yoqimsiz omillarga, balki moslashishni talab qiluvchi har qanday hayotiy omillarga ham universal javob sifatida namoyon bo'ladi.

Amerika olimlari tomonidan odatiy hayotiy «qolip» muammolarning o'zgarishiga nisbatan kechadigan psixologik stresslarning ko'pchilikka ma'lum bo'lgan shkalasi ishlab chiqilgan. Bu borada quyidagi hayotdagi muammolar stress kelib chiqishining yuqori qismida turadi:

1-o'rinda turmush o'rtog'ining o'limi - 100%,

2-o'rinda oilaviy ajrimlar -73%,

3-o'rinda qamoqqa hukm qilinish -65% kabi stress holatlari qayd etilgan. Shuningdek, turmush qurish -50%, yangi uy sotib olish - 31% ham stress holatlariga

olib kelishi qayd etilgan.

Psixologik stress har doim inson organizmidagi fiziologik moslashish mexanizmining natijasi sifatida qaraladi, biologik mexanizmlar esa o'zining alohida tabiati va mazmuniga ega. Bu ikki mexanizm haqidagi tushunchani aniqlashtirib olmasdan turib, stressli ta'sirlarga nisbatan inson tomonidan bildiriladigan murakkab va qarama-qarshi xarakterga ega bo'lgan reaksiyalarni tushuntirib bo'lmaydi. Gans Selye 1907-1982 shifokor, dunyoga tanilgan biolog, Monrealdagi xirurgiya va tajriba institutida direktor bo'lib ishlagan. U 50 yilga yaqin vaqt davomida stress va umumiy moslashish sindromi muammolari ustida ishlagan. Selye Praje universitetidagi tibbiyot fakultetida bilim oladi, so'ngra o'qishini Rim va Parijda davom ettiradi. Urush tufayli Yevropadan okean orti Kanadaga ko'chib kelishga majbur bo'ladi va o'sha yerda stressni umumiy mohiyatini taxlil qilib bergan. Selye stress mexanizmlarini o'rganganda gormonlarni stressli reaksiyalardagi o'rni va endokrin bo'lmagan kasalliklarda ishtirok etishini aniqlagan. 1926 – yil Selye meditsina fakultetini II - kursida o'qib yurgan kezlarda organizmni har qanday jiddiy ta'sirga steriotipik o'xshash javob qaytarish muammosi bilan to'qnashgan. Uni qiziqtirgan narsa shu ediki, nega har – xil kasalliklar bilan og'rikan bemorlarda o'xshash belgilar va simptomlar uchraydi.

Yani ko'p qon yoqotganda, infeksiya kasalliklarda, o'tib ketgan rak kasalligida – holsizlanish, ishtaha yoqolishi, harakat sustligi, apatiya, vazn yoqolishi, ko'rinishi bemor kishilardagi kabi umumiy belgilarni kuzatgan. Gans Selye bir narsani tushunmasdi, hamma shifokorlar e'tiborni kasallikdagi alohida belgilarni va samarali terapiyani izlashgan, ammo kasallikdagi umumiy o'xshash belgilarga e'tibor berishmagan. Buni Sele "kasallik sindromi" deb nomlagan.

Keyinchalik bu konseptsiya o'n yillar mobaynida unitildi va 1936 –yilda Selye yana kasallik sindromi haqida o'ylashga majbur bo'ldi. Bu safar Selyeda tajriba o'tkazish uchun laboratoriya sharoiti bor edi va u tajribani kalamushlarda olib bordi. Muallif tomonidan asosan stress holatini adaptatsion (fiziologik va biologik) jihatdan o'rganish borasida tadqiqot ishlari olib borgan bo'lib, ularda stressning fiziologik jihatlarini talqin qilishga harakat qilingan. Xuddi shu yo'nalishda yana bir qator mualliflar ham ish olib borgan.

Stressni ijtimoiy jihatdan tadqiq qilish borasida Dj. Vitkin tadqiqotlari alohida ahamiyatga ega. U o'zining «Ayol va stress» nomli asarida olib borgan tadqiqotlari natijalariga asoslangan holda psixologik zo'riqishlarga, stresslarga olib kelishi mumkin bo'lgan sabablarni yoritib berishga harakat qilgan. Bu sabablarga muallif sevgi ob'ektini yo'qotish, «onalik mansabi»ning turli tashvishlari va yumushlari, oila, shuningdek, karera, ish va ayollarning shaxsiy qiziqishlarini kiritadi hamda bularni hayotiy vaziyatlar orqali kuzatadi. Muallif o'n yildan ortiqroq vaqt davomida o'tkazgan tajribalari asosida ayollarda uchraydigan stresslarning bir necha turlarini ajratib ko'rsatgan. Ayollarda kuzatiladigan bir qancha vaqt unutib ham, boshqalarga aytib ham

bo'lmaydigan voqealar, kasal ota-onalar yoki nogiron bolalarga qarash, ota-onasining, farzandlarining hayotning biror - bir zarbasidan keyingi tushkun holatlariga qarab ko'ngil og'rishi, o'zining oilaviy ajrashishidan keyin hayot to'xtab qolmasligi uchun nima qilish kerakligi haqidagi yoqimsiz fikrlar natijasida yuzaga keladigan stresslarning o'ta kuchliligi ayolni depressiya (o'ta kuchli ruhiy zo'riqish) holatiga olib keladi. Shuningdek muallif erkaklarda uchraydigan stresslar ustida ham tadqiqot ishlari olib borgan tadqiqotchilardan biri hisoblanib, u o'zining bu tadqiqotlari natijasida quyidagi fikrlarni beradi: erkaklar ayollarga nisbatan ayniqsa, tanqidiy vaziyatlarga nisbatan tez ta'sirlanadigan bo'ladilar. Ular stresslarga so'zlar orqali emas, balki harakatlar orqali javob beradilar, shuningdek ular tanqidiy vaziyatlarga butun diqqat - e'tiborlarini qaratishga moyilroqdirlar deb izoh beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

- 1.Р. Сапольский. «Почему у зебр не бывает инфаркта. Психология стресса». Учебное пособие. 2010г.
- 2.Р. Сапольский. Психология стресса. 3-издание. Москва. Санкт-Петербург. Нижний Новгород. Воронеж. Ростов-на Дону. Екатеринбург. 2015.
- 3.Z.Nishanova, N.Qarshieva, N.Atabaeva, Z.Qurbonova. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. Darslik. Toshkent."Innovatsiya-Ziyo".2021 y.
- 4.М.Л.Мельникова. Психология стресса:Теория и практика. Учебно-методическое пособие. Екатеринбург 2018.
- 5.N.T.Rasulova, D.X.Ulmasova. Konsul'tativ psixologiya va psixokorreksiya. O'quv qo'llanma. Toshkent-2020 y.
- 6.Sh.G.Ibragimova. Qo'llanma. Stress psixologiyasi.Toshkent-2024y.

KLINIK PSIXOLOGIYANING ZAMONAVIY MUAMMOLARI

*Umrzaqova Gulchehra Abdurasuljon qizi
Alfraganus Universiteti Pedagogika fakulteti
Psixologiya yo'nalishi 2kurs*

Zamonaviy sog'liqni saqlash tizimlarida klinik psixologiya va bolalarga tibbiy yordam ko'rsatish psixologiyasi o'rtasidagi integratsiya tobora muhimroq bo'lib bormoqda. Pediatrik bemorlarning kasallikka moslashuvi, og'riq va bezovtalikni kamaytirish, davolanishga nisbatan sadoqatni oshirish hamda kasalliklar natijalarini yaxshilashda psixologik yondashuvlar bevosita rol o'ynaydi.

Biopsixosotsial model asosida inson holati jismoniy, emotsional, kognitiv va ijtimoiy omillar doirasida o'rganiladi; shunday yondashuvlar klinik psixologiyaning

amaliy predmetini bolalar kontekstida kengaytiradi.

Klinik psixologiya – bu insonning ruhiy farovonligini asrash va tiklashga qaratilgan amaliy-ilmiy yo‘nalishdir. Klinik psixologlar insonlarning psixologik muammolarini baholaydilar va ularning tashxislarini aniqlaydilar.

Bu jarayon shaxsning tarixini, alomatlarini, hissiy holatini va hayotiy sharoitlarini baholashni o‘z ichiga oladi. U tibbiyot, psixologiya hamda nevrologiya kabi sohalarning tutashgan qismida shakllangan va rivoj topgan (Zokirov, 2019).

Klinik psixologiyaning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:

Tashxislash: Ruhiy holatdagi buzilishlarni aniqlash va baholash maqsadida psixologik testlar o‘tkazish va suhbatlar tashkil etish.

- *Psixoterapiya:* Stress, depressiya, xavotir buzilishlari, ruhiy jarohatlar va boshqa psixik holatlarni yengillashtirish maqsadida turli davolash uslublarini qo‘llash (Nemov, 2005).

- *Reabilitatsiya:* Og‘ir ruhiy kasalliklarga chalingan bemorlarning ijtimoiy va psixologik tiklanishiga yordam ko‘rsatish.

- *Oldini olish:* Ruhiy farovonlikni taminlash hamda kasalliklarning yuzaga kelishini bartaraf etish uchun tavsiyalar va maslahatlar berish.

Ushbu baholash jarayoni to‘g‘ri tashxis qo‘yish va tegishli davolash rejasini yaratish uchun muhimdir.

Bolalik davridagi har qanday kasallik asab faoliyatining qo‘zg‘alish va tormozlanish jarayonlarini o‘zgartirib yuboradi. Bolalarda tibbiy yordam jarayonlari ko‘pincha stress, xavotir, ozmi-ko‘pmi og‘riq sezgisining kuchayishi, yordam ko‘rsatish jarayoniga moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi muammolarni keltirib chiqaradi. Bularning barchasi kasallik boshqaruvi samaradorligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Pediatriya sohasida nafaqat kasalliklarni davolash, balki bolaning ruhiy holatini inobatga olish ham muhim sanaladi. Shuning uchun klinik psixologiya bolalardagi tibbiy jarayonlarni yaxshilash, bemorning depressiya, xavotir, rang-barang adaptatsion muammolarini erta aniqlash va psixologik intervensiyalar orqali qo‘llab-quvvatlash imkonini beradi. Shu bilan bir qatorda shifokorlar nafaqat kasallikni davolash, balki bemorning ruhiy holatini ham hisobga olishlari kerak.

Ayniqsa, bolalar bilan ishlashda klinik psixologiyaning yondashuvlari katta ahamiyat kasb etadi.

Bola uchun shifoxona – notanish muhit, tibbiy muolajalar – qo‘rquv manbai bo‘lishi mumkin.

Shu sababli tibbiy yordam jarayonida klinik psixologiya yutuqlaridan foydalanish bolaning stressini kamaytiradi va davolash samaradorligini oshiradi.

Xalqaro tadqiqotlar bolalarda psixologik yordamning og‘riqni boshqarish, muolajaga moslashuv, ijtimoiy-qaramlik xavfini kamaytirish va umumiy hayot sifatini yaxshilashda ijobiy rol o‘ynashini ko‘rsatadi,

Amaliy misollar

- Operatsiya oldidan psixologik tayyorlangan bola jarrohlikdan keyin tezroq tiklanadi.

- Surunkali kasalliklarga chalingan bolalarda klinik psixolog yordamida depressiya kamayadi va davolashga intilish kuchayadi.

Nogironligi bo'lgan bolalarda reabilitatsiya jarayonida klinik psixologik qo'llab-quvvatlash ijtimoiy moslashuvni yengillashtiradi.

Biroq ko'plab chekka hududlarda bolalarga yo'naltirilgan psixologik xizmatlar yetarli darajada mavjud emasligini hisobga olib, sog'liqni saqlash tizimlarida yangi protokol va yo'riqlarni joriy etish zarurati mavjud.

So'nggi yillarda bolalarda psixosomatik kasalliklar soni ortib borayotganligining sababi stress, oilaviy muhit, ta'limdagi bosim va chekka hududlardagi psixologik yordamning yetarli emasligi ushbu jarayonni yanada kuchaytirmoqda.

Klinik psixologiya va bola psixosomatika rivojlanishini chekka hududlarda qo'llab-quvvatlash bo'yicha taklif va tavsiyalar

1. Kadrlar va mutaxassislarni tayyorlash

- Chekka hududlarda psixologik xizmatni kengaytirish uchun mobil psixologik brigadalar tashkil etish. Haftasiga oyiga belgilangan grafik bo'yicha chekka punktlarga borish.

- Qishloq vrachlik punktlari xodimlari va maktab o'qituvchilarini qisqa muddatli treninglar orqali bolalardagi psixosomatik belgilarni aniqlashga o'rgatish.

- Telemeditsina va onlayn maslahatlarni joriy qilish.

2. Ta'lim va ongni oshirish.

- Ota-onalar uchun stress, hissiy muvozanat va oilaviy muhitning bola salomatligiga ta'siri haqida treninglar tashkil etish.

- Maktab psixologlarining malakasini oshirish kurslarini muntazam o'tkazish.

- Bolalar uchun hissiyotlarni ifoda etish, konfliktlarni hal qilish, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga oid darslar joriy etish.

3. Diagnostika va profilaktika

- Maktab va poliklinikalarda bolalarni psixologik skriningdan o'tkazish.

- Oilaviy anamnez asosida xavf guruhidagi bolalarni alohida nazoratga olish

- San'at terapiyasi, sport, musiqa va o'yin terapiyasi kabi psixoprofilaktik usullarni kengaytirish.

4. Resurslar va infratuzilma

- Har bir tuman markazida psixologik yordam kabinetlarini tashkil qilish.

- Psixosomatika va ruhiy salomatlikka oid qo'llanmalarni mahalliy tillarda yaratish.

- Mahalla, maktab va tibbiyot muassasalari hamkorligida bolalar uchun psixoprofilaktik dasturlarni yo'lga qo'yish.

Bola ruhiy holatini baholashga erishish – tashvish, qo'rquv, depressiv kayfiyat

yoki agressiyani aniqlash va oldini olish

- *Stressni kamaytirish* – muolaja oldidan psixologik tayyorgarlik ko'rishga erishish (o'yin terapiyasi, suhbatlar, nafas mashqlari).
- *Ishonch muhitini yaratish* – bola hamda shifokor o'rtasida ijobiy muloqot o'rnatish.
- *Ota-onalar bilan ishlash* – ota-onaning ruhiy holati bolaning davolanish jarayoniga bevosita ta'sir qiladi, shu sababli klinik psixolog ota-onaga maslahat va amaliy tavsiyalar berishi.
- *Reabilitatsiya jarayonida yordam* – kasallikdan keyingi psixologik moslashuvni ta'minlash.
- *Somatik va psixologik sog'liqning o'zaro ta'sirini yaxshilash* Bola organizmidagi og'riq, kasallik va cheklovlar ruhiy tushkunlikka olib kelishini oldini olish va shu jarayonda klinik psixologiya bolaning ruhiy holatini yengillashtirish orqali davolash jarayonini tezlashtirilishi
- *Stress va immunitet*: Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ruhiy stress bolalarda immun tizimining zaiflashishiga olib keladi. Demak, psixologik yondashuv bilan stress kamaytirilsa, immunitet mustahkamlanishiga erishish
- *Qo'rquvni kamaytirish*: Klinika sharoitida bolalarning igna, og'riq yoki shifokordan qo'rqishi keng tarqalganligi bois klinik psixolog, bu qo'rquvni nazorat qilish va yengillashtirish usullarini ishlab chiqishi
- *Davolashga motivatsiya*: Bola muolajaga ijobiy munosabatda bo'lsa, dori-darmonlarni qabul qilish, tartib-qoidalarga amal qilish osonlashadi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, klinik psixologiya va bola psixosomatikasini rivojlantirishda chekka hududlarga alohida e'tibor qaratish zarur. Bu jarayon integratsiyalashgan yondashuv, mutaxassislar tayyorlash, ota-onalar va jamiyat ongini oshirish, shuningdek, diagnostika va profilaktika choralarini kuchaytirish orqali amalga oshirilishi mumkin. Vaqtida ko'rilgan choralar bolalarda psixosomatik kasalliklarning oldini olish, sog'lom avlod tarbiyalash va jamiyat ruhiy salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Xulosa. Bolalarga tibbiy yordam ko'rsatishda psixologik yondashuv shifokor va ota-onalar uchun muhim masaladir. Bola ruhiy holatiga e'tibor qaratish orqali davolash samaradorligi oshadi, qo'rquv va stress kamayadi, bolaning sog'ayish jarayoni tezlashadi. Shuning uchun pediatriya amaliyotida nafaqat tibbiy bilim, balki bolalar psixologiyasi bo'yicha bilim va ko'nikmalar ham zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Cherry (2020), Psychology Today (2021), BetterHelp (2017) (universalpublishings.com)

2. ©Z. Ibodullayev. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik., 3-nashr., T.; 2019., 494b.
3. © Ibodullayev ensiklopediyasi., 2022 y; ©asab.cc American Psychological Association.
4. Handbook of Health Psychology. New York: APA Press, 2018. – P. 90–121.
5. 2. Freud S. Psixoanaliz va psixosomatik simptomlar. Moskva: “Eksmo”, 2012. – B. 112–138.
6. 3. Karimova L.M. Klinik psixologiya asoslari. Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020. – B. 25–48.
7. 4. Nemov R.S. Psixologiya: Asosiy yo‘nalishlar. Moskva: “Vlados”, 2005. – B. 305–322.
8. 5. Sirojiddinov M.Q. Stress va uning organizmga ta’siri. Buxoro: “Afsona print”, 2022. – B. 77–95.
9. 7. Zokirov A.A. Tibbiyot psixologiyasi. Toshkent: “O‘qituvchi”, 2019. – B. 55–73.

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARGA CHET TILI O'RGATISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Karimova Nilufar Raimjonovna -
UBS pedagogika va psixologiya kafedrasi
dosenti, (PhD)*

Bugungi kunda xorijiy tillarni bilish ko'nikmasi ta'limning ajralmas qismlaridan biri bo'lib bormoqda. Bu boshlang'ich ta'lim jarayonini ham chetda qoldirgani yo'q. Yoshlar ta'limi davomida xorijiy tillarni o'rgatishning ahamiyati sezilarli darajada oshdi. Hozirgi kunda boshlang'ich ta'limga etibor berish, davlatning ijtimoiy, iqtisodiy va ma'naviy jihatdan rivojlantirish demakdir.

Yoshlarimiz zamonaviy va har taraflama yetuk malaka ega kadr bo'lib yetishishlari uchun hamma sharoitlar yaratilgan. Bundan tashqari yuksalish asrida bilim olishga anchagina ko'proq e'tibor qaratilgan.

Shularni inobatga olgan holda, “Boshlang'ich ta'lim tizimini boshqarishni takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori va shu bilan birga “Boshlang'ich ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi” tasdiqlandi. Bu hujjatlarda boshlang'ich ta'lim tizimi tarmog'ini yanada kengaytirish, bollarni o'qitishning zamonaviy hamda samarali metodikalaridan foydalanish va boshlang'ich ta'lim muassalarini malakali kadrlar bilan ta'minlash, o'quvchilarni maktab ta'limiga tayyorlash kabi masalalar aks etgan.

Boshlang'ich ta'lim - yoshlarimiz ta'limi va tarbiyasining ilk bosqichi hisoblanadi. Ammo o'quvchilar kattalarnikidan farqli ravishda kelajakni, ertani o'ylab o'rganishmaydi. Ingliz tilidagi mashg'ulot «shu yerda va aynan hozir» manosida o'tkazilishi kerak. O'quvchilar chet tilini hikoyalarni tushunish yoki o'yinlarda g'alaba qozonish orqali osonroq o'rganadilar.

Agarda xohlasalar, o'zlari ishtirokidagi o'yinlar orqali o'rgangan ma'lumotlarini mustahkamlab oladilar. Bir tomondan, til bilan ifodalangan kontent o'quvchilar hayoti, kundaligi bilan bog'liq bo'lishi kerak, boshqa tomondan, o'quvchilarni muloqotga chorlaydigan faoliyat yoki vazifalar qiziqarli va muhim bolishi kerak. O'quvchilar mashg'ulot davomida o'zlarini o'yinning bir qismi sifatida tushunishadi va huddi asar qahramonidek o'zlarini tutishadi, harakat qilishadi.

Boshlang'ich yoshda, odatda, chet tillarni o'rganish hayotiy situatsiya va o'yinlarga asoslangan harakat usullaridan foydalangan tarzda o'rganilganda juda samarali hamda muvaffaqiyatli bo'ladi. Agar o'yinli-syujetli situatsiyalar orqali chet tili o'rgatilsa, barcha o'quvchilar bajonu-dil ishtirok etishadi, sababi ular shu tarzda o'sha situatsiyaning bir bo'lagi ekanligini his etishadi.

O'quvchilar chet tili bilan, birinchi navbatda, o'z xonalarida birga "yashaydilar". Shuning uchun xonada muloqot imkoni bo'lsa, o'sha chet tilida bo'lishi kerak. O'quvchilar nafaqat yo'riqnomalarni tushunish bilan cheklanib qolmasdan, balki chet tili orqali o'z ehtiyojlarini ifodalashlari ham mumkin. Shu nuqtai nazardan, ingliz tilida gaplashadigan shaxs (ona tili bo'lgan)lar bilan muloqot qilishi, xonaga taklif etish ham foydali hisoblanadi. Konstruktiv yondashuvga ko'ra, o'quvchilar imkon qadar ko'proq tilda o'zlari so'zlar mazmunini, qoidalarni bilib olishlari kerak. Bu shuningdek, ularning asosiy fikrlash qobiliyatini rivojlanishiga yordam beradi. Barcha o'quvchilar singari, o'quvchilar ham turli xil ta'lim uslublariga ega.

O'quvchilar uchun moljallangan ta'lim barcha ta'lim uslublarini hisobga oladi. Taktik va kinestetik o'rganish turlari o'quvchidan alohida e'tibor talab qiladi. Boshlang'ich ta'limda o'quvchilarning iqtidorlari, malakalari, bilimlari va qiziqishlari kengroq o'quvchidi.

Chet tilini o'rganish, shuningdek, o'rganuvchining yaxshi tushuna olish qobiliyatiga bog'liqdir. Chet tilini o'rgatish mobaynida har bir o'quvchini harakati uchun rag'batlantirib borish talab etiladi. Ularda akustik, kinestetik, ritmik va vizual farqlashni rivojlantirish kerak. O'quvchilar tez o'rganishadi, lekin tezda unutishadi. Shuning uchun, nutqni bir necha bor takrorlab, shu mavzuga doir o'yin yoki tarqatmalar orqali o'quvchilarning esida qolishiga yordamlashish mumkin.

Xorijiy tillarni muvaffaqiyatli o'rgatish keng qamrovli usullarni talab qiladi. Bunga yana bir misol sifatida, o'quvchilarga ingliz tilidagi yoki o'zlari o'rganayotgan tildagi "listening" ya'ni eshittirishlarni qo'yib berish hamda bu o'quvchiga qanchalik ta'sir qilishini kuzatish zarur. Agar ularga bu eshittirishlar tushunarsiz bo'lsa undanda osonroqlarini tinglatish zarur. Shuningdek "listening" dagi so'zlarni avval tarjimasini

yozdirib ularga ma'nosini tushuntirish hamda nutqiy faoliyatda qanday qo'llanilishini tushuntirish lozim.

Albatta bu o'quvchilar kayfiyatiga va mashg'ulotga bo'lgan qiziqishlariga ta'sir qiladi. Bundan tashqari o'quvchilarni mashg'ulotga qiziqtirish va ingliz tilini yaxshi o'rganishlari uchun ko'plab metodikalar mavjud.

Masalan, barchamizga ma'lumki, pedagoglar o'quvchi xatolarini qizil ruchkada tekshirishadi. Aksincha, tarbiyachilar yashil ruchkada ularning to'g'ri yozilgan so'zlarini tekshirishsa va ularni rag'batlantirsa, ya'ni e'tiborni kamchilikka emas yutuqqa qaratlsa, albatta, o'quvchida o'ziga bo'lgan ishonch va bu fanga bo'lgan qiziqish ortadi. Bundan tashqari yana, o'quvchilar fikrini jamlashi uchun 3 4 5 6 metodikasi ham qo'l keladi. Ya'ni, mashg'ulot boshida doskaga 3 4 5 6 ta katakli jadval chiziladi hamda ulardan o'tgan mashg'ulot yodlagan so'zlarini shu katak ichiga joylashtirish so'raladi.

Albatta, bu metodika o'quvchilar diqqatini jamlashga va o'tgan mavzuni eslab olishga yordam beradi.

Boshlang'ich yoshidagi o'quvchilarga chet tilini o'qitishda quyidagi o'yinlardan foydalanish tavsiya etiladi:

1. Vaziyatli o'yinlar;
2. Raqobatbardosh o'yinlar;
3. Ritmik musiqiy o'yinlar;
4. Badiiy-ijodiy o'yinlar.

Vaziyatli o'yinlar-u yoki bu sabablarga ko'ra aloqa vaziyatlarini simulyatsiya qiladigan rol o'ynash o'yinlarini o'z ichiga oladi. Rol o'ynash bu o'quvchilarning muayyan rollarini bajarish, turli xil hayotiy vaziyatlar o'ynaladigan o'yin faoliyati hisoblanadi. Masalan, sotuvchi-xaridor, shifokor-bemor va boshqalar. Raqobatbardosh o'yinlar-lug'at va savodxonlikni targ'ib qiluvchi ko'pgina o'yinlarni o'z ichiga oladi. Bu turdagi o'yinlarga krossvord, kim oshdi savdolari, buyruqlarni bajarish va shu kabi o'yinlar kiradi.

Ritmik musiqiy o'yinlar-bu har qanday an'anaviy o'yinlardan farqli ravishda, masalan, sheriklar tanlovi bilan raqs tushadigan o'yinlar bo'lib, bu muloqot qobiliyatlarni o'zlashtirishga emas, balki nutqni yaxshilashga yordam beradigan o'yinlar sirasiga kiradi.

Badiiy-ijodiy o'yinlar-bunday o'yinlar o'quvchining badiiy ijod chegarasida turgan faoliyat turi bo'lib, bunday o'yinlar orqali o'quvchilarning ichki dunyosini kashf qilish mumkin.

Bunday metodikalardan tashqari multfilmlar ham o'quvchilar uchun ingliz tilini o'rganishda eng yaxshi yordamchi hisoblanadi. O'quvchilar multfilmlarni yaxshi ko'radilar va ularni ketma-ket tomosha qilish ularga pozitiv kayfiyat bag'ishlaydi. Shuning uchun ingliz tilidagi multfilmlar bir vaqtning o'zida o'quvchilarning pozitiv-kommunikativ sifatlarini shakllantirish bilan birga chet tilini o'rgatishning

ko'plab muammolarini hal qilishga yordam beradi.

Boshlang'ich ta'limda ingliz tilini o'rganish "Shexter" usuli, ya'ni "nazariydan amaliyotga" klassik modelga emas, balki teskari, tabiiyroq idrok tizimiga asoslanadi. Bunda o'quvchilarga ona tilimizni o'rgatishimiz juda qulay. Yosh o'quvchilar qanday gapirishni bilmaydilar.

O'qituvchilar tomonidan kerakli jumlar va nutq qismlarini qurish qoidalarini tushuntirilib, didaktik o'yinlar orqali ingliz tilini zamonaviy usullarda o'rgatiladi. Bunda (salomlashish, xayrlashish, qisqa mashqlar, ingliz tilida qabul qilingan xushmuomalalik formulalaridan foydalanish) o'quvchilarga chet tili aloqasini o'rnatishga imkon beradi, ingliz tiliga o'tishni osonlashtiradi, o'quvchilarga mashg'ulot boshlanganligini, endi mashg'ulotning ma'lum bir bosqichi o'tishini ko'rsatadi. Metodning muvaffaqiyatli bo'lishining eng muhim sharti o'quvchilarning nutq-fikrlash faoliyatini faollashtirish va ularni chet tili muloqotiga jalb qilishdir.

O'quvchilarda ingliz tilini o'qitishda o'quvchilarni yosh va psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda, ulardagi chet tilini o'zlashtirishga bo'lgan qiziqish, ehtiyojni to'la qondirishga yordam beruvchi pedagogik texnologiyalarga asoslangan zamonaviy didaktik ishlanmalarni tayyorlash va ularni amalga oshirishning mustahkam mexanizmini ishlab chiqish muaommoning amaliy yechimini ta'minlaydi. Yosh o'quvchilarni ingliz tilini o'rganish uchun qiziqarli va rag'batlantiruvchi turli vaziyatlar hosil qilish va o'quvchilarni unda faol ishtrok etishlarini ta'minlash barcha mavjud imkoniyatlardan foydalanish ayniqsa muhim ahamiyatga ega.

O'quvchining tayyorligi har qanday o'quvchi alohida shaxs individ hisoblanadi, tabiiyki ulardagi rivojlanish bosqichlari ham bir biridan farq qiladi. Psixologlarning fikricha o'quvchini erta yoshdan gapirishga majbur qilish yoki uni tengdoshlariga qiyoslab rivojlantirishga harakat qilish ko'p hollarda aks ta'sirini beradi va yaxshi bo'lmagan natijalarga olib keladi. Maktab yoshidagi o'quvchilarga chet tilini o'rgatishda psixologik xususiyatlarni, ya'ni ularning qiziquvchanliklarini va serhafsasaliklarini inobatga olish lozim. Shuningdek, o'quvchilar uzoq muddat davomida o'z diqqatlarini bir turdagi faoliyatga qarata olmasliklarini yodda tutish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 30-sentabrda
"Boshlang'ich ta'lim tizimini boshqarishni takomillashtirish chora-
tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3955-sonli qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-maydagi
"O'zbekiston Respublikasi boshlang'ich ta'lim tizimini 2030-yilgacha
rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi PQ-4312-sonli qarori

3. Berdiyeva, S. Bo'ranova Boshlang'ich va boshlang'ich ta'limda nutq o'tirish mashg'ulotlari orqali o'quvchilarning mustaqil fikrlash qobiliyatlarini shakllantirishning samarali usullari.
4. Muminova F.M. "Ingliz tilini o'qitishda zamonaviy innovatsion texnologiyalaridan foydalanish,,.
5. "O'qituvchi" nashriyot-matbaa ijodiy uyi. Toshkent 2012.3. David A. J, Eggen, P Kauchak. O'qitish usullari. Talabalarning bilim olishini targ'ib qilish[M] 2002.
6. Jalolov J.J. Chet til o'qitish metodikasi.-T.:O'qituvchi,2016 y.

O'ZBEK PSIXOLOG OLIMLARI TOMONIDAN OILA VA OILAVIY MUNOSABATLAR MUAMMOSINING O'RGANILISH HOLATI

*Abdurayimov Sardorbek Odiljon o'g'li
University of Business and Science universiteti,
Pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi.*

Kirish. Jahonda bugungi ,kun nuqtayi nazaridan ko'p sonli resurslar va xavf-xatarlar bilan ajralib turadigan zamonaviy jamiyatda muvaffaqiyatli oila qurishning psixologik jihatlarini, yoshlik davrida ushbu masalalardan xabardorlik omillarini o'rganish muammosi tobora dolzarb bo'lib bormoqda. Oila inson hayotining alohida sohasi sifatida bugungi kunda mahalliy va xorijiy tadqiqotchilarning e'tiborini tortmoqda.

Asosiy qism. Malakatimiz olimlari M.G.Davletshin, G.B.Shoumarov, O.Musurmanova, N.M.Egamberdieva, N.A.Soginov, V.M.Karimova, R.S.Samarov, Z.T.Nishanova, SH.R.Barotov, U.D.Kodirov, O'.B. Shamsiev, D.SH. Barotova, R.Dushanov, E.G'oziyev, F.A.Akramova, M.A.Utepbergenov, N.Salaeva, G.Niyazmetova, E.Tuymuradov, M.X.Karamyan, N.X.Lutfullaeva, Z.A.Rasulova, G.Z.Ziyavitdinova, O.Xasanova, E.N. Sattarov, O.Turaeva va boshqalar tomonidan ham bir qator ilmiy izlanishlar olib borilgan bo'lib, ularda o'zbek va boshqa millat oilalarining etnopsixologik xususiyatlari, oilaviy nizolarning ijtimoiy-psixologik sabablari, ularning o'ziga xos xususiyatlari o'rganilgan. Eski falsafiy lug'atlarda "Oila - bu jamiyatning yacheykasi (kichik ijtimoiy guruh), er-xotinlik hamda ota-onalik munosabatlarini tiklash orqali shaxsiy turmush tarzini tashkil etishning muayyan ko'rinishi, ya'ni, bir yerda umumiy xo'jalik yuritadigan er va xotin, ota-onalar va farzandlar, aka-ukalar va opa-singillar hamda boshqa qarindoshlarning birgalikda yashashini ifodalovchi muhim bo'g'in" deb ta'rif berilgan. Bu kabi ta'riflardan oilaning 4 ta muhim tavsifi kelib chiqadi:

1. Oila - jamiyatning bo'gini (kichik ijtimoiy guruh);
2. Oila - shaxsiy yashash tarzini tashkil etish shakli;

3. Oila - er-xotinlarning birlashuvi;

4. Oila - er-xotinlarning boshqa yaqin qarindosh: ota-onalari, aka-ukalari, opa-singillari, momolar va bobolar, farzandlar va ularning farzandlari bilan ko'pqirrali munosabatlar o'rnatish imkoniyati [76;16-b]

Natijalar va muhokamalar. V.M.Karimova o'zbek oilasi to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlarning turli guruh vakillarida namoyon bo'lishini empirik jihatdan o'rganadi. Empirik tadqiqot jarayonida oilaviy-ijtimoiy tasavvurlarning turli yosh va jins vakillarida o'ziga xos tarzda namoyon bo'lishi hamda ularning shaxs va guruhlarning hayot tarzi, ma'lumot darajasi, kasb-kori va hayotiy tajribasiga bog'liqligi asoslanadi.

Uning muallifligidagi oliy o'quv yurtlari bakalavr bosqichidagi talabalar uchun yaratgan oila psixologiyasi darsligida oila yo'nalishida o'tkaziladigan tadqiqotlarda uning ijtimoiy guruh sifatida o'zigagina xos bo'lgan sifatlari, xususiyatlari borligini unutmaslik lozimligi ko'rsatiladi. Bular quyidagilar:

- bir emas, bir necha umumiy maqsadlarning bo'lishi; ya'ni, agar mehnat jamoasida a'zolari birlashtiruvchi yagona maqsad tan olinsa, oilada bunday maqsadlar bir nechta ham bo'lishi mumkin va ular oilaviy hayot mobaynida o'zgarib ham turadi. Masalan, yaxshi niyat bilan birgalikda yashash maqsadiga keyinchalik sog'lom farzand ko'rish, o'g'il bola bo'lsa, sunnat to'yi qilish, farzandni maktab ta'limiga tayyorlash, to'y qilish, uylantirish kabi qator yirik maqsadlar va orzu-havaslar paydo bo'laveradi, oilaviy hayotning mazmuni va uning jozibasi ham ana shu kabi maqsadlar va ularni amalga oshirishda er-xotin inoqligi, hamfikrligi bilan belgilanadi;

- Oila a'zolari manfaatlari, qiziqishlari va intilishlari muayyan tafovutlar va kelishmovchiliklarning tabiiy holat ekanligi;

- ayniqsa, bu oilada katta avlod vakillarining tartiblari bilan ularning farzandlari o'rtasidagi ziddiyatlarda ham ifoda etadi (avlodlararo ziddiyat), ko'p holatlarda bu kabi tafovut yoki ziddiyatlar konstruktiv xarakter ham kasb etadi;

- Alohida yashaydigan oilada er-xotin munosabatlarining boshqa munosabatlarga sezilarli ta'siri, masalan, farzandlarning tarbiyalanganlik darajasiga;

- Oilaviy murosa yoki hamjixatlikka boshqa qarindoshlar, masalan, keksalarning ta'siri;

- Oila a'zolari o'rtasida hamkorlik faoliyati va uning samarasi unchalik sezilmasligi, masalan, oilada erning o'z o'zni va mashg'ulotlari, ayolning o'z o'zni va vazifalarining bo'lishi va har doim ham birga bir ishni qilishib ketmaslik. Oilaviy hasharlar yoki boshqa tadbirlar bundan mustasno;

- Muomala va o'zaro hurmat normalarining katta ahamiyatga ega ekanligi, hamisha bir-birining ko'ngliga qarashning oila mustahkamligi omili ekanligi;

- Oilada o'zaro sir, yashirin, xufyona ishlarning oilaviy munosabatlarga salbiy ta'siri.

F.A.Akramova o'zining ilmiy izlanishlarida O'zbekistonda oilaviy psixologik xizmatning ijtimoiy-psixologik muammolarini tadqiq etgan. Xususan oilaga psixologik

xizmat olib borishda mutaxassis psixolog, ijtimoiy xodimning o'rni eng muhim mezon sifatida qaralib, uning malakasi, tajribasi, nutqi, ilmi, yoshi, jinsi o'ziga xos ta'sirga ega ekanligi;

- faoliyatini olib borish uchun oila psixologiyasiga oid zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va tajribaga ega bo'lishi;

- psixologik xizmatda oila a'zosining manfaatlarini inobatga olish zarurligi, mijoz to'g'risidagi ma'lumotlar maxfiy bo'lishi;

- oila psixologining mijozlari va hamkasblari bilan muloqot qilishda xushmuomala bo'lishi zarurligi kabi etik tamoyillar tahlil qilingan, ularni amaliyot jarayonida qo'llashga doir tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Yangi davr psixolog tadqiqotchilar xususida so'z yuritadigan bo'lsak, so'nggi yillarda ham bir qator tadqiqotlar olib borildi.

E.S.Uletbayeva Qoraqalpoq yoshlarini oilaviy hayotga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik muammolarini ochib berish va ularni hal etish yo'llarini ishlab chiqish orqali ushbu tizimni yanada takomillashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqish borasida ish olib borgan. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda ijtimoiy rollarga identifikatsiyaning oilaning felitsitologik funksiyasi bilan uyg'unlashuvi simpatiya hissini kuchaytirganligini tadqiq etgan.

X.Abdusamatov migrant oilalarning ijtimoiy-psixologik muammolari va yechimlari nomli doktorlik dissertatsiyasida Migrant va migrant bo'lmagan oilalardagi etnomadaniy va krossmadaniy omillarning differensiyasi ulardagi qadriyatlarning iyerarxiyasidagi hayotiy mazmun ko'rsatkichlarining darajalanishiga ta'sir etishi. Migrant va migrant bo'lmagan oilalardagi instrumental qadriyatlarni tanlash jihatidan ham sezilarli farqlar mavjudligi «mustaqillik», «o'z fikrini erkin ifoda etish», «ziyraklik» kabilarda migrant oilalar ko'proq ustunlik ega bo'lishi hamda aynan ushbu qadriyatlarning ularda ustuvorlik kasb etishi mehnat motivatsiyasining, begona joylarga moslashish jarayonining inqirozsiz o'tishida rol o'ynashi mumkinligi tadqiq etilgan.

S.B.Kabulova ilmiy tadqiqot ishida oilaviy shajaraning shaxs professional shakllanishiga ta'sirini psixologik xususiyatlarini o'rgangan.

Hususan muallif, farzandning «ota kasb»ga intiluvchanligi «psixologik meros» va «nasliy meros» fenomenlari ta'siri natijasida sulola vakilining ichki tuyg'usi va genetik asosidan kelib chiqib subsotsial obyektlarga yo'nalganligi bilan identiv namoyon bo'lishini o'rgangan.

O.E.Eshmuradov oila mustahkamligini ta'minlashning ijtimoiy-psixologik omillarini tadqiq qilish va oila mustahkamligini ta'minlash bo'yicha bir qancha ishlarni amalga oshirgan.

Xususan, Oila mustahkamligiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar: nikoh qurish motivlari, oilaning psixologik muhiti, er-xotinlik ittifoqi ijtimoiy geterogenlik, nikoh oldi tanishuv muddati, yoshlarda bo'lajak oila haqidagi tasavvurlarning yetarli emasligi va noadekvatligi, oilaviy o'zaro munosabatlar xarakteri, oilada erkak va

ayolning ijtimoiy psixologik maqomi, dunyoqarash va e'tiqodning nomuvofiqligi, jinsiy nomutanosiblik, yigit va qizlarning oila qurishga ruhiy jihatdan tayyorligi kabilar bilan bog'liqligini tadqiq etgan.

O'.B.Shamsiyev oilaviy xolding va ona tajribasi doirasida namoyon bo'luvchi onalik sifatleri asosida ijtimoiy ustanovka komponent (affektiv, kognitiv, va operatsional)larini o'rgangan.

G.S.Yunusova O'zbekiston sharoitida to'liq va noto'liq oilalar muhitida ona shaxsi ta'sirida o'smir va ilk o'spirinlarning hayotiy qadriyatlarga munosabatlari, istiqbol to'g'risidagi tasavvur va mo'ljallarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tadqiq etgan.

To'liq oilada tarbiyalangan o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshidagi o'g'il bolalar va qizlarning shaxsiy qadriyatlar tizimi, ijtimoiy mo'ljallar, istiqbol to'g'risidagi tasavvurlari jumladan, kelgusidagi oilaviy hayot to'g'risidagi bilim va tasavvurlari noto'liq oilada tarbiyalanayotgan farzandlarnikidan real ijobiy mazmun kasb etishini tadqiq etgan.

Xulosa. Oilaviy hayot subyektning butun hayoti davomida katta ahamiyatga ega, shuning uchun uning muvaffaqiyatiga hissa qo'shadigan omillar va shartlarni tushunish katta ahamiyatga ega. Aynan oilada rivojlanayotgan shaxs dunyo bilan o'zaro munosabatlarning turli modellarini o'zlashtiradi, kelajakda o'z oilasini qurish uchun asos yaratadi.

Ota-onalarning oilasida to'plangan tajriba nikohning muvaffaqiyatini ta'minlashning mumkin bo'lgan variantlari bo'yicha subyektiv tasavvurlarni shakllantirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1.O.Eshmuradov. Oila mustahkamligini ta'minlashning ijtimoiy-psixologik omillari mavzusidagi psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori dissertatsiyasi 2022 yil

2. Oila axloqi va odobi: Majmua. T., 2005. — 200 b.

3. Oila psixologiyasi. (Shoumarov G'. B. tahriri ostida). T., 2000.

4.Karimova V. M. Ijtimoiy psixologiya asoslari 1998

5.Karimova V.M. Oila: Ijtimoiy himoya omillari. Ilmiyommabop maqolalar to'plamlari., // Prof. V.M.Karimova tahriri ostida. T.: 2007. – 118 b.

6.Shoumarov G'.B., Haydarov I.O., Sog'inov N.A. va boshq. Oila psixologiyasi: Akad. Litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun qo'l. / G'.B.Shoumarovning tahriri ostida. O'zbekiston Respublikasi oliy va o'rta-mahsus ta'lim vazirligi, o'rta-mahsus, kasb-hunar ta'lim markazi. - T.: «Sharq», 2010. – 296 b.

SHARQ ALLOMALARINING OILA VA TURMUSH MUNOSABATLARIGA OID QARASHLARI

Abdurayimov Sardorbek Odiljon o‘g‘li
University of Business and Science universiteti,
Pedagogika va psixologiya kafedrası o‘qituvchisi.

Kirish .Inson va insoniy munosabatlar, shaxs va uning kamoloti muammolari qadimdan buyuk mutafakkirlar, olimlar va donishmandlarning diqqat markazida bo‘lib kelgan. Sharq allomalari, jumladan, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Alisher Navoiy va boshqa ko‘plab mutafakkirlar o‘z asarlarida oila va oilaviy munosabatlarga alohida e‘tibor qaratganlar.

Ularning qarashlari shaxsning aqliy va axloqiy kamolotida, barkamol avlodni tarbiyalashda hamda jamiyat barqarorligini ta‘minlashda oilaning o‘rnini chuqur ochib beradi.

Sharq mutafakkirlarining pedagogik va psixologik qarashlarini tahlil etish bugungi kunda ham oila institutining ijtimoiy ahamiyatini yanada chuqurroq anglash, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga asoslangan yondashuvlarni rivojlantirish imkonini beradi.

Markaziy Osiyo xalqlarining “Alpomish”, “Kuntug‘mish”, “Go‘ro‘g‘li”, “Oysuluv”, “Layli va Majnun”, “Yusuf va Zulayho”, “Manas”, “Qizjibek” singari doston va ertaklarida ezgu insoniy qadriyatlar, sadoqat, muhabbat hamda yorga vafo mavzusi madh etilgan. Ayol esa doimo erkak uchun sodiq hamroh, dono, zukko va osoyishtalik posboni sifatida ulug‘langan. U – oilaga baxt va baraka olib keluvchi farishta timsolida tasvirlangan. Ayniqsa, “Alpomish”, “Qizjibek” va “Manas” kabi mashhur dostonlarda nikoh urf-odatlariga katta e‘tibor berilgan bo‘lib, yigitning jismoniy mahorati muhim mezon sifatida ko‘rsatilgan. Ushbu asarlar qadim zamonlardayoq yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash an‘analarini yoritib, bizga aniq tasavvur bera oladi.

Zardushtiylikning muqaddas bitigi – “Avesto”da ham oila va nikoh axloqlari, otalar hamda farzandlar o‘rtasidagi munosabat, ularning burch va majburiyatlari haqida muhim fikrlar bayon etilgan. Uylanish va kelinning fazilatlarini xususidagi qimmatli qarashlar bugungi kunda ham o‘z dolzarbligini yo‘qotmagan.

Shuningdek, “Avesto”da oilaviy munosabatlar, er-xotin burchlari va farzand tarbiyasi borasida bir qator muhim tamoyillar ilgari surilgan. Unda qarindoshlar o‘rtasida oila qurish qat‘iyan taqiqlangan bo‘lib, bu qavm va urug‘ qonini toza saqlash, avlodning sog‘lom va barkamol bo‘lishi uchun muhim sanalgan.

“Sharq mutafakkirlarining barchasini g‘oyaviy jihatdan birlashtirgan asos shu bo‘lganki, ular shaxs tarbiyasi va kamolotida oilaning, oilaviy tarbiyaning rolini yuqori qo‘yishgan, ayniqsa, shaxsning aqliy va axloqiy kamolotida oilaning o‘rni,

ota-ona va yaqin kishilarning yo'naltiruvchi va tarbiyalovchi vazifalariga alohida e'tibor berganlar. Ular faqat oiladagina rivojlanishi mumkin bo'lgan sifatlar halollik, poklik, mardlik, mehribonlik, haqgo'ylik kabi qator fazilatlarni barcha sifatlardan yuqori qo'yishlari bilan birga insoniy munosabatlarda namoyon bo'ladigan yuksak fazilatlar, avvalo, ota-onadan bolaga o'tishi va ularning jamiyat taraqqiyotiga ijobiy ta'siri kabi qimmatli fikrlar va bu boradagi amaliy ko'rsatmalarni o'z falsafiy-axloqiy, sotsiologik va psixologik qarashlarida ifodalab berganlar" [96; 24 b]. Demak barcha davrlarda oila shaxsning baxt va totuvlik manbai sifatida o'rganilgan va o'rganilib kelmoqda.

"Eng ahamiyatli jihati shundaki, unda er-xotinni o'zaro sodiq, g'amxo'r, mehribon bo'lishlari lozimligi va ayolning haq-huquqini himoya qilish o'sha davrda ham qonun darajasiga ko'tarilganligi ma'lumdir. Umuman olganda, zardushtiylik davridanoq oila masalalariga katta e'tibor qaratilgan bo'lib, bu esa oilaning jamiyatda tutgan o'rni va mavqeyini mustahkamlash uchun azal davrlardanoq zamin yaratilganligini kuzatamiz" [96; 23 b].

Islom dinining asosiy manbalaridan biri bo'lmish Qur'on hamda hadislarda axloq-odob qoidalari, ayollarning oiladagi mavqei va vazifalari, er-xotin o'rtasidagi munosabatlar, farzand tarbiyasi, nikoh, oila boshqaruvi va muhabbat masalalari keng yoritilgan.

Har bir ota-ona farzandiga kuyov yoki kelin tanlashda bo'lajak qudalarining nasl-nasabini o'rganishi, shuningdek, har bir musulmonning o'z "yetti pushti"ni bilishi lozimligi haqida ilgari surilgan talablar ham islomiy qadriyatlar asosidan o'rin olgan. Qur'oni Karimning "Baqara" va "Niso" suralarida nikoh, oilaviy tarbiya hamda o'zaro munosabatlarga katta urg'u berilgan.

Dunyoga mashhur alloma va ma'rifatparvar Abu Nasr Farobiy inson baxt-saodati, kamoloti, ta'lim-tarbiyasi, axloqi hamda din bilan bog'liq qarashlarini "Fozil odamlar shahri" va "Baxt-saodatga erishuv haqida" asarlarida bayon etgan. Farobiy oilaviy hayot va er-xotin munosabatlarida uchraydigan ortiqcha urf-odatlardan voz kechish zarurligini ta'kidlab, quyidagicha fikr bildiradi: "Rahbar (er yoki xotin) o'tmishdagi yomon odatlarni o'zgartirishi shart.

Aks holda, agar eski tartiblarga so'zsiz amal qilinsa, turmush rivojlanish, o'zgarish va yengillikdan mahrum bo'ladi." Shuningdek, u shunday xulosaga keladi: "Baxt-saodat sari intilishda inson uchun foydali bo'lgan bilim, odob-axloq va kasb-hunarni asrab-avaylash, mustahkamlash, zarar keltiruvchi odatlarni esa foydali fazilatlarga aylantirishga intilish lozim."

"Sharq mutafakkirlaridan yana biri – Abu Rayhon Beruniyning oilaviy munosabatlar haqidagi qarashlari ham alohida e'tiborga loyiqdir. Beruniy o'z qarashlarida, ayniqsa, xotin-qizlar tarbiyasiga alohida e'tibor qaratadi. U o'zining «Minerologiya» asarida oila qurayotgan qizlarga ota-onaning nasihatlarini keltirib, oiladagi tinchlik totuvlik, baxtiyorlik ko'proq ayollar zimmasiga tushishini ta'kidlaydi

va shunday yozadi: “Ey qizim! Sen o‘rgangan uyingdan ketib, notanish xonadonga tushmoqdasan. Sen bo‘lajak kuyovingning hamma xislatlarini bilmaysan. Sen yer bo‘l, u esa osmon bo‘ladi. Demak, sen u bilan shunday yo‘l tutki, uning oldida yer kabi kamtar bo‘lsang, u osmon kabi olijanob bo‘ladi. Osmon shifobaxsh yomg‘iri bilan yerni ko‘kartirgani kabi u ham o‘z mehru shafqati bilan seni xushnud etadi. Yana sen unga kanizak bo‘lsang, u senga xizmatchi bo‘ladi. Ering sendan faqat yumshoq va shirin so‘zlargina eshitsin, yaramaydigan yoki eski libosda yoki yuzlaringga oro berilmagan va sochlaring tartibga solinmagan holda uning oldida o‘tirma”.

Abdulloh ibn Jafar ismli ota o‘z qizini turmushga chiqarayotib shunday deydi: – Sen rashk qilishdan saqlangin, chunki bu ajralib ketishning kalitidir. Eringga hadeb gina qilaversang nafratni uyg‘otadi. Yaxshisi, sen ering bilan xushmuomala bo‘lgin, bu har qanday sehr-jodudan yaxshidir va suvdan foydalangin, bu xushbuy narsalarning ichida eng birinchisidir” [91; 18 b].

Beruniyning qarashlarida oilaviy osoyishtalik bevosita dono, farosatli va yaxshi tarbiya ko‘rgan ayollar qo‘lida ekanligi alohida ta’kidlangan. Oilaviy munosabatlar masalasida diqqatga sazovor fikrlar bildirgan ulug‘ mutafakkirlardan biri – Abu Ali ibn Sino sanaladi. Alloma, ayniqsa, ayollarning hayotdagi o‘rni va qanday bo‘lishi kerakligi haqidagi qimmatli qarashlari bilan ajralib turadi. Uning “Tadbiri manzil” asaridagi “Afsofiy behtarin zanho” bo‘limida ayollarning ezgu fazilatlari haqida so‘z yuritilgan bo‘lib, unda quyidagi jihatlar alohida qayd etilgan:

1. Bilimga ega bo‘lishi lozim.
2. Dinga e’tiqodli bo‘lishi kerak.
3. Uyatchan va hayo bilan ziynatlanishi zarur.
4. Tabiatan mard va jasur bo‘lishi lozim.
5. Erini samimiy sevishi kerak.
6. Tug‘ish va farzand tarbiyasiga e’tibor qaratishi lozim.
7. Bekorchi va g‘iybatchi bo‘lmasligi kerak.
8. Turmush o‘rtog‘iga itoatkor bo‘lishi zarur.
9. To‘g‘ri so‘zli, kamtar va zukko bo‘lishi lozim.
10. O‘z sha’nini doimo pok saqlashi shart.
11. Eri bilan ehtiyotkor munosabatda bo‘lib, unga hurmat va ehtirom ko‘rsatishi lozim.
12. O‘z majburiyat va burchlarini yaxshi bilishi kerak.
13. Oila xo‘jaligidagi resurslardan oqilona va tejamkorlik bilan foydalanishi lozim.
14. O‘z go‘zal fe‘l-atvori bilan turmush o‘rtog‘ining kamchiliklarini bartaraf etishi kerak.

Ibn Sino ayollarga shunday mas’uliyatli va murakkab vazifalarni yuklaydi, bu esa o‘z navbatida oilaning mustahkam bo‘lishiga zamin yaratadi. Shuningdek, Yusuf Xos Hojibning mashhur “Qutadg‘u bilig” asarida ham turmush o‘rtoq tanlashda e’tibor

qaratilishi lozim bo‘lgan fazilatlar, inson shaxsiyatining oilaviy hayotdagi o‘rni va ahamiyati, er-xotin o‘rtasidagi munosabatlarning me‘yorlari, shuningdek, farovon va baxtli hayot kechirishning muhim shartlari haqida qimmatli fikrlar keltirilgan.

“Buyuk sarkarda Amir Temur ham oila qurish masalalariga davlat yumushlaridek juda jiddiy e‘tibor bergan. Sohibqiron, xususan, kelin tanlash haqida quyidagi fikrlarni bildirgan: “O‘g‘illarim, nabiralарim va yaqinlarimni uylantirmoq tashvishida kelin izlamoqqa e‘tibor berdim. Bu ishni davlat yumushlari bilan teng ko‘rdim. Kelin bo‘lmishning nasl-nasabini, yetti pushtini surishtirdim. Xos odamlar orqali sog‘liq-salomatligini, jismonan kamolotini aniqladim. Kelin bo‘lmish nasl-nasabi, odob-axloqi, sog‘lom va baquvvatligi bilan barcha qusurlardan xoli bo‘lsagina el-yurtga kata to‘y-tomosha berib, kelin tushurdim” [91;61 b].

Buyuk mutafakkir Alisher Navoiyning er-xotin munosabatlari, ularning burchlari, ayollarning fazilatları va oiladagi o‘rni haqidagi qarashlari beqiyosdir. U “Mahbub-ul-qulub” asarining “Uylanish va xotinlar to‘g‘risida” faslida turmush qurish va uning foydalari, oila odobi hamda oilada ayollarning tutgan o‘rni haqida o‘zining ajoyib fikrlarini bayon etadi. Navoiy ayolning oilaviy hayotdagi hissasini shunday ta‘riflaydi: “Yaxshi xotin – oilaning davlati va baxtidir.” Uy sarishtaligi unga bog‘liq, oila boshlig‘ining osoyishtaligi ham unga taqaladi. Agar husnli bo‘lsa – ko‘ngilga taskin, xushmuomala bo‘lsa – qalbga oziqdir. Oqila ayol ro‘zg‘orda tartib-intizom o‘rnatadi, barcha anjomlar ozoda va saranjom saqlanadi.

Xulosa Sharq mutafakkirlarining asarlari va qarashlari shuni ko‘rsatadiki, barcha davrlarda oila shaxs tarbiyasi, axloqiy kamolot va jamiyat barqarorligining asosiy manbai sifatida qaralgan. Forobiy, Beruniy, Ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Navoiy kabi allomalar oilaviy totuvlik, er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro hurmat, ayollarning mas‘uliyati va farzand tarbiyasi masalalariga alohida e‘tibor qaratganlar.

Shuningdek, xalq dostonlari, diniy manbalar va milliy an‘analarda ham oila qadriyatlari ulug‘lanib, muhabbat, sadoqat va vafodorlik kabi fazilatlar asosiy mezon sifatida ko‘rsatib berilgan.

Demak, Sharq allomalari merosida oila nafaqat ijtimoiy institut, balki insoniy qadriyatlarni saqlash va rivojlantirishning markazi sifatida talqin etilgan. Bugungi kunda ham bu qarashlar dolzarb bo‘lib, zamonaviy jamiyatda mustahkam, mehr-oqibatli va barkamol oilalarni shakllantirish uchun muhim ma‘naviy tayanch vazifasini o‘tamoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Forobiy, A.N. *Fozil odamlar shahri*. – Toshkent: Fan, 1993.
2. Beruniy, A.R. *Mineralogiya*. – Toshkent: Fan, 1968.
3. Ibn Sino, A.A. *Tadbiri manzil*. – Toshkent: Yozuvchi, 1994.
4. Yusuf Xos Hojib. *Qutadg‘u bilig*. – Toshkent: G‘afur G‘ulom nomidagi Adabiyot va san‘at nashriyoti, 1971.
5. Navoiy, A. *Mahbub-ul-qulub*. – Toshkent: Fan, 1983.

6. Amir Temur. *Temur tuzuklari*. – Toshkent: O‘zbekiston, 1991.
7. Qur’oni Karim. – Toshkent: Toshkent islom universiteti nashriyoti, 2001.
8. *Avesto*. – Toshkent: O‘zbekiston, 2001.
9. Qosimjonov, A. *Sharq mutafakkirlarining axloqiy qarashlari*. – Toshkent: Universitet, 2005.
10. Avloniy, A. *Turkiy guliston yoxud axloq*. – Toshkent: O‘qituvchi, 1992.
11. Fitrat, A. *Oila*. – Toshkent: Fan, 1991.
12. Karimov, I.A. *Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch*. – Toshkent: Ma’naviyat, 2008

OILAVIY NIZOLAR VA ULARNI BOLALAR PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI

*Qabulov Qosimboy Pirjonovich
psixologiya fanlari doktori(DSc)., dotsent,
Urganch davlat universiteti.*

Oilaviy nizolar – er-xotin o‘rtasidagi ziddiyatlar, janjallar, agressiv muomala yoki befarqlik tarzida namoyon bo‘lib, ularning oqibatlari nafaqat kattalar o‘rtasida, balki butun oila muhitida, ayniqsa, voyaga yetayotgan bolalarda ham chuqur seziladi. Bola bu kabi vaziyatlarda o‘zini aybdor, rad etilgan yoki qadrsizdek his qilishi mumkin. Natijada unda xavotir, qo‘rquv, emotsional beqarorlik kuchayadi va bu uning o‘z-o‘zini baholash darajasi, ijtimoiy faolligi hamda ruhiy salomatligiga salbiy ta’sir etadi. Doimiy nizolar hukm surgan oilalarda ulg‘aygan bolalarda ijtimoiy chekinish, tajovuzkorlik, tortinchoqlik yoki depressiv holatlar ko‘proq uchraydi. Aksincha, mehrga boy, emotsional barqaror muhitda voyaga yetgan bolalar o‘ziga ishonchli, faol va tashabbuskor bo‘lib shakllanadi.

Shuning uchun oiladagi psixologik muhit bolaning shaxsiy rivojlanishi, muloqot ko‘nikmalari, o‘quv motivatsiyasi va o‘zini anglash jarayonida hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Oila – bu nafaqat ijtimoiy institut, balki bolaning ilk psixologik tajribalari shakllanadigan muhitdir. Agar oilada tinchlik, hamjihatlik va hissiy qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lsa, bola o‘zini qadrlangan, hurmatga loyiq inson sifatida his qiladi. Ammo nizolar hukm surgan muhit bolaning o‘ziga nisbatan salbiy munosabatini shakllantirib, uning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini izdan chiqarishi mumkin.

Mazkur masalani chuqur o‘rganish, zamonaviy oilalarda yuzaga kelayotgan psixologik muammolarni aniqlash va ularning bola psixikasiga ta’sirini baholash psixoprofilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bois

bu yo'nalishdagi tadqiqotlar nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ota-onalar va tarbiyachilar uchun ham zaruriy tavsiyalarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Oilaviy nizolarning bolalar psixologiyasiga ta'siri faqat emotsional beqarorlik bilan chegaralanib qolmaydi. Bunday vaziyatlarda ulg'aygan bola jamiyatda o'z o'rnini topishda qiyinchiliklarga duch keladi, ishonchsizlik, ijtimoiy faollikning sustligi, o'z fikrini erkin bayon qilishdan qo'rqish kabi muammolar yuzaga chiqadi.

Nizoli oilalarda o'sayotgan bolalarning ko'pchiligi tengdoshlari bilan muloqotda ham qiyinchilikka duch keladi, bu esa ularning ijtimoiy moslashuv jarayonini sekinlashtiradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhitdagi ziddiyatlar bolaning kelajakdagi shaxsiy hayoti va o'z oilasini shakllantirish jarayoniga ham bevosita ta'sir qiladi. Bola o'z ko'z o'ngida kuzatgan munosabat modelini keyinchalik qayta takrorlashi mumkin. Agar u zo'ravonlik, hurmatsizlik yoki befarqlikni ko'rib ulg'aysa, bu unda normal hol sifatida qabul qilinadi va kattalikka o'tganida ham shunday xatti-harakatlarni takrorlashi ehtimoli yuqori bo'ladi.

Mutaxassislarining fikricha, oilaviy nizolarning erta bosqichida ularni hal etish bolaning ruhiy salomatligi uchun muhim ahamiyatga ega.

Professor Vasila Karimova ta'kidlaganidek, oilaviy nizolar, oilaviy munosabatlarning izdan chiqishi shu oila muhitida tarbiyalanayotgan bolaning asab tizimiga, psixologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi[3.103]. Bolalarning hissiy ehtiyojlarini inkor etish yoki ularga befarq munosabatda bo'lish oilaviy nizolardan ham kuchliroq psixologik zarba yetkazadi. Shuning uchun ota-onalar nafaqat nizolarni kamaytirishga, balki bolaga doimiy ravishda emotsional qo'llab-quvvatlash berishga ham alohida e'tibor qaratishlari lozim.

Vasila Karimovanning tadqiqotlarida qayd etilishicha, bolalarning o'zini qadrlash hissi oiladagi iliq munosabatlar orqali shakllanadi. Agar bola o'zining qadrlanganini his qilsa, u ijtimoiy hayotda faolroq, mustaqil qaror qabul qiluvchi va o'ziga ishonchli shaxs sifatida kamol topadi. Aksincha, nizoli muhitda ulg'aygan bolalar o'z imkoniyatlariga ishonmaydi, tashabbuskorlikdan chekinadi va psixologik himoyasiz bo'lib qoladi.[5. 15-21]

Shu sababli psixolog mutaxassislar, pedagoglar va ota-onalarning hamkorligi oilaviy muhitni sog'lomlashtirishda katta ahamiyatga ega. Ota-onalar uchun psixologik treninglar, oilaviy maslahatlar va profilaktik dasturlar tashkil etilishi zarur. Bu orqali nizolarni oldini olish, mavjud muammolarni bartaraf etish hamda bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlash mumkin.

Oilaviy nizolarni erta bosqichda aniqlash, ularning oqibatlarini kamaytirish va oilaviy muhitni sog'lomlashtirish dolzarb masala hisoblanadi. Buning uchun ota-onalar psixologik savodxonligini oshirish, bolalarning emotsional ehtiyojlariga e'tibor qaratish, oilada o'zaro hurmat va hamkorlik tamoyillarini mustahkamlash zarur. Bolaning ruhiy barqarorligini ta'minlash uchun psixologik xizmat, maktabgacha va maktab ta'limi muassasalarida muntazam profilaktik tadbirlarni yo'lga qo'yish, ota-

onalarga amaliy maslahatlar berish ham katta ahamiyatga ega. Oiladagi muhit qanchalik sog'lom va iliq bo'lsa, bola shunchalik baxtli, irodali va jamiyatga foydali inson bo'lib shakllanadi.

Oilaviy nizolar ko'pincha noto'g'ri kommunikatsiya, o'zaro hurmatning yetishmasligi va stressli omillar natijasida yuzaga keladi. Bu jarayonlarda bolalar nafaqat guvoh, balki bevosita ishtirokchi sifatida ham psixologik zarba oladi. Bola ko'pincha nizolar sababini o'zidan izlaydi va bu unda aybdorlik hissini kuchaytiradi. Natijada ichki ruhiy ziddiyatlar chuqurlashib, bolaning ijtimoiy-psixologik moslashuvi qiyinlashadi.

Shuningdek, oilaviy nizolar bolaning kognitiv rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Doimiy stress sharoitida o'sgan bola diqqatini jamlay olmaydi, xotirasi susayadi, o'quv faoliyatida sustkashlik yuzaga keladi. Bu esa nafaqat uning psixologik, balki intellektual salohiyatining ham pasayishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun ham pedagoglar va psixologlar o'quvchilarda bunday alomatlarni o'z vaqtida sezib, oilaviy vaziyatni inobatga olgan holda individual yondashuvni qo'llashlari muhimdir.

Nizoli oilalarda ulg'aygan bolalarda ijtimoiy munosabatlarda ham barqarorlik kuzatilmaydi. Ular ko'pincha jamoaga qo'shilishda qiynaladi, ishonchsizlik va tortinchoqlik namoyon bo'ladi, ayrim hollarda esa tajovuzkor xulq-atvor orqali o'zini himoya qilishga intiladi. Bunday xulq bolani jamoadan ajratib qo'yadi va o'z navbatida, ruhiy jarohatlarning yanada chuqurlashishiga olib keladi.

Muammoning yechimi sifatida, oilaviy muhitda sog'lom kommunikatsiya tamoyillarini yo'lga qo'yish, nizolarni konstruktiv hal etish usullarini o'rgatish, ota-onalar uchun psixologik treninglar va maslahatlarni keng joriy etish zarur.

Bundan tashqari, bolalar bilan muntazam suhbatlashish, ularning hissiy ehtiyojlarini inobatga olish, ular o'zini qadrlangan his qilishi uchun qulay sharoit yaratish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu xususida professor V.Karimova "...inqirozli oila yoki mushkul ahvolga tushib qolgan onalar, ularning farzandlari bilan psixologik-pedagogik yordam ishlarini tashkil etish asosan: diagnostik; korreksion; profilaktik; ma'rifiy yo'nalishlarda tashkil etiladi [3.101].

Oilaviy nizolar bolalar psixologiyasi va shaxsiy rivojlanishiga chuqur ta'sir ko'rsatadigan muhim omillardan biridir. Nizoli muhitda ulg'aygan bolalarda o'z-o'zini qadrlashning pasayishi, xavotir, qo'rquv, tortinchoqlik yoki tajovuzkorlik kabi xulq-atvor ko'rinishlari kuzatiladi.[4] Aksincha, iliq va emotsional qo'llab-quvvatlovchi oilaviy muhit bolalarda o'ziga ishonch, tashabbuskorlik va ijtimoiy faollikni rivojlantiradi.

Psixolog-olim Vasila Karimova ta'kidlaganidek, bolaga mehr, hurmat va doimiy e'tibor ko'rsatish uning psixologik barqarorligi va sog'lom shaxs sifatida shakllanishining asosiy garovidir. Shunday ekan, oilaviy nizolarni oldini olish, mavjud muammolarni bartaraf etish va ota-onalar psixologik savodxonligini oshirish jamiyatda barkamol avlodni tarbiyalashning muhim shartlaridan biridir. Shuningdek, oilaviy

nizolarning bola psixikasiga ta’sirini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham ega. Bu yo‘nalishdagi tadqiqotlar psixologlar, pedagoglar va ota-onalarga oiladagi muammolarni erta bosqichda aniqlash, nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish va bolalarda sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish imkonini beradi. Bunday yondashuv bola shaxsining har tomonlama rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va kelajakda barkamol inson bo‘lib ulg‘ayishiga xizmat qiladi. Oiladagi iliq muhit, o‘zaro hurmat va qo‘llab-quvvatlovchi munosabatlar bolaga ijobiy psixologik poydevor yaratadi. Shu sababli oilaviy nizolarni kamaytirish va oilada ijobiy kommunikatsiya madaniyatini rivojlantirish jamiyatning barqarorligi va sog‘lom avlod tarbiyasini ta’minlashda ustuvor masala hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Boynazar S. L., Ulugbek M. Ursachen Der Entstehung Von Psychischen Krisen // "ONLINECONFERENCES" PLATFORM. – 2021. – C. 514-516.
2. Buribaevich M. K., Yuldashev S. E., ugli S. L. B. Psychology of Modern Leadership as an Important Phenomenon of Effective Management // International Journal of Early Childhood Special Education. – 2022. – T. 14. – №. 1.
3. Karimova V.M. OILA PSIXOLOGIYASI: Darslik. Pedagogika oliygohlari talabalari uchun // – T.: 2007. – 316 b.
4. Norbosheva M. “Bolalar psixologiyasi” Toshkent-2002. (31-32 betlar)
5. Saidova, Z. —Oilaviy nizolar va bolalar psixologiyasi. // Psixologiya va pedagogika muammolari, №4. – B. 2021-y. 15–21.
6. Shovxiyev L., Sharafitdinov A. Psixologiyada tush korish tilsimlari // Zamonaviy innovatsion tadqiqotlarning dolzarb muammolari va rivojlanish tendensiyalari: yechimlar va istiqbollar. – 2022. – T. 1. – №. 1. – C. 485-488.

YURIDIK PSIXOLOGIYA VA ILK BOLALIK HAMDA OTA-ONALIK DAVRIDA ULAR QONUNY XAVFSIZLIGINI TA’MINLASH PSIXOLOGIYASI

*Kushakova Barno Komilovna
Urganch RANCH texnologiyalar
universiteti magistranti*

Ilk bolalik davri inson hayotining eng nozik va mas’uliyatli bosqichlaridan biridir. Chunki bu davrda bolaning shaxsiyati, dunyoqarashi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy munosabatlarga moslashish qobiliyati shakllanadi. Bola o‘zining ilk yillaridanoq kattalar e’tiboriga, mehr-muhabbatiga va ijtimoiy muhofazaga muhtoj bo‘ladi. Shu sababli huquqiy himoya va psixologik xavfsizlik masalasi bolaning har

tomonlarni sog‘lom rivojlanishi uchun eng muhim shartlardan hisoblanadi.

Huquqiy himoya, avvalo, bolaning konstitutsion huquqlari, xalqaro konvensiyalar (xususan, **BMTning “Bola huquqlari to‘g‘risidagi konvensiya”si**) hamda milliy qonunchilik normalariga asoslanadi. Bu huquqlar bolaga hayot, ta‘lim olish, sog‘liqni saqlash, zo‘ravonlik va kamsitishlardan himoya qilinish, shaxsiy qadriyatini saqlash imkoniyatlarini beradi.[2] Ilk bolalik davrida huquqiy himoya faqat hujjatlar orqali emas, balki amaliy faoliyatda ham ko‘rinishi lozim: masalan, oilada bola xavfsizligi, ta‘lim muassasalarida teng huquqlilik, jamiyatda esa ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning mavjudligi.

Psixologik xavfsizlik esa bolaning ruhiy dunyosi bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, uning o‘zini erkin his qilishi, sevgi va mehrni his etishi, zo‘ravonlik yoki bepisandlikka duch kelmasligi orqali ta‘minlanadi. Bolaning psixologik xavfsizligi oila muhitida boshlanadi: ota-onaning mehribonligi, tarbiyachilarning g‘amxo‘rliги va kattalarning hurmatli munosabati bola qalbida o‘ziga ishonch, ichki xotirjamlik va xavfsizlik hissinı uyғ‘otadi.

Aksincha, ruhiy tazyiq, kamsitish, jismoniy jazo yoki befarqlik bolaning psixik rivojiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi, unda qo‘rquv, ishonchsizlik va tashvish holatlarini keltirib chiqaradi. Ijtimoiy-psixologik asoslar shundan iboratki, bola atrofidagi ijtimoiy muhit — oila, bog‘cha, qo‘shnilar, mahalla, jamiyat — uning huquqiy va psixologik xavfsizligini ta‘minlashda hamkorlikda harakat qilishi lozim. Masalan, maktabgacha ta‘lim muassasalarida bolaga nisbatan zo‘ravonlik va kamsitish holatlarining oldini olish, tarbiyachilarni psixologik savodxonlikka o‘rgatish, ota-onalarni huquqiy bilimlar bilan ta‘minlash bu jarayonning ajralmas qismidir. Shuningdek, jamiyatda bolalar uchun ijobiy axborot muhiti yaratish, ularni noto‘g‘ri targ‘ibotlardan himoya qilish ham muhim ijtimoiy-psixologik vazifalardan biridir.

Ota-onalik davri inson hayotida nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy mas‘uliyatning eng yuqori bosqichi hisoblanadi. Chunki bu davrda ota-onaning xatti-harakati, huquqiy ong darajasi va psixologik savodxonligi nafaqat o‘z oilasi, balki butun jamiyatning huquqiy barqarorligiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi.

Shu nuqtayi nazardan yuridik psixologiya ota-onalarning huquqiy munosabatlarga bo‘lgan qarashlarini, ularning farzand tarbiyasidagi huquqiy yondashuvini va ijtimoiy xulq-atvorini o‘rganish hamda boshqarishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi. Yuridik psixologiya ota-onalik davridagi ahamiyati bir necha jihatda namoyon bo‘ladi. Avvalo, ota-onaning huquqiy ongini shakllantirish orqali ular o‘z farzandlarini zo‘ravonlik, kamsitish yoki beparvolik kabi xavfli omillardan himoya qilish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Bu esa bolalarning sog‘lom psixologik rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvchanligi uchun mustahkam poydevor yaratadi. Bundan tashqari, ota-onaning huquqiy bilimiga ega bo‘lishi oilaviy nizolarni oqilona hal etish, oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash va farzandlar bilan demokratik ruhdagi munosabatlarni shakllantirishga yordam beradi.

Huquqiy madaniyatni rivojlantirish omillari orasida, eng avvalo, ta'lim va ma'rifatning roli kattadir. Yuridik bilimlarni tarqatish, ota-onalarni huquqiy savodxonlikka o'rgatish, psixologik treninglar va oilaviy maslahatlar orqali ularning huquqiy xabardorligini oshirish zarur.

Ikkinchi omil — ijtimoiy muhitdir. Agar jamiyatda huquq ustuvorligi, qonunga hurmat, adolat va tenglik qadriyatlari qaror topsa, ota-onalarda ham huquqiy madaniyatni rivojlantirishga ichki motivatsiya kuchayadi. Uchinchi muhim omil — ommaviy axborot vositalari va raqamli makon orqali tarqatilayotgan axborotdir. Bola tarbiyasi va ota-onalik mas'uliyatiga oid ijobiy huquqiy targ'ibot ota-onaning xulq-atvorini bevosita shakllantiradi. Shuningdek, ota-onalarning psixologik tayyorgarligi ham huquqiy madaniyatni rivojlantirishda asosiy omil sanaladi. Psixologik barqarorlik, stressni boshqarish, konfliktlarni tinch yo'l bilan hal qilish ko'nikmalari ota-onaga o'z huquqlarini to'g'ri anglash va ularni farzandlari tarbiyasida samarali qo'llash imkonini beradi. Huquqiy bilim va psixologik savodxonlik uyg'unlashgandagina ota-onalik jarayoni mukammal shaklda kechadi.

Bolalar huquqlarini himoya qilish bugungi kunda nafaqat huquqshunoslikning, balki psixologiya va pedagogikaning ham eng dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Chunki bola shaxsining to'laqonli rivojlanishi faqat moddiy va huquqiy himoya bilan emas, balki uning psixologik salomatligi va tarbiyaviy muhitning uyg'unligi bilan ham chambarchas bog'liqdir. Shu nuqtayi nazardan yuridik psixologiya va tarbiyaviy yondashuvlarni birlashtirish bolalar manfaatlarini to'laqonli ta'minlashning muhim sharti sifatida qaraladi.[1]

Yuridik psixologiya bolalarning huquqiy maqomini, ular duch keladigan ijtimoiy-psixologik muammolarni va huquqiy nizolarning bola ruhiyatiga ta'sirini chuqur o'rganadi. Tarbiyaviy yondashuv esa bolani ijtimoiy qadriyatlarga mos ravishda shakllantirish, uning ijtimoiylashuv jarayonini qo'llab-quvvatlash va huquqlarini hurmat qiladigan muhit yaratishga xizmat qiladi. Integratsiyalashgan yondashuv orqali bola nafaqat qonuniy jihatdan, balki psixologik va tarbiyaviy nuqtayi nazardan ham himoya qilinadi.

Psixolog-olim Vasila Karimova ta'kidlaganidek, bola huquqlarini himoya qilishda psixologik yondashuv asosiy omillardan biri hisoblanadi. Uning fikricha, bolani faqat huquqiy mexanizmlar orqali himoya qilish yetarli emas, balki ularning ichki kechinmalarini, emotsional barqarorligini, ijtimoiy moslashuvini hisobga olish zarur. Shu bois bola huquqlarini ta'minlashda tarbiyaviy metodlar bilan bir qatorda, yuridik psixologiyaning ilmiy asoslangan mexanizmlarini qo'llash ijobiy natija beradi.[4]

Integratsiyalashgan yondashuvning afzalligi shundaki, u bolani faqat huquqiy jihatdan emas, balki tarbiyaviy va emotsional jihatdan ham qo'llab-quvvatlaydi. Masalan, oilaviy nizolarni hal qilishda bola huquqlari buzilmasligi uchun yuridik choralar ko'riladi, shu bilan birga pedagogik va psixologik maslahatlar orqali bolaning ruhiy jarohatlanishining oldi olinadi. Bu esa bolaning o'zini qadrlash hissini saqlashga,

ijtimoiy faolligini oshirishga va kelajakda sog'lom shaxs sifatida kamol topishiga yordam beradi.

Ilk bolalik davri inson shaxsiyatining eng muhim bosqichi bo'lib, bu davrda bolaning huquqlari, erkinliklari va xavfsizligi ta'minlanishi uning keyingi rivojlanishi uchun mustahkam poydevor yaratadi. Bola o'zini himoya qila olmaydigan, ijtimoiy va huquqiy jarayonlarda mustaqil qatnasha olmaydigan subyekt bo'lgani uchun, ularning qonuniy xavfsizligini kafolatlash jamiyatning eng muhim vazifalaridan biri sanaladi.

Shu nuqtayi nazardan, psixologik xizmatlarning roli beqiyosdir.

Psixologik xizmatlar bolalarning huquqiy xavfsizligini ta'minlashda bir nechta asosiy yo'nalishda faoliyat ko'rsatadi. Ular bolada huquqiy ong va xavfsizlik ko'nikmalarini shakllantirishga ko'maklashadi. Masalan, psixolog bolaga oddiy, yoshiga mos tarzda "yaxshi va yomon munosabat"ni ajrata olish, o'zini himoya qilish, yordam so'rash kabi dastlabki ijtimoiy ko'nikmalarni singdiradi. Bu esa bolaning huquqiy xavfsizlikni anglashiga asos bo'ladi. Psixologik xizmatlar bolaning ruhiy holatini doimiy monitoring qilish orqali uning huquqlari buzilgan yoki psixologik travmaga uchragan holatlarni aniqlaydi.

Bunday vaziyatlarda mutaxassis bolaning ruhiyatiga yetgan zararni yumshatish, uni ijtimoiy muhitga qayta moslashtirish va o'zini qadrlash hissini tiklash bo'yicha maxsus psixokorreksion tadbirlarni amalga oshiradi. Shu bilan birga, huquqbuzarlik yoki zo'ravonlik holatlarida psixologlarning xulosalari bola huquqlarini himoya qilishning yuridik jarayonlarida muhim dalil sifatida qo'llaniladi. Psixologik xizmatlar ota-onalar va tarbiyachilarni ham huquqiy va psixologik savodxonlikka o'rgatadi.

Chunki bola xavfsizligi faqat tashqi muhit emas, balki oila ichidagi emotsional barqarorlik va munosabatlarning to'g'ri yo'lga qo'yilishiga ham bog'liq. Shu sababli ota-onalarga bolaga nisbatan zo'ravonlikning har qanday shakli qabul qilinmasligini tushuntirish, bolani eshitish, uni shaxs sifatida qadrlash va huquqlarini hurmat qilish borasida ma'naviy-ma'rifiy ishlar olib boriladi.

Bu esa huquqiy xavfsizlikning amaliy ko'rinishi bo'lib, bola tengdoshlari, kattalar va muhit bilan sog'lom muloqot qila oladi, o'z his-tuyg'ularini boshqaradi, shuningdek, nizoli vaziyatlarda konstruktiv yo'l tutishga o'rganadi. Natijada bola zo'ravonlik, tahdid yoki huquqiy xavfga duch kelganida o'zini himoya qilish mexanizmlariga ega bo'ladi. Oila — jamiyatning eng kichik, ammo eng muhim ijtimoiy bo'g'ini bo'lib, unda shakllanadigan munosabatlar nafaqat kattalar hayotiga, balki bolalarning ruhiy rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.[5] Oilaviy munosabatlarda huquqiy me'yorlarga amal qilinishi va psixologik barqarorlikning ta'minlanishi bola shaxsining to'laqonli rivojlanishi uchun zarur shartlardan biridir.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy munosabatlarda huquqiy me'yorlar va psixologik barqarorlikning uyg'unligi bola shaxsining sog'lom rivojlanishi uchun hal qiluvchi omildir. Huquqiy jihatdan himoyalangan, psixologik jihatdan esa qo'llab-quvvatlangan bola o'zini erkin, mas'uliyatli va jamiyatga foydali shaxs sifatida anglaydi. Shu sababli,

ota-onalar, pedagoglar va psixologlar bola huquqlarini ta'minlash va oilada emotsional muvozanatni yaratish yo'lida hamkorlikda ishlashlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 29-maydagi "Bola huquqlarini himoya qilish tizimini takomillashtirish bo'yicha qo'shimcha choratadbirlar to'g'risida"gi qarori.
2. Bola huquqlari to'g'risidagi xalqaro konvensiya.
3. G'oziyev, E. G'. [Umumiy psixologiya](#). – Toshkent: O'qituvchi, 2010. – 450 b.
4. Karimova, V. M. [Psixologiya](#). – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2006. – 390 b.
5. Zunnunov, A., To'raqulov, M. [Oila huquqi asoslari](#). – Toshkent: Adolat, 2015. – 280 b.

ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЕЖИ

*Кулмаматова Фазилат Каршиевна
Преподаватель Института предпринимательства
и педагогики Денау*

Введение. Сегодня мир характеризуется острой борьбой и конкуренцией, а конфликты интересов усиливаются. Процессы глобализации создают для человечества беспрецедентные новые возможности, но также и неожиданные проблемы. Угрозы и действия против национальной идентичности и духовных ценностей усиливаются. Все чаще предпринимаются попытки искусно привить людям, особенно молодежи, широко распространенное во всем мире духовное и нравственное разложение, например, думать только о себе, пренебрежительно относиться к работе и семье. Признается также, что рост таких угроз, как терроризм, экстремизм, транснациональная и киберпреступность, торговля людьми и наркотиками, представляет серьезную угрозу формированию мировоззрения и поведения молодежи. Для защиты подрастающего поколения от их влияния и предупреждения формирования деструктивного поведения все более актуальной становится разработка и реализация специальных психопрофилактических программ в сфере образования и психологических услуг.

На новом этапе развития Узбекистана реформы в сфере образования имеют

стратегическое значение.

Возникновение идеи «Спасение в образовании, спасение в воспитании, спасение в знаниях» Президентом Республики Узбекистан Ш.М.Мирзиёевым, определение грандиозных идей «Нового Узбекистана – к Третьему Возрождению» », социальное развитие страны. Провозглашение образования приоритетом возложило огромную ответственность на педагогику и психологию. Четвертое направление «Стратегии развития нового Узбекистана» на 2022-2026 годы предусматривает развитие человеческого капитала, а пятое направление – вывод духовного развития на новый уровень.

Научные исследования и разработки в области социальной психологии по проблеме защиты молодежи от влияния различных деструктивных идей и воздействия различных идей на поведение человека проводятся ведущими научными центрами и высшими учебными заведениями мира, в том числе и в Соединенные Штаты Америки. Йельский университет (США), Стэнфордский университет (США), Чикагский университет (США), Тринити-колледж Дублина (Ирландия), Вуппертальский университет (Германия), Университет Тасмании, Австралия, Южный федеральный университет (Российская Федерация, Ростов-на-Дону).

Лауреат Нобелевской премии Теодор Шульц сказал о человеческом капитале: «Знания и умения человека — это особая форма капитала. «Человек становится собственником, потому что он обладает знаниями и навыками, имеющими экономическую ценность». По мнению некоторых экспертов, тот факт, что национальное богатство развитых стран в 2020 году составило 10%, свидетельствует о том, что интеллектуально-духовный фактор является сейчас решающим фактором национального богатства, важнейшим показателем могущества государства и уровня развития общества. .

Действительно, основой человеческого капитала были и остаются люди. Это ядро составляют глубокие знания, креативность, инициативность и высокий профессионализм. По словам Президента Республики Узбекистан Ш.Мирзиёева, «мы не должны снижать темпы работы в сфере образования и духовно-просветительской работы для наших детей, а наоборот, поднимать их на новый уровень», с этим было определено направление и подчеркнута основные задачи, которые необходимо выполнить для предотвращения деструктивных действия.

Общеизвестно и признано, что подготовка высокообразованных и морально компетентных кадров имеет огромное значение для развития каждой страны и общества. В этих целях особенно важно уделять особое внимание воспитанию и улучшению поведения подрастающего поколения. Каждый человек развивается в обществе. На его поведение всегда влияют внешние и внутренние факторы. Изучение природы деструктивного поведения человека, его причин и последствий остается серьезной проблемой. Эта проблема была решена в

середине 20 века.

Объект исследования. Психологические исследования выявили две формы деструктивного поведения: Делинквентное поведение — это поведение, которое противоречит социальным нормам, принятым в обществе. Девиантное поведение — это проявление поведенческих навыков, которые противоречат принятым в обществе моральным нормам.

Деструктивное поведение включает в себя аддиктивное поведение, антисоциальное поведение, суицидальное поведение, конформистское, нарциссическое, фанатичное и аутистическое поведение. Любая форма деструктивного поведения личности имеет аспекты, подрывающие отношения.

В частности, общими чертами аддиктивного поведения являются непереносимость трудностей повседневной жизни, скрытое проявление комплекса неполноценности, страх стабильных эмоциональных отношений, склонность ко лжи, склонность обвинять других, избегание ответственности при принятии решений, а также Склонность к эгоцентризму. Шаблоны, зависимость и беспокойство вызывают уникальные осложнения в жизни человека.

Хотя каждый человек имеет определенную степень самостоятельной жизни и деятельности, в жизни он живет не только своей волей и пониманием, но и социальной средой, в которой он живет, и обществом, к которому он принадлежит. Оно также впитывает опыт, знания и убеждения людей, частью которых он является. Потому что человек не может жить полностью изолированно от социальной среды, в которой он живет.

Возникновение деструктивного поведения у молодых людей может быть связано со многими факторами. Например, импульсивность у молодых людей также считается признаком деструктивного поведения. Импульсивность — поведенческая черта, характеризующаяся тенденцией действовать необдуманно, в основном под влиянием эмоций и других обстоятельств. Импульсивные молодые люди, как правило, эмоционально нестабильны, нетерпеливы и раздражительны. У них часто преобладают безответственность и беспечность. Наличие импульсивности можно определить с помощью интервью, наблюдения и психологического тестирования

Импульсивность проявляется у многих молодых людей, она может быть неустойчивой и не приводит к серьезным негативным последствиям. Это могут быть последствия внутренних и внешних ситуаций с сильным эмоциональным воздействием, замешательством или усталостью. Все эти факторы снижают способность молодых людей к самоконтролю и наблюдаются на определенных этапах психического развития, при определенных типах характера.

Иногда импульсивность может проявляться как черта темперамента и характера у молодых людей. В частности, именно подвижность высших нервных процессов характерна для сангвинического и холерического темпераментов.

Такое сочетание импульсивных черт может возникнуть в процессе воспитания и социализации. Такие молодые люди склонны к гневу, не владеют собой и ведут себя нерационально, часто ими движут спонтанные желания и прихоти. Самое печальное, что такие молодые люди не понимают негативных последствий своих действий.

Полученные результаты и их анализ. В нашем исследовании мы разработали социально-психологический опросник «Индекс импульсивности» для определения сформированности импульсивности у молодых людей. Данная анкета состоит из следующих 10 вопросов.

На основе данной анкеты нам удалось получить релевантную информацию о проявлении импульсивности у молодых людей на основе проведенного нами исследования со студентами..

Таблица 1.

Гендерный анализ мнений студентов по категории «Индекс импульсивности и стабильности»

		гендерное различие			
		Девушки (N=340)		Мальчики (N=168)	
		“Да”	“Нет”	“Да”	“Нет”
Вы склонны заканчивать работу быстрее других?	Число	106	234	104	64
	Процент	31,17%	68,83%	61,90%	38,10%
Вас злят медлительные люди?	Число	53	287	118	50
	Процент	14,72%	85,28%	64,28%	35,72%
Думаете ли вы о том, чего хотите, когда злитесь?	Число	135	205	130	38
	Процент	37,5%	62,5%	77,38%	22,42%
Можете ли вы подождать, если это для вас важно?	Число	182	158	121	47
	Процент	53,52%	46,48%	72%	28%
Вы долго тренируетесь, а затем снимаете	Число	74	266	107	61
	Процент	21,76%	78,24%	63,69%	26,31%

усталость, разговаривая с партнером?					
Вы сразу же покидаете круг, который вам не нравится?	Число	158	182	62	106
	Процент	43,88%	56,12%	36,90%	63,10%
Если вы что-то начинаете, вы всегда это доводите до конца?	Число	281	59	118	50
	Процент	78%	22%	70,23%	29,67%
Советуете ли вы с другими при принятии необходимых решений?	Число	203	137	32	136
	Процент	56,38%	43,62%	19%	81%
Вы постоянно расстраиваетесь из-за своего нетерпения?	Число	108	232	91	77
	Процент	31,7%	68,3%	54,16%	45,84%
Считают ли ваши знакомые вас торопливым?	Число	112	228	89	77
	Процент	33%	67%	53%	47%
Легко ли вы воспринимаете неприятную критику в свой адрес?	Число	184	156	117	49
	Процент	54,11%	45,89%	69,64%	30,36%
Часто ли вы сдерживаете свои обещания?	Число	223	117	136	22
	Процент	65,58%	34,42%	81%	19%

Анализ показателей, представленных в таблице выше, показывает, что

установки на импульсивность свойственны большинству молодых людей, но они принимают разные формы в зависимости от ситуаций и характера проблемы.

С социально-психологической точки зрения особое значение имеют социализация, национализация и ассимиляция национальности индивида.

В частности, проблемы и особенности этой области изучает этнопсихология — раздел психологии. Этнопсихология — это сочетание дисциплин этнографии и психологии. В переводе с греческого «ethnos» означает народ, племя, а «psychology» — наука о душе.

Этнопсихология изучает уникальный психический облик, поведение и менталитет представителей той или иной нации и этнической группы. Такие вопросы, как проявление, изменение и развитие национального характера, обычаев и традиций, национальных чувств и вкусов, этнического сознания и национальной идентичности, характерных для каждой нации, также считаются областью изучения этнопсихологии.

Именно эти представители этнического единства воплощают и проявляют специфические стороны этнопсихологических особенностей. Известно, что ребенок не рождается, выбирая свою родину и родителей. Поэтому он не рождается с готовыми духовными характеристиками, характерными для его нации. Ребенок наследует от своих родителей только расовые признаки и некоторые духовные черты биологическим путем. Ребенок является кандидатом на то, чтобы стать личностью при рождении, но он не может стать личностью, если он отделен от одного общества. Скорее, он становится личностью, только если он живет в определенном обществе.

Заключение. Следует отметить, что национальная среда, в которой живет человек, или национальность, к которой он принадлежит, создают основу для приобретения свойственных данной нации и народу черт, формирования свойственного ему поведения и характера. В ходе онтогенетического развития, когда внешние поведенческие характеристики трансформируются во внутренние, или «психические», характеристики, начинают формироваться основы национальной психологической идентичности человека. Хотя исследователи достигли определенных успехов в изучении этнопсихологии, им не удалось найти решения многих ее проблем.

Литература

1. Злоказов К.В. Деструктивность и идентичность личности // Научный ежегодник Ин-та философии и права Урал. отд-ния Рос. акад. наук. 2014. № 1.
2. Каримова В.М. Ижтимоий психология. Дарслик. — Т.:Фан ва технология, 2012. — 172 б.

3.

лейберг, Ю.А. Типология деструктивного поведения // Вестник Краснодарского университета МВД России. - 2008. - С. 130-135.

IQTIDORLI BOLALAR QOBILIYATI PSIXODIAGNOSTIKASI.

Abdullayeva Zuhro Ismoilovna

Termiz davlat universiteti psixologiya kafedrası o'qituvchisi.

Zamonaviy jamiyatda o'z o'rnini topish, o'zi, oilasi va jamiyatning ehtiyojlarini qondirishda kishilarning o'quv, mehnat va ijodiy faoliyatidagi o'ziga xoslikni tushuntirish uchun psixologiya fani birinchi navbatda qobiliyatlar va iqtidor masalasiga murojaat qiladi. Chunki qobiliyatli odamdan avvalo jamiyat manfaatdor, qolaversa, o'sha insonning o'zi ham qilgan har bir harakatidan o'zi uchun naf ko'radi.

Psixolog olimlarning e'tirof etishlaricha qobiliyatlar muammosi eng avvalo inson aqlu-zakovatining sifati, undagi malaka, ko'nikma va bilimlarning borligi masalasi bilan bog'liq. Ayniqsa, biror kasbning egasi bo'lish istagidagi har bir yoshning aqli va intellektual salohiyati uning malakali mutaxassis bo'lib yetishishini kafolatlagani uchun ham psixologiyada ko'proq qobiliyat tushunchasi aql zakovat tushunchasi bilan bog'lab o'rganiladi.

Har bir normal odam o'zining aqlli bo'lishini xohlaydi, «Men aqlliman» demasada, qilgan barcha ishlari, gapirgan gapi, yuritgan mulohazasi bilan aynan shu sifat bilan odamlar uni maqtashlarini xohlaydi. «Aqlsiz, nodon» degan sifat esa har qanday odamni, hattoki, yosh bolani ham hafa qiladi. Yana shu narsa xarakterliki, ayniqsa, bizning sharq halqlarida biror kimsaga nisbatan «o'ta aqlli» yoki «o'ta nodon» iboralari ham ishlatilmaydi, biz bu xususiyatlarni o'rtacha tasniflar doirasida ishlatamiz: «Falonchining o'g'li anchagina aqlli bo'libdi, narigining farzandi esa biroz nodon bo'lib, ota-onasini ko'ydirayotgan emish» degan iboralar aslida «aqllilik» kategoriyasi insonning yuragiga yaqin eng nozik sifatlariga aloqadorligini bildiradi.

Ilm-fandagi an'analar shundayki, aql va idrok masalasi, odamning intellektiga bog'liq sifatlar juda ko'plab tadqiqotlar ob'ekti bo'lgan. Olimlar aql so'zidan ko'ra intellekt so'zini ko'proq ishlatib, bu so'zning o'ziga xos talqini borligiga e'tiborni qaratganlar.

Chunki ularning fikricha, intellektual potensialga ega bo'lgan shaxsnigina qobiliyatli, deb atash mumkin. Intellektual potensial esa bir tomondan hayotdagi barcha jarayonlarga, boshqa tomondan - shaxsga bevosita aloqador tushuncha sifatida qaralgan va uning ahamiyati shundaki, u borliqni va bo'ladigan hodisalarni oldindan bashorat qilishga imkon beradi. Shu o'rinda «intellekt» so'zining lug'aviy ma'nosini tushunib olaylik. Intellekt - lotincha so'z - intellectus - tushunish, bilish va intellectum - aql

so'zlari negizidan paydo bo'lgan tushuncha bo'lib, u aql-idrokning shunday bo'lagiki, uni o'lchab, o'zgartirib, rivojlantirib bo'ladi. Bu - intellekt va u bilan bog'liq qobiliyatlar ijtimoiy xarakterga ega ekanligidan darak beradi. Darhaqiqat, qobiliyatlar va intellektga bevosita tashqi muhit, undagi insoniy munosabatlar, yashash davri ta'sir ko'rsatadi. Buni biz bugungi kunimiz misolida ham ko'rib, his qilib turibmiz.

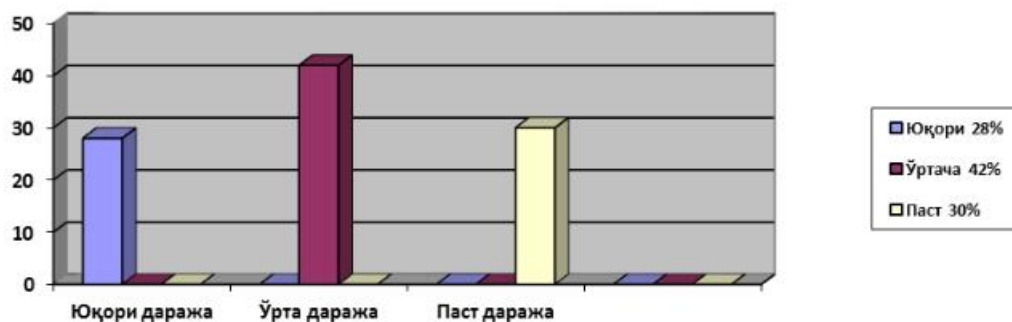
Yangi avlod vakillari - kelajagini XXI asr bilan bog'lagan o'g'il-qizlarning intellekt darajasi ularning ota - bobolarinikidan ancha yuqori. Hozirgi bolalar kompyuter texnikasidan tortib, texnikaning barcha turlari juda tez o'zlashtirib olmoqda, jaxon tillaridan bir nechta bilish ko'pchilik uchun muammo bo'lmay qoldi, minglab topshiriqlardan iborat testlarni ham yoshlar o'zlashtirishda qiynalmayaptilar. Qolaversa, oila muhitining aql o'sishiga ta'sirini hamma bilsa kerak. Agar bola oilada ilk yoshligidan ma'rifiy muhitda tarbiyalansa, uning dunyoqarashi keng, xoxlagan soha predmetlaridan beriladigan materiallarni juda tez va qiyinchiliksiz o'zlashtira oladi.

Amaliy psixologiyaning bugungi kundagi eng muhim va dolzarb vazifalaridan biri layoqat kurtaklarini ilk yoshlikdan aniqlash, intellekt darajasiga ko'ra shaxs qobiliyatlari yo'nalishini ochib berishdir. Shuning uchun ham hozirda ko'plab intellekt testlari va qobiliyatlarni diagnostika qilish usullari ishlab chiqilgan va ular muvaffaqiyatli tarzda amaliyotda qo'llanmoqda.

Qobiliyatlarni o'lchash muammosi XIX asrning oxiri - XX asrning boshlariga kelib izchil hal qilina boshlandi.

Xorijda bunday ishlar Spirmen, Bine, Ayzenk va boshqalar tomonidan o'rganildi. Ular qobiliyatlar va iqtidorni o'rganish uchun maxsus testlardan foydalandilar. Bu testlarning umumiy mohiyati shundaki, ularda topshiriqlar tizimi tobora qiyinlashib boruvchi testlar-topshiriqlar batareyasidan iborat bo'ladi. Masalan, Ayzenkning mashxur intellekt testi 40 ta topshiriqdan iborat bo'lib, u intellektual jarayonlarning kechishi tezligini o'lchaydi. Bu yerda vaqt mezoni muhim hisoblanadi. Boshqa mualliflar sekin ishlash - qobiliyatsizlik belgisi emas deb, boshqacharoq usullarni o'ylab topganlar. Ko'pchilik olimlar uchun, masalan, rus olimlari uchun qobiliyatni o'lchashning ishonchli mezoni - bu shaxs yutuqlarini va uning qobiliyatidagi o'zgarishlarni bevosita faoliyat jarayonida qayd etishdir.

Tadqiqot ishimizda iqtidorli bolalarning kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyalarini o'rganish bo'yicha "Iqtidorli bolalarning kommunikativ qobiliyatlarini aniqlash testi", "Iqtidorli bolalarning tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash testi", hamda "Qobiliyatlar yo'nalishlarini aniqlash" metodikalari asosida tadqiqotlar olib bordik. Dastlab, diagnostik bosqichda kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarining rivojlanganlik darajasi past bo'lgan o'quvchilarni aniqlab oldik. Har bir qo'llanilgan psixodiagnostik metodika iqtidorli bolalarda kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyati qay darajada rivojlanganligi, "Qobiliyatlar yo'nalishlarini aniqlash" metodikasi esa iqtidorli bolalarning sakkizta yo'nalish bo'yicha iqtidorlilikini aniqlash maqsadida olib borildi. Natija quyidagidek bo'ldi.

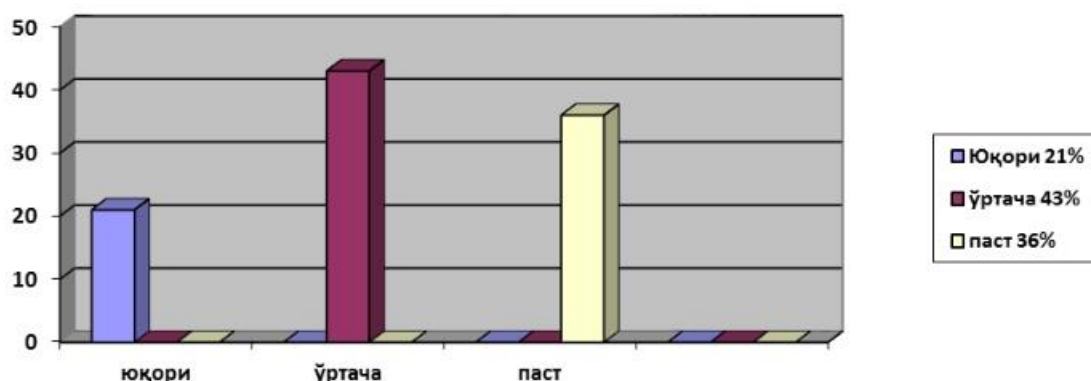


1.rasm. Kommunikativ qobiliyatni aniqlash metodikasi” ko‘rsatkichlari.

Bizning tadqiqot ishimizda iqtidorli bolalar qobiliyati ayniqsa, kommunikativ qobiliyati yuqori bo‘lishi aytilgan edi, ammo olib borgan tajriba sinov ishlarimiz iqtidorli bolalar guruhida kommunikativ qobiliyati yuqorilar bilan birga o‘rtacha va past darajadagilari ham mavjudligini ko‘rsatdi.

Shuningdek, iqtidorli bolalarning tashkilotchilik qobiliyatini o‘rganish bo‘yicha olib borgan tadqiqotlarimizda ham o‘ziga xoslik, ya’ni tashkilotchilik qobiliyati yuqorilar bilan birga tashkilotchilik qobiliyati o‘rtacha va past darajadagilari ham mavjudligi va ular ko‘pchilikni tashkil etishi ma’lum bo‘ldi.

“Tashkilotchilik qobiliyatni aniqlash metodikasi” ko‘rsatkichlari



2.Rasm“Tashkilotchilik qobiliyatni aniqlash metodikasi” ko‘rsatkichlari.

Iqtidorli bolalarning kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari diagnostikasi zamonaviy iqtidorli ta’lim-tarbiyasida bu kabi hususiyatlarning rivojlanishiga e’tiborning kamligi, shart-sharoitlarning yetarli darajada har bir iqtidorli bolalarning individualligini xisobga olgan xolda yaratilmaganligini ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, iqtidorli bolalarni erta aniqlash, ularni tarbiyalashning pedagogik-psixologik mexanizmlarini takomillashtirish bugungi kunning talabi ekanligini har bir pedagog bilishi va chora tadbirlar rejasini tuzgan xolda ular bilan ish olib borishi zarur.

Iqtidorli bolalarning qobiliyatini o‘rganish maqsadida tadqiqotimizda qo‘llanilgan navbatdagi metodika “Qobiliyat sohalarini aniqlash testi.” edi. (Ilova №1)

Demak, mazkur test bo‘yicha iqtidorli bolalar qobiliyatining asosiy yo‘nalishini

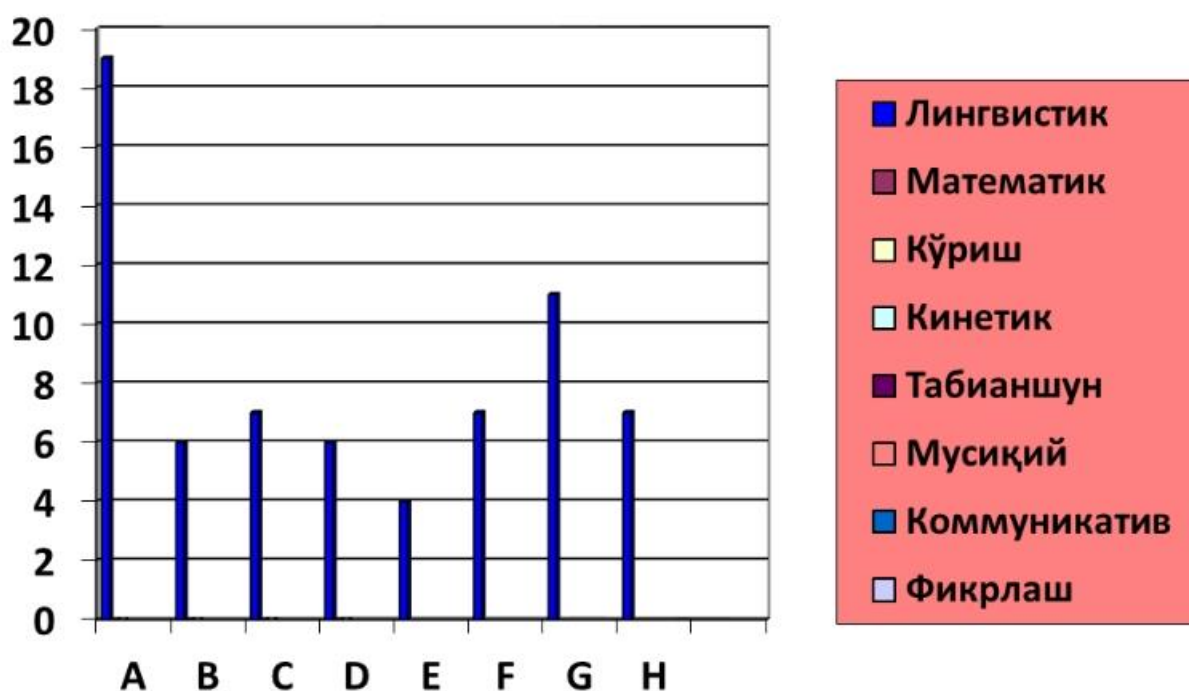
aniqlab olish mumkin. Tadqiqot ishimizda “Qobiliyat sohaslarini aniqlash testi.” dan foydalanib 60 nafar iqtidorli bolalarda tajriba o‘tkazdik.

Yuqoridagi jadval ma’lumotlaridan ko‘rinib turibdiki, respondentlarda asosan lingvistik va kommunikativ qobiliyatlilar ko‘pchilikni tashkil etdi. Darhaqiqat, iqtidorli bolalarda asosan kommunikativ qobiliyatlik kuzatiladi, ammo, alohida sohalarga ularni maqsadli yo‘naltirish bugungi kunda ijtimoiy muammo bo‘lib turibdi.

Respondentlar qobiliyatining yo‘nalishlari

4.jadval

Qobil iyat yo‘nalishlar i	A	B	C	D	E	F	G	H
Soni:	19	6	7	6	4	7	1	7
Foizi:	31,6%	10%	11,7%	10%	7%	11,7%	1,8%	11,7%



3.rasm.Iqtidorli bolalar qobiliyatining yo‘nalishlari.

Mazkur metodika natijalari ham iqtidorli bolalarning 18%da kommunikativ qobiliyatlarning namoyon bo‘lganligi ma’lum qildi.

Diagnostic tadqiqot ishimiz natijalari asosida iqtidorli bolalarning kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini alohida pedagogik-psixologik dasturlar asosida

rivojlantirish lozimligi haqida xulosa chiqardik. Tadqiqot ishimizning keyingi bosqichida iqtidorli bolalarning kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini rivojlantirish bo'yicha psixologik trening dasturi ishlab chiqdik. Psixologik trening dasturi asosida olib borilgan mashg'ulotlarda psixodiagnostik metodika natijalariga ko'ra kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari o'rta va past bo'lgan o'quvchilar bilan trening olib bordik.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Baratov Sh. Iqtidorli bolalar psixologiyasi. Buxoro. 2010.
2. Xaydarov F.I., Xalilova N.I. "Umumiy psixologiya". - Toshkent: "Mumtoz zo'z", 2010
4. Abdullayeva, Z. I. (2024). Iqtidorli bolalarning kommunikativ va tashkilotchilik xususiyatlari psixokorreksiyasi. *Educational Research in Universal Sciences*, 3(4 SPECIAL), 32-35.

OLIY TA'LIMDA PEDAGOGLAR INNOVATSION FAOLIYATIDA KOPING STRATEGIYA XUSUSIYATLARI

Almardanova Salomat Bobonazarovna
Termiz davlat universiteti Psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Mamlakatimizda olib borilayotgan ta'lim tizimidagi islohotlar, bundan tashqari jahonda ro'y berayotgan oliy ta'limni modernizatsiyalash jarayonlari nafaqat kasbiy, balki o'qituvchining shaxsiy fazilatlariga ham yuksak talablarni qo'yimoqda. Bundan tashqari psixologiyaning mehnat psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya kabi sohalarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogik mehnat o'qituvchilik kasbi aqliy va ruhiy stressli faoliyat ekanligi namoyon bo'lmoqda. Pedagogik faoliyatning psixotraumatik vaziyatlar bilan to'yinganligi, ta'limning yangi shakllari va axborot texnologiyalarini ta'lim sohasiga joriy etish zarurati o'qituvchidan uzluksiz tayyorgarlikdan o'tishni talab qiladi, bu esa vaqtning keskin tanqisligi vaziyatida sodir bo'ladi [1].

Bu jarayonlarning barchasi o'qituvchilardan murakkab ishlab chiqarish muammolarini hal qilishga va stress omillarining o'qituvchi shaxsiyatining psixosomatik salomatligiga salbiy ta'sirini kamaytirishga yordam beradigan o'z-o'zini tartibga solish va muammoli vaziyatlarni engish qobiliyatlarini talab qiladi [2].

Bugungi kunda fan ham, ta'lim ham jamiyatning ishlab chiqaruvchi kuchiga aylanib bormoqda. Sababi, keyingi yillarda ilmiy jamoatchilikning inson

kapitali nazariyasiga qiziqishi ortib bormoqda. Binobarin, raqobatbardosh inson kapitalini shakllantirish har bir davlat uchun birinchi navbatda ta'lim, jumladan, oliy ta'lim sifatini oshirish uchun zarurdir.

Fan va ta'lim har qanday davlat hokimiyatining ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy resursidir. Eng yangi zamonaviy texnologiyalarni ishlab chiqish va yuqori haq to'lanadigan mahsulotlarni yaratish orqaligina biz iqtisodiy yuksalishga erishishimiz mumkin.

So'nggi o'n yilliklarda ta'lim butun dunyoda iqtisodiy, siyosiy, madaniy integratsiya va birlashishni kengaytirish jarayoni sifatida paydo bo'ldi. Natijada rivojlangan mamlakatlarda globallashtirish, mahalliyashtirish, ta'limda individual yondashuv paradigmasiga o'tish bo'yicha xulq-atvor tashabbuslari va tashabbuslari faollashdi.

Oliy ta'lim o'qituvchilarining innovatsion faoliyatida kopping strategiyalari yangi sharoitlarga moslashish, stressni boshqarish va samaradorlikni saqlashda asosiy o'rin tutadi. Ushbu strategiyalar o'qituvchilarga ta'lim jarayoniga innovatsiyalarni kiritish bilan bog'liq muammolarni engishga yordam beradigan muammolarni hal qilish, his-tuyg'ular va xatti-harakatlarni boshqarishning turli yondashuvlarini o'z ichiga oladi.

Muammoli vaziyatlarda kerakli va zarur xulq-atvorga ega bo'lish yoki o'z shaxsiyatidagi ayrim ruhiy qusurlarni engish strategiyasini rivojlanish jarayonida sezilarli o'zgarishlarga erishish vaqti yetib keldi.

Dastlab, bu jarayon ya'ni shaxsni engish strategiyalari psixologik fanning turli sohalarida muhandislik psixologiyasi, klinik psixologiya, psixofiziologiya va boshqalarda tananing stress tarangligi doirasida o'rganilib tahlil qilingan bo'lsa, bu tahlil davomida ularning mohiyatidan tananing funktsional tizimlarining atrof-muhitning o'ziga xos bo'lmagan talablariga har qanday munosabati ko'proq o'rganilgan. Oradan vaqtlar o'tishi davomida psixologiyadan katta lug'atga koping strategining, ma'nosi faqatgina engish xulq-atvori deb emas balki "... stressli (inqiroz) vaziyatlarni, ayniqsa psixososyal xarakterga ega bo'lgan vaziyatlarni engib o'tishga va undan omon qolishga qaratilgan ruhiy jarayonlar va xatti-harakatlar, qiyin vaziyat bilan o'zaro munosabatda bo'lishning individual usuli, bu shaxsning o'ziga xos xususiyati va psixologik imkoniyatlari bilan bog'liq" degan keng ma'noli ko'rinishda ifodalanmoqda. [3].

Ilmiy adabiyotlarda engish strategiyalarining ko'plab tasniflari tasvirlangan, ammo ularning aksariyati R.S. Lazarus va S. Folkmanning psixologik kurashning asosiy strategiyalari etib quyidagicha ta'riflangan :

-muammoga yo'naltirilgan kurash (sa'y-harakatlar yuzaga kelgan muammoni hal qilishga qaratilgan);

-hissiy jihatdan yo'naltirilgan kurash (harakatlar vaziyatga o'z munosabatini o'zgartirishga qaratilgan) kabi ikkita guruhga ajratilgan holda tadqiqi qilingan. [4].

Yana bir amerikalik tadqiqotchi olin J.Amirxonning fikricha, shaxsning hayot davomida muayyan strategiyalarni tanlashi ancha barqaror xususiyatdir.

U inson xatti-harakatlarining asosiy strategiyalarini aniqlab o'rgangan va bu strategiyalarni uchta guruhga ajratib tahlil qilgan:

Birinchi guruh- muammoni hal qilish (moslashuvchan strategiya);

Ikkinchi guruh- ijtimoiy yordamni izlash (shuningdek, moslashuvchan strategiya);

Uchinchi guruh-muammodan qochish (moslashuvchan bo'lmagan strategiya).

Psixolog J.Amirxon tasnifiga ko'ra, yengish strategiyalari uchta asosiy guruhga bo'linadi: adaptiv, nisbatan moslashuvchi va moslashmagan. [5].

Yana shuni ta'kidlash kerakki, o'qituvchilik stressni keltirib chiqaradigan kasb hisoblanib, shuning uchun ham o'qituvchilarning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli martaba va shaxsning psixofizik rivojlanishi uchun moslashuvchan kurash strategiyalaridan foydalanishga erishlariga yo'naltirib borish muhim ahamiyatga egaligi bilan ajralib turadi.

Pedagogik faoliyatning kasbiy deformatsiyalariga qarshi kurashning muhim yo'nalishi o'qituvchi shaxsini o'quv jarayonida axborot texnologiyalarining yangi zamonaviy shakllarini o'zlashtirishga undash bo'lishi mumkin, bu ko'plab tadqiqotchilar tomonidan shaxsning kognitiv jarayonlarini kuchaytiradigan va insonning kasbiy va psixosomatik uzoq umr ko'rishini oshiradigan samarali, ijodiy faoliyat sifatida qaraladi.

Kasbiy faoliyatda koping strategiyasini maqbul turida sub'ektning "muammolarni hal qilish" strategiyasini afzal ko'rish darajasi etakchi omil hisoblanishi etakchi bo'lishi lozim. Ushbu strategiyani afzal ko'rgan respondentlar qiyinchiliklarni engishdagi faollik bilan ajralib turadi va bizning fikrimizcha, qiyinchiliklarni psixologik bartaraf etishning ikkita yakuniy usuli (Lazarus va Folkman tomonidan taklif qilingan), bu respondentlar muammoli vaziyatni hal qilishga qaratilgan muammoga yo'naltirilgan kurash bilan tavsiflanadi.

Holbuki, ushbu strategiyani kamroq ma'qul ko'rgan yoki boshqalarni afzal ko'rgan respondentlarga nisbatan (bizning tadqiqotimizda - "Afzallik bermaslik" va "Passiv kurash"), vaziyatga nisbatan o'z munosabatlarini o'zgartirishga qaratilgan hissiy yo'naltirilgan kurash ko'proq xarakterlidir. Boshqacha qilib aytadigan bo'lsak, biz amal qiladigan Lazarus-Folkman yondashuvi an'analarga asoslanib, ushbu ikki katta guruhni ("muammolarni hal qilish" strategiyasini afzal ko'rish / afzal ko'rmaslik mezoniga ko'ra) tanlashning semantik dominanti sifatida nafaqat faoliyatning tabiati, balki muammoni engish "vektori" bilan ham aniqlash mumkin.

Ushbu keltirilgan ma'lumotlarga asoslanib, ayni paytda o'qitishning yangi, ko'proq ma'lumotli shakllarini o'zlashtirishga tayyorligi va istagi har xil bo'lgan o'qituvchilar qiyinchiliklarga duch kelishi mumkinligini inobatga olgan holda, ularni

koping strategiyalarining turli indikatorlaridan samarali foydalanishni rivojlantirish zaruriyati bilan tushuntirishimiz mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Аведисова А. С. Копинг и механизмы его реализации (аналитический обзор) // Российский психиатрический журнал. — 2002. — № 4. — С. 59—63.
2. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. — М.: АЦ: АЦ Пражм-Еврознак, 2009.
3. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. — New York: Springer, 1984.
4. Ильин Э.П. Психология индивидуальных различий. — СПб.: Питер, 2004.
5. Karimova.V.M. Ijtimoiy psixologiya.T.:Universitet.2000.196-b
6. Karimova.V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. O'quv qo'llanma.T., "Universitet".1999.95-b.
7. Causey D.L., Dubow E.F. Negotiating the transition to junior high school: The contributions of coping strategies and perceptions of the school environment // Prevention in Human Services. — 1993. — 10. — P. 59—81

ZAMONAVIY OILALARDA ROLLI MUNOSABATLAR IDENTIVLIGIDA USTANOVKANING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Choriyeva Sarvinoz Abdurashidovna
Termiz davlat universteti o'qituvchisi*

Kirish. Oila - bu kichik jamiyat, jamiyat - katta oila. Sog'lom jamiyat sog'lom oilalar mavjudligiga bog'liq. Bugungi kunda ushbu muassasa katta zarbalarni boshdan kechirmoqda. Oila jamiyatning birinchi va eng kuchli o'zagidir. Modernizm bilan oila tez o'zgarishlarga kirdi. Oila o'zgargan sari, oilaning asosiy aktyori bo'lgan ayol ham bu o'zgarishdan o'z ulushini oldi.

Jamiyatning eng muhim instituti bo'lmish oila va oilaning tamal toshi bo'lmish ayollar modernizatsiya ta'sirida o'zgardi; Oila va xotin-qizlar muayyan parchalanishlarni boshidan kechirgan va bu holat ijtimoiy muammolarni keltirib chiqargan degan taxmindan kelib chiqib, oilaga asoslangan jamiyatni barpo etish, ayollarni qayta qurish zarur. Modernizatsiya bilan ayollar o'zlarining mavjud tuzilmalaridan uzoqlashdilar va o'zgarishlar holatida bo'lishdi.

Hozirgi zamongacha bo'lgan davrda o'rni uy sifatida qabul qilingan ayollar uy va ish joyining bir-biridan ajralishi tufayli jamoat joylarida ishlay boshladilar; Umumiy resurslarni skanerlashdan so'ng, mavzuga tegishli joylar profillash usuli yordamida qayd

etildi, so'ngra mavjud hujjatlarni tuzish orqali tadqiqot yakunlandi. Inson turlarini ko'paytirish va saqlab qolish zarurati oila institutining shakllanishiga olib keldi.

Demak, oila bir jamiyatdir. Oila barcha jamiyatlardagi eng universal institutdir. Bu odamlarning hissiy ehtiyojlarini qondiradigan va hissiy jihatdan asoslangan ijtimoiy funksiyalarga ega bo'lgan muassasadir. U bir qator iqtisodiy, biologik va sotsiologik funksiyalarni bajaradi.

Oila, xususan, ijtimoiy institut bo'lgani uchun boshqa institutlardan imtiyozli hisoblanadi. Umumjahon instituti bo'lgan oilaga universal ta'rif berish juda qiyin. Jamiyatning o'ta muhim tamal toshi sifatida ta'riflangan oila bugun katta o'zgarishlarni boshidan kechirmoqda. Bunday o'zgarish nafaqat oilaning rasmiy tuzilishida, balki uning an'anaviy mazmunida ham kuzatiladi. Canatan tomonidan boshqa bir ta'rifga ko'ra, oila birinchi inson paydo bo'lganidan beri mavjud bo'lgan va mavjudligi qadimgi davrlarga borib taqaladigan asosiy tuzilmadir. Binobarin, oila instituti tarix davomida ko'plab olim va mutafakkirlarning e'tiborini o'ziga tortgan va izlanishlarga yo'l ochgan. Qadimgi falsafiy tushunchaga ko'ra, inson va olam o'rtasida qanday bog'liqlik bo'lsa, oila va jamiyat o'rtasida ham bog'liqlik mavjud. Darhaqiqat, oila jamiyatning xususiyatlariga ega.

Oila - bu ijtimoiylashuv sodir bo'ladigan birinchi muhit. Bu shaxsiy va madaniy hayotning eng faol va jonli tuzilmalaridan biridir.

Oila instituti ijtimoiy hayotning eng kichik vakili bo'lish sifatiga ega. Oilada bunday xususiyatga ega bo'lish sabablarini quyidagicha ifodalash mumkin. Ijtimoiy hayotning davom etishi uchun zarur bo'lgan qoidalar oila institutining davom etishi uchun ham zarurdir. Ijtimoiy hayotda qanday qonun-qoidalar mavjud bo'lsa, oila uchun ham muayyan qoidalar mavjud. Oila faktik, lekin u boshidan kechirgan o'zgarishlar orqali o'zini institutsional ravishda kelajakka olib boradi.

Boshqacha aytganda, oila insoniyatning davom etishini ta'minlovchi, ijtimoiylashuv sodir bo'ladigan, o'z qoidalariga ega bo'lgan, jamiyatdagi an'anaviy tuzilmalarni kelajak avlodlarga o'tkazadigan ijtimoiy institutdir. Oilada meros bo'lib qolgan ba'zi qadriyatlar, berilgan tarbiya kabi muhimdir.

Chunki qadriyatlar odat uslubidir. Siz mantiqan ma'lum bir yoshdagi odamni ma'lum qadriyatlarni qabul qilishingiz mumkin, ammo siz bu qadriyatlarni shaxsning xatti-harakatiga kirita olmaysiz. Dyurkgeymning fikricha, oila, birinchi navbatda, axloqiy tendentsiyalarga asoslanadi.

Oila; ishonch, tinchlik, baxt, turmush o'rtoqlar o'rtasidagi sevgi; mehr-oqibat, hamkorlik va hamjihatlikka bog'liq. Oila bugungi kungacha o'rnatilgan barcha tsivilizatsiyalar, dinlar va huquqiy tizimlarda ijtimoiy hayotning birligi va yaxlitligini ta'minlashni maqsad qiladi. Ammo, afsuski, oila kundan-kunga bu xususiyatni yo'qotmoqda. Nevzat Tarxon so'zlari bilan; Oila instituti qulash arafasida, oila a'zolari o'rtasidagi aloqalar zaiflashdi, o'z joniga qasd qilish darajasi epidemiya darajasiga yetdi va jinsiy jinoyatlar ko'paydi. Shu darajaga yetdiki, erkak va ayol o'rtasidagi o'zaro

munosabatlar uslubini qayta ko'rib chiqish va bu ikki qutbning birlashuvidan kelib chiqadigan oila tushunchasini qayta ishlash kerak. Tarxon ta'biri bilan aytganda, nikoh suvdek. Ma'lumki, suv ikki elementning birikmasidan hosil bo'ladi. Aslida, bu ikki element havoda aylanayotganda erkin va ozoddir. Ikki erkin element o'z tuzilmalarini qurbon qiladi va suv kabi hayot manbaiga aylanadi .

Nikoh oilaning asosi sifatida Uy va nikoh o'rtasida yaqin munosabatlar mavjud. Aslida oila va nikoh o'rtasidagi bog'liqlik haqida gapirish mumkin.

Uy oilaning joyi sifatida qaralgan. Binobarin, uy oilaning makoni bo'lganidek, nikoh ham oilaning poydevoridir. Nikoh; Bu ijtimoiy, iqtisodiy, madaniy, diniy va huquqiy kuchlar tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan hodisa. Nikoh ma'lum qadriyatlar va me'yorlar doirasida amalga oshiriladi. Nikohning turli xil ta'riflari mavjud. Nikohning ta'riflari ijtimoiy madaniyat xususiyatlariga qarab farq qilishi mumkin. Entoni Giddens nikohni ikki kattalar o'rtasidagi ijtimoiy amalga oshirilgan va tasdiqlangan jinsiy birlashma sifatida belgilaydi .

Nikoh - bu erkak va ayol o'rtasidagi shartnoma va bir qator jarayonlardan iborat ijtimoiy hodisa. Xalqaro huquq va ijtimoiy fanlar tadqiqoti jurnali nikohning boshlanishi ba'zi ijtimoiy tadbirlar va o'yin-kulgilar bilan sodir bo'ladi. Bu tadbirlar urf-odatlar, marosimlar, ibodatlar, bayramlar va bayramlar sifatida ifodalanadi. Bularning barchasi nikohning muhimligini ta'kidlaydi.

Nikoh turli huquqiy tizimlarda turlicha ta'riflanadi. Bu farqlar asosan din yoki davlatning nikoh shartnomasidagi roldan kelib chiqadi. Islom huquqida nikoh diniy emas, balki fuqarolik bitimidir, agar er-xotinlar o'rtasida sut munosabatlari bo'lmasa va nikoh ochiq va guvohlar oldida amalga oshirilsa. Bundan kelib chiqib aytishimiz mumkinki, nikohning diniy amaldor tomonidan o'tkazilishi yoki ibodatxonada bo'lishi shart emas. Boshqacha qilib aytganda, nikoh ham shaxsiy, ham ijtimoiy institutdir. Nikohning o'zi qadriyat va idealdir. Nikoh aslida madaniy shakllar orqali uzatiladi va turlicha bo'ladi. Uning barcha xususiyatlari bilan turli xil ranglar va naqshlar mavjud.

Nikoh turlari jamiyatdan jamiyatga farq qiladi. Kim kimga turmushga chiqishini belgilaydigan tizimlar har bir madaniyatda har xil. Nikoh qarorlarida odatda samarali bo'lgan tizim qarindoshlik tizimidir. G'arb jamiyatlarida odamlar qarindoshlaridan tashqarida turmush qurish ehtimoli ko'proq. Biroq, ba'zi jamiyatlarda qarindoshlar o'rtasidagi nikoh ham keng tarqalgan. Buni, ayniqsa, mamlakatimizda ko'rish mumkin.

Nikoh tasnifi turli mezonlar asosida amalga oshiriladi. Lekin baribir odamlar bir xil etnik guruh, tabaqa, din va boshqalar. Ular bunday guruhlardan bo'lganlar bilan turmush qurishni afzal ko'rishadi. Har qanday shaxs ijtimoiy muhitning unga yuklagan yangi roli - institut talabasi, ota-ona, rahbar va shu kabi rollarni ijro etishga o'tganida o'zini dastlab "yaxshi" his qiladi. Lekin asta-sekinlik bilan shaxsning o'zi haqidagi tasavvurlari ushbu rollarni o'ziga singdiradi va bu rollarni eplash-eplamasligiga qarab shaxsning "Men" konsepsiyasida o'zgarishlar yuzaga keladi.

Ijtimoiy identivlik. Shaxsdagi “Men” konsepsiya – bu uning o‘zi haqidagi tasavvurlari bo‘lib, u o‘z ichiga nafaqat personal identivlikni (shaxsiy sifatlari haqidagi tasavvurlari), balki ijtimoiy identivlikni ham oladi. Ijtimoiy “Men” tushunchasi irqiy, diniy, jinsiy, kasbiy va h.k. mansublikni ham bildiradi.

Ya’ni ma’lum davraga mansub “biz” tushunchasi va unga kirmaydigan “ular” tushunchasi mavjud. Shaxs qandaydir bir katta guruhning tarkibiga kiruvchi kichik guruhning vakili bo‘lsa, o‘z ijtimoiy identivligini aniqroq anglaydi. Shaxsning o‘zini mansub deb bilgan guruhi ko‘pchilikdan tashkil topganida, u bu haqida o‘ylamaydi ham. Erkaklar guruhidagi yagona ayol ham, ruslar orasidagi yagona o‘zbek ham o‘z unikalligini anglaydi. Yotoqxonadagi bittagina boshqa o‘quv yurtining talabasi, psixologiya fakulteti talabalari orasida o‘zining kasbiy identivligini chuqurroq sezadi va shunga yarasha reaksiya bildiradi.

Ijtimoiy qiyoslar. Qanday qilib shaxs o‘zini badavlat, aqlli yoki past bo‘yli deb hisoblashga qaror qiladi? Bunda unga ijtimoiy taqqoslash usuli yordam beradi (Festinger, 1954). Atrofdagi odamlar shaxsga ma’lum standartlar ishlab chiqishga turtki berishadi, bu standartlar yordamida u o‘zini boy yoki kambag‘al, aqlli va aqlsiz, baland yoki past bo‘yli deb aniqlaydi. Atrofdagilar bilan o‘zini qiyoslab, ulardan nimasi bilan farq qilishini aniqlaydi. Akademik litsey yoki kasb-hunar kollejin yuqori ko‘rsatkichlar bilan tugallab, o‘zining intellektual qobiliyatlariga ishongan ko‘pgina bitiruvchilar obro‘li oliy o‘quv yurtlariga kirib, u yerda o‘ziga o‘xshagan a’lochi talabalarni ko‘rganidan keyin o‘zini endi oldingidek hurmat qilmayotganligini his etishganligini tadqiqotchilar aniqlashgan. Demak, yuqoridagilardan ko‘rinadiki, shaxs o‘zining atrofidagilarga nisbatan qiyoslash orqali o‘zining kimligini anglay boradi.

Xulosa. Oila mustahkamligi uchun oilaviy rollar aniq belgilanishi mumkin. Har bir oila a’zosining o‘z vazifasi va ma’suliyati bo‘lganda oila a’zolari o‘rtasidagi nizolar kamayadi. Oiladagi roller ijtimoiy ustanovkalar orqali belgilanishi milliy qadryatlar bilan bog‘liqdir. O‘zaro hurmat va bir – birining rollarini qabul qilish va barqarorligiga kata hissa qo‘shadi. Agar oila o‘z rollarini to‘g‘ri bajarsa, oilada uyg‘unlik va tinchlik bo‘ladi. Bu jarayonda ijtimoiy ustanovkalar oilaning muvaffaqiyatli faoliyat ko‘rsatishiga yordam beradi. Oiladagi rollarni aniq belgilash o‘zaro ishonch va ma’suliyat hissini oshiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar .

1. Akramova F.A., Abdullayeva R. M. Oilaviy hayotga oid psixologik tavsiyalar. T.: «Shams ASA», 2002. — 63 b. 13.
2. Akramova F.A. Insoniy munosabatlar psixologiyasi. T.: «Shams ASA», 2005. — 68 b. 14.
3. Vasisheva, A.V. Имидж: определение центрального понятия имиджеологии А.В. Vasisheva, A.V.Nenasheva Социально-гуманитарные знания.

– 2005. – № 4. – C. 311-317.

4.Karimova V.M " Oilaviy hayot psixologiyasi" Öquv qöllanma T . 2006.

5. Canatan va Yildirim, 2011: 9. “ Genel Psikoloji” .

TALABALAR IJTIMOY MAVQEYINING PSIXOLOGIK OMILLARI

*Haydarova Sarvinoz Saydullayevna
Termiz davlat universiteti tadqiqotchisi*

Jamiyatning doimiy o'zgarishi, chuqur o'zgarishlar va funksional tuzilmalarning murakkabligi ijtimoiy munosabatlar bilan bog'liq turli qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Olimlar oldida bu hodisalarni har tomonlama o'rganish vazifasi turibdi. Shulardan biri hodisalar, shubhasiz, jamiyatning maqom farqlanishidir. “Status” tushunchasi falsafa, tarix, iqtisod, siyosatshunoslik, sotsiologiya, psixologiya fanlarida keng o'rganilgan. Ijtimoiy sohada xususan, psixologiyada asosiy e'tibor shaxsiyat omillarini o'rganishga, ularning shakllanishiga ta'sir qiluvchi shaxslararo munosabatlarning xususiyatlari, shaxsning kichik va katta guruhlarda ma'lum bir maqom pozitsiyasi o'rganishga qaratilgan.

Guruhlardagi shaxslararo munosabatlar va talabalar ijtimoiy mavqeyini o'rganish oxirgi o'n yillikda an'anaviy tadqiqot predmeti bo'lib xizmat qiladi. Kuzatishlarga ko'ra, yuqori maqomli talabalar o'zini-o'zi hurmat qilishlari bilan ajralib turadi. Bundan tashqari, munosabatlarning yaqinlik darajasidan qat'i nazar, yuqori maqomli talabalar boshqa talabalar uchun "muhim boshqalar" dir, ya'ni ular talabalar guruhlari a'zolarining o'zini o'zi qadrlashiga sezilarli ta'sir qiladi. Guruhning o'zaro ta'sir mexanizmlari muammosining muhim xususiyatlardan biri shaxslararo o'zaro ta'sir - bu shaxsning guruhdagi statususiga bog'liqligini ko'rishimiz mumkin. [3], [11]

Guruhdagi talabalarning ijtimoiy mavqeyini o'rganilishiga doir tadqiqotlar xorijiy olimlar tomonidan tadqiq etilgan. G.M.Andreyeva rus psixologi va sosiologi guruhni sub'yektlari ma'lum umumiy xususiyatlar, shu jumladan birgalikdagi faoliyatning tabiati bilan birlashtirilgan shaxs sifatida belgilaydi.[6] A.A.Rean - rus psixologi va Y.L.Kolominskiy ijtimoiy psixologiyada olingan ma'lumotlar statuslar farqlarini aniqlashning yaxlit rasmini yaratmaydi.[10]

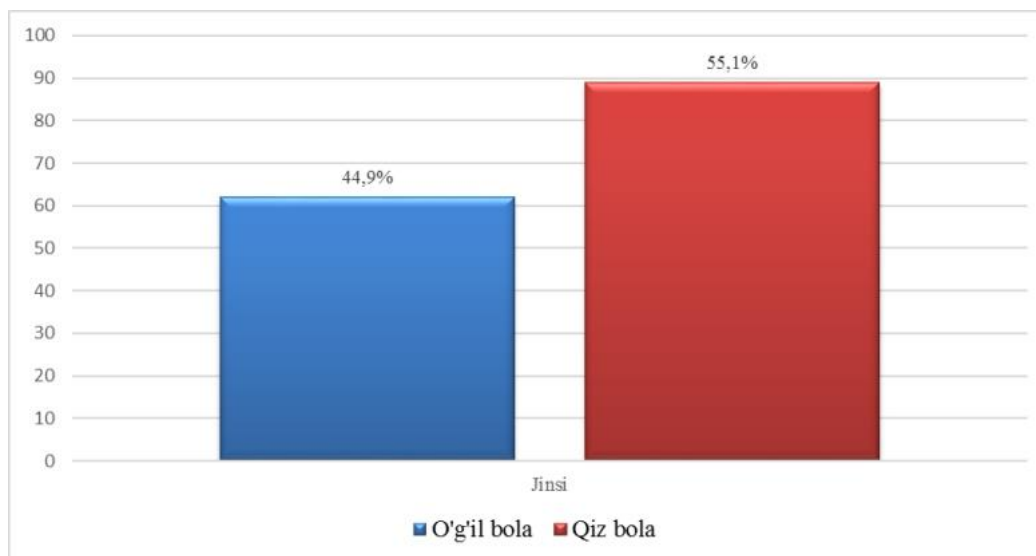
Talabalarning muloqot sub'yektlari sifatidagi xususiyatlarini rivojlanishning ijtimoiy holati nuqtai nazaridan talqin qilish mumkin. Talabalik davri etakchi faoliyatning o'zgarishi, ijtimoiy maqomning o'zgarishi, yoshlarning yangi ijtimoiy rolga kirishi bilan tavsiflanadi .Mamlakatimiz olimlari ham bu borada e'tiborga molik izlanishlar olib borishgan.

Yuqoridagi xorij va mahalliy olimlar tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlardan farqli o'laroq, mazkur tadqiqot ishlarida talabalarning psixologik- pedagogik jixatdan

tayyorlash E.G‘.G‘oziyev rahbarligida uning shogirdlari tomonidan zo‘r qiziqish bilan o‘rganildi. Jumladan, X.A.Ruxiyeva «Talabaning o‘quv faoliyatini o‘zi boshqarishning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi nomzodlik dissertatsiyasida umumlashgan o‘quv faoliyati usullari sistemasi orqali o‘quv faoliyatini o‘zi boshqarish metodlarini ishlab chiqdi. [12]

Shaxslararo o‘zaro ta‘sirning muhim xususiyatlaridan biri - bu shaxsning guruhdagi yoki maqomdagi pozitsiyasi, bu shaxsning shaxslararo munosabatlar tizimidagi mavqei va uning guruh a‘zolari tomonidan "psixologik maqbulligi" o‘lchovini bildiradi. Buni shaxsning kommunikativ faoliyati muvaffaqiyatining etarlicha ob‘ektiv ko‘rsatkichi deb hisoblash mumkin.

Ya.L.Kolominskiy maqomni integral tushuncha sifatida belgilaydi, bu ikkala ob‘ektiv parametrlarni, masalan, guruh ichidagi tuzilmadagi shaxsning pozitsiyasini va turli darajada aks ettirilgan o‘z pozitsiyasining sub‘ektiv aksini o‘z ichiga oladi.[1] Shunday qilib, zamonaviy ijtimoiy psixologiyada maqom sub‘ektning shaxslararo munosabatlar tizimidagi o‘rni sifatida qaraladi, uning huquqlari, majburiyatlari va guruhdagi muayyan imtiyozlarni belgilaydi. Tengdoshlar guruhlarida individual maqom muammosi ko‘proq bola rivojlanishi, o‘smirlik va yoshlik davri tadqiqotchilari tomonidan ko‘proq o‘rganilgan, "talabalik yoshi" kabi muhim bosqich bu borada etarlicha o‘rganilmagan. Talabalarning muloqot sub‘ektlari sifatidagi xususiyatlarini rivojlanishning ijtimoiy holati nuqtai nazaridan talqin qilish mumkin. Talabalik davri etakchi faoliyatning o‘zgarishi, ijtimoiy maqomning o‘zgarishi, yoshlarning yangi ijtimoiy rolga kirishi bilan tavsiflanadi. [2]



1-rasm. Respondentlarning jinsi ko‘rsatkichi

Tadqiqot ishimizda 1-chi xudud Surxondaryo viloyati Termiz davlat universiteti 18-24 yosh oralig‘idagi 147 nafar talabalar ishtirok etishdi. Ushbu

sinaluvchilardan 14 shkaladan iborat V.V.Stolinning “O‘ziga bo‘lgan munosabat” test-so‘rovnomasi hamda G.Ayzenkning “Temperament”testining birlamchi tavsiflovchi statistika natijalariga ko‘ra, barcha ko‘rsatgichlar assimetriya va exsessda normada ekanligini uchun biz Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha ma’lumotlarni normal taqsimlanishga mosligini ko‘rishimiz mumkin.

2- jadval

V.V.Stolinning “O‘ziga bo‘lgan munosabat” test-so‘rovnomasi ko‘rsatkichlari (Kolmogorov-Smirnov me‘zoni bo‘yicha) N=147

№	Shkalalarnomi	Kolmogorov Smirnov bo‘yicha z qiymat	Ishonchdarajasi
1	O‘z-o‘ziga xurmat	1,707	0,006**
2	Autosimpatiya	1,177	0,125
3	Boshqalardan kutilgan munosabat	1,974	0,001***
4	O‘z-o‘ziga qiziqish	2,147	0,000***
5	O‘z-o‘ziga ishonch	2,141	0,000***
6	Boshqalarga munosabat	2,144	0,000***
7	O‘z-o‘zini qabul qilish	2,145	0,000***
8	O‘z-o‘zini boshqarish	2,592	0,000***
9	O‘z-o‘zini ayblash	1,892	0,002**
10	O‘z-o‘ziga qiziqish	2,157	0,000***
11	O‘z-o‘zini anglash	2,688	0,000***
12	Eksroversiya	0,673	0,756
13	Introversiya	0,797	0,549
14	Hissiy barqarorlik	1,145	0,146

Tadqiqot ishimizdan olingan natijalarning yanada ishonchliligini aniqlash hamda normal taqsimlanishga moslik darajasiga ko‘ra qaysi bir me‘zonga tegishli ekanligini aniqlash maqsadida, Kolmogorov-smirnov me‘zonidan foydalangan holda quyidagi ko‘rsatkichlarga ega bo‘ldik:

V.V.Stolinning “O‘ziga bo‘lgan munosabat” test-so‘rovnomasi Global o‘ziga munosabat ($D=1,011$; $p<0,05$), Autosimpatiya ($D=1,177$; $p<0,05$), G.Ayzenkning “Temperament”testining eksroversiya ($D=0,673$; $p<0,05$), introversiya ($D=0,797$;

$p < 0,05$), hissiy barqarorlik ($D=1,145$; $p < 0,05$) shkalalarini tahlil qilganimizda esa, normal taqsimlanish qonuniga mos kelishi aniqlandi.

Demak biz yuqoridagi natijalarga ko'ra, normal taqsimlanish qonuniga mos kelgan ko'rsatgichlar bilan parametrik (Styudent, Pirson, Bir omilli dispersion tahlil mezonlari), normal taqsimlanish qonuniga mos kelmagan ko'rsatgichlar bilan esa noparametrik (Mann Uitni, Vilkokson, Spirmen, Krusskal Uollis mezonlari) usullar orqali tahlil qilishimiz mumkin.

Talabalar yoshini tavsiflovchi tadqiqotchilar ushbu davrda kasbiy ta'lim masalalari eng keskin tarzda paydo bo'lishini ta'kidlaydilar.

O'z taqdirini o'zi belgilash, bundan tashqari, ko'plab talabalar uchun bu davr oilani yaratish yoki uzoq muddatli, hissiy jihatdan muhim munosabatlarni o'rnatish bilan bog'liq. Bu jiddiy inqirozlar, og'ir yuklar, tashvishlar va muammolar davri. Demak, kasbiy ta'lim jarayonida shaxsning nafaqat kasb sub'ekti, balki shaxslararo munosabatlarning sub'ekti sifatida shakllanishi sodir bo'ladi va shu munosabat bilan talabalar jamoasining o'rni, uning guruhdagi mavqei, , guruh ichidagi shaxslararo munosabatlar tizimida sub'ektning egallagan o'rni nihoyatda katta.

Talabalar guruhidagi shaxsning holatiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarni tahlil qilish ma'lumotlari talabalarning turli bosqichlarida moslashuvi uchun qulay shart-sharoitlarni yaratish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish jarayonida universitetning psixologik xizmatlari faoliyati uchun foydali bo'ladi. O'qitish, talabalar guruhining faoliyatini optimallashtirish, shaxsning guruhga kirishini optimallashtirish ta'lim funktsiyalarini yanada samarali amalga oshirish imkonini beradi.

Xulosa. Ushbu mavzu yuzasidan olingan ishda ko'plab ilmiy adabiyotlar, so'ngi yillarda olib borilayotgan psixologik, sotsiologik tadqiqotlar bilan tanishib chiqildi. To'plangan ilmiy manbalar va psixodiagnostik metodlar orqali talabalarda emperik tadqiqot olib borib, mavzuning ahamiyatligi yuzasidan psixologik, ijtimoiy jihatdan ko'rib, o'rganildi. Kuzatish barobarida mavzu yuzasidan tanlab olingan guruhlar orasida bir necha o'ta ahamiyatli metodikalarni olishga muvaffaq bo'ldik. Mavzuning psixologik ijtimoiy ahamiyatini ko'rib chiqishda jahonga mashxur psixologlar, sotsiologlar, olimlar fikridan foydalanildi. Taqdqiqotda metodologik asos sifatida qo'llanilgan psixodiagnostik metodikalarning qay darajada to'g'ri tanlanganligini aniqlash maqsadida, birlamchi tavsiflovchi statistika amalga oshirildi.

Uning natijalariga ko'ra, psixodiagnostik metodikalarning to'g'ri tanlanganligi o'z tasdig'ini topdi. Ushbu tadqiqot davomida olingan natijalar respondentlarning yosh, jins va gurux jihatdan farqli jihatlariga egaligi sabab, qiziqarli natijalarni keltirib chiqardi. Talabalarning guruhdagi statusiga ularning o'zlariga berayotgan baholari va temperament tiplarini ham ta'siri yuqori ekanligini tadqiqotlarimizda ko'rishimiz mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Коломинский Я.Л. Социальная психология взаимоотношений в малых группах. М.: АСТ, 2010. 448 с.
2. Краснова В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация / Психологическая наука и образование. 2011. №1. С. 140-150.
3. Сачкова М.Е. Статусные отношения в подростковых ученических группах / Вопросы психологии. 2006. №4. С. 58–58.
4. Творогова Н.Д. Экспериментальное изучение социальной перцепции в процессе общения студентов в учебной группе // Вопросы психологии. 1981. № 4. С. 119-123. Инженерный вестник Дона, №4 (2014) ivdon.ru/ru/magazine/archive/n4y2014/2698 © Электронный научный журнал «Инженерный вестник Дона», 2007–2014
5. Психология. Словарь. / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М., 1990. 494 с.
6. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2009. 384 с.
7. Донцов А.И. Социальная психология групп. / Вестник Московского унта. Сер.14.Психология. 1997. №4. С. 17-25.
8. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: ЗАО Питер, 1999. 416 с.
9. Z.T.Nishonova ,P.S.Ergashev Oliy maktab psixologiyasi T.2012.220bet

PEDAGOGLARDA TOLERANTLIK NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sattorova Maxliyo Dilmurod qizi
Termiz davlat universiteti Psixologiya fanlari
bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Kirish. Jahon aholisining turmush tarzi va uning sifatida yuz berayotgan o‘zgarishlar kishilarda o‘zaro mehr va do‘stonalik munosabatlar o‘rnatilishini har doimgidan ham dolzarb qilib qo‘ymoqda. Tolerantlikni rivojlantirish shu nuqtai nazardan alohida ahamiyatga bo‘lib, buning zahirida shaxslararo va guruhlararo muammolar masalasi turadi. Kishilarning yosh va individual psixologik xususiyatlari tufayli o‘quvchi va talabalar ta‘lim tadqiqotchilaridan jiddiy e‘tibor talab qiladigan ijtimoiy guruh bo‘lib, ularda tolerantlikni shakllantirish yoshlar o‘rtasida mavjud murosasizlik shakllarini bartaraf etish zarurati yuzaga kelmoqda..

Pedagoglarda tolerantlik namoyon bo'lishini belgilovchi omillarni shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy tajriba va ijtimoiy-madaniy muhit kabi

bir necha guruhlarga bo'lish mumkin. Pedagogning bag'rikengligi uning boshqalarni qabul qilishga bo'lgan munosabatida, empatik tushunishda, ochiq va ishonchli muloqotda namoyon bo'ladi. Ta'lim jarayonida pedagoglarning tolerantlik xususiyatlari bir qator funksiyalarni bajaradi.

Bag'rikenglik chegaralari masalasini muhokama qilib, T.P.Skripkina nazariy darajada maqbul bag'rikenglik darajasida farq qiluvchi beshta tolerant shaxsiy pozitsiyani ajratib ko'rsatishni taklif qiladi:

- ichki munosabat sifatidagi bag'rikenglik, boshqa, begonani qabul qilish va bag'rikenglik sifatida;
- madaniy me'yor sifatida bag'rikenglik (boshqacha aytganda, tashqi ifodaga tolerantlik);
- bag'rikenglik xolislik, boshqasiga befarqlik sifatida;
- bizga yomonlik qiladigan odamga nisbatan bag'rikenglik;
- o'zimizga emas, boshqa bironvga zarar yetkazadigan, lekin biz bunga ahamiyat bermaydigan odamga nisbatan bag'rikenglik.[2]

Xuddi shunday. tadqiqotchi A.M.Baybakov tolerantlikning ijtimoiy zaratin tahlil qilib, uning quyidagi funktsiyalarini belgilaydi:[1]

- shaxsda voqelikka, muayyan vaziyatlarga, uning xulq-atvoriga va boshqalarga adekvat munosabatni shakllantirishdan iborat barqarorlik funktsiyasi;
- bag'rikenglikning rag'batlantiruvchi funktsiyasi o'quvchiga o'zi haqida g'oyalarni shakllantirishni ta'minlash, o'zini o'zi anglash va o'z-o'zini tarbiyalash bilan shug'ullanishga imkon berish;
- adaptiv funktsiya rivojlanayotgan shaxsga jamoaviy (guruh) faoliyat jarayonida faoliyatning o'ziga ijobiy munosabatni rivojlantirishga imkon berish, shaxsda markaziy asab tizimining qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining mos kelmasligini yumshatishga yordam berish;
- bag'rikenglikning baholovchi va prognostik funktsiyasi odamga boshqalardan talablarning kuchayishi, faoliyatning kengayishi sharoitida boshqalar bilan konstruktiv munosabatda bo'lishga imkon beraish;
- integratsiyalash funktsiyasi etakchi bo'lib, guruh xavfsizligiga tahdid soladigan tashqi va ichki ziddiyatlarga (kichik guruhlarining rivojlanishi va mavjudligi jarayonida) qarshi turishga qaratilgan va guruh barqarorligini ta'minlaydi, guruhdagi muloqot va o'zaro munosabatlarda o'quvchi shaxsining keyingi axloqiy rivojlanishi va o'zini o'zi belgilashini rag'batlantirish.

Pedagoglarda tolerantlik xususiyatlari mazmuni, mohiyati, ko'rinishi, turlari kabilarga bag'ishlangan tadqiqotlarni o'rganish qilish asosida pedagogning tolerantligi tushunchasiga quyidagicha mualliflik ta'rifini ishlab chiqdik: Pedagogning tolerantlikgi – pedagogik munosabatlarda ta'limiy va tarbiyaviy maqsadlarini amalga oshirishda o'zini kasbiy anglashi, tushunishi, o'z harakatlari, munosabatlarini boshqalar, o'quvchi yoki talabalar guruhi va pedagogik jamoa talablariga muvofiqlashtirishga intilishi,

tashqi ko'rinishi, tajribasi, muloqot xususiyatlari, xulq-atvori, diniy e'tiqodlaridan qat'iy nazar boshqalarning nuqtai nazarini qabul qilish va hamkorlikka tayyorligi bo'lib, rahm-shafqat, qayg'urish, kechirimlilik, tenglik ruhini saqlash, o'quvchi yoki talabalar guruhi va pedagogik jamoadagilarning qadr-qimmatini hurmat qilish, ta'lim muassasalaridagi turli vaziyatlar va xolatlarni to'g'ri qabul qilishga tayyorligida ifodalanuvchi psixologik xususiyatidir.[5]

Shaxsning turli vaziyatlarda o'zini tuta bilish, chidamlilik, sabr-toqat, qat'iylilik, botirlik, intizomlilik, sabotlilik, mustaqqillik, mardlik kabilar iroda sifatleri qatoriga kiritiladi. Maqsadga intilish – shaxsning o'zidagi barcha kuch-quvvatlarini oldiga qo'ygan maqsadiga qaratish, o'z xatti-harakatlarini ko'zlagan maqsadiga erishish vazifasiga bo'ysundirish, har qanday qiyinchilik va to'siqlarga qaramay maqsadni amalga oshirish uchun intilish qobiliyatidir.

Pedagogning o'zini tuta bilishi ularning o'z xatti-harakatlari, his-tuyg'ulari, xulq-atvori kabilarni boshqara bilishda aks etuvchi iroda sifatidir. Chidamlilik – maqsadga erishishda odamning ko'pincha sovuq va issiqqa ham, ochlik tashnalikka ham, betoblik va boshqa shu singari qiyinchiliklarga qaramay, barcha to'siqlarni yengib, o'z maqsadini ro'yobga chiqarishga intilishda aks etuvchi ijobiy sifatdir. qat'iylilik - shaxsning vaziyatni tezda baholab, o'z vaqtida asosli, o'ylangan va mustahkam qaror qabul qilishi, hech qanday ikkilanishsiz uni bajarishga kirishishidan iborat fazilatidir. Intizomlilik – jamiyat qonunlariga, axloq normalari va qoidalariga, milliy (umumbashariy) urf-odatlariga, ixtiyoriy hamda ongli ravishda bo'ysunishda ifodalanuvchi inson sifatidir.[6]

Tadqiqot ishimizda qo'llanilgan navbatdagi metodika G.U.Soldatova, O.A.Kravtsova, O.YE. Xuxlayev, L.A.Shaygerovalarning «Shaxs tolerantligi indeksi» bo'lib, sinaluvchilarga 22 ta mulohazalar taqdim etiladi. Pedagoglarda o'tkazilgan ushbu metodika shaxsning etnik, sotsial tolerantligini va tolerantlik shaxs xislati sifatida xususiyatini o'rganishga asoslanadi.[4]

Etnik tolerantlik - mulohazalar bo'yicha - bu «etno-do'st» ni qabul qilishda amalga oshiriladigan shaxs, ijtimoiy guruh, jamiyatning munosabati. Ushbu munosabat turli etnik guruhlarining o'z guruhiga nisbatan «boshqalar» sifatida harakat qiladigan madaniyatlar, urf-odatlar, stereotiplar va xulq-atvor xususiyatlarini qabul qilish bo'yicha turli etnik guruhlarining ongli harakatlariga tayyorlikni shakllantiradi. Millatlararo sotsial tolerantlik darajasi millatlararo o'zaro ta'sir natijasida namoyon bo'ladigan guruh faoliyati, ya'ni «etno-boshqa»ni qabul qilish, chiqarib tashlash yoki bostirish shaklida namoyon bo'ladi.

Sotsial tolerantlik-mulohazalar bo'yicha - bu boshqa turdagi qarashlar, urf-odatlar, odatlarga nisbatan sotsial tolerantlik. Sotsial tolerantlik turli xalqlar, millatlar va dinlarning xususiyatlariga nisbatan zarurdir. Bu o'ziga bo'lgan ishonch va o'z pozitsiyalarining ishonchliligi ongining belgisi, boshqa nuqtai nazarlar bilan taqqoslashdan qo'rqmaydigan va ma'naviy raqobatdan qochmaydigan hamma uchun

ochiq bo'lgan mafkuraviy oqimning belgisidir.

Sotsial tolerantlik shaxs xislati sifatida -mulohazalar bo'yicha - Sotsial tolerantlik shaxs xislati sifatida turli qarashlar bilan birga shaxsning shakllanishi bilan bo'g'liq tushuncha hisoblanadi. Shaxsning boshqa shaxslarga nisbatan ichki his-tuyg'ularini namoyon qilishi, suhbat jarayonida yoki faoliyat jarayonida shaxslarga bir-birlariga bo'lgan munosabatida bag'rikeng bo'lishi boshqa shaxslarga nisbatan muloyim hush muomilada keng fe'l bo'lishi keng bu shaxsning tolerantlik xislat hisoblanadi.

Sinaluvchilar taqdim etilgan mulohazalarga qanchalik qo'shilish va qo'shilmasligini baholashi kerak bo'ladi. Buning uchun har bir mulohaza to'g'risida o'zingiz tanlagan javobni qayd eting. Metodikada uchta ko'rsatgich mavjud bo'lib:

Psixolog olimlar sotsial tolerantlik mohiyatini izohlab, quyidagi yondashuvni alohida ajratib ko'rsatishgan:

- sotsial tolerantlik shaxsga xos va ijtimoiy qadriyat;
- sotsial tolerantlik ijtimoiy munosabat, affektiv, kognitiv, xulq-atvor komponentlariga ega;
- sotsial tolerantlik shaxsning boshqa xususiyatlari bilan bog'lanishi mumkin bo'lgan shaxsiy xususiyat sifatida qaraladi. [63;8-10-b]

Olingan natijalar va ularning tahlili. Ushbu G.U.Soldatova, O.A.Kravtsova, O.Y.Xuxlayev, L.A.Shaygerovalarning «Shaxs tolerantligi indeksi» metodikasidan foydalanib, 60 nafar umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida, va 60 nafar oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida dastlabki tadqiqotlarni olib bordik va quyidagi natijalarga ega bo'ldik. (jadval 1)

1-jadval

G.Soldatovaning "Shaxs tolerantligi indeksini psixodiagnostik o'rganish" metodikasi tavsiflovchi statistikasi

Shkalalar	Darajasi	Umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilari N=60		Oliy ta'lim muassasasi pedagoglari N=60	
		Soni	Foizi	Soni	Foizi
Etnik tolerantlik	Yuqori	32	53,33%	34	56,66%
	O'rta	19	31,66%	20	33,33%
	Past	9	15%	6	10%
Sotsial tolerantlik	Yuqori	28	46,66%	31	51,66%
	O'rta	21	35%	22	36,66%
	Past	11	18,33%	7	11,66%
Tolernatlik shaxs xislati sifatida	Yuqori	27	45%	30	50%
	O'rta	18	30%	21	35%
	Past	15	25%	9	15%

Tadqiqot natijalari umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilari va Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarining tolerantlik indeksining Etnik tolerantlik Sotsial tolerantlik Tolernatlik shaxs xislati sifatida kshrsatkichlari bo'yicha tafovutlar mavjudligini namoyon etdi. Jumladan, etnik tolerantlik shkalasi bo'yicha yuqori daraja umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida 53,33 % ni tashkil etgan bo'lsa, Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida bu ko'rsatkich 56,66% ni tashkil etdi.

Sotsial tolerantlik shkalasida yuqori daraja umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida 46,66% ni tashkil etdi, Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida esa bu ko'rsatkich 51,66% ni tashkil qildi, uchinchi Tolernatlik shaxs xislati sifatida shkalasida esa umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida 45 % ni tashkil etdi va Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida bu ko'rsatkich 50% ni tashkil etdi.

Xulosa. Turli omillarga tayangan holda, olimlar tolerantliknng quyidagi sohalarini ajratib ko'rsatganlar: yoshga doir tolerantlik – insonning yoshi bilan bog'liq o'ziga xosliklarini to'g'ri qabul qilish (kattalarning yoshlarni tushuna olmasligi, zarur bilim va tajribaning yetarli emasligi va boshqalar); ma'lumotlilik darajasi bilan bog'liq tolerantlik – nisbatan past darajadagi ma'lumotga ega kishilarning fikrlari va xatti-harakatlariga sabrli bo'lish; millatlaro tolerantlik – turli millat vakillariga hurmat bilan munosabatda bo'lish, biror millat vakilining kamchilik va salbiy harakatlarini shu millatga mansub boshqa kishilarda ham bor deb hisoblamaslik; irqiy tolerantlik – boshqa irq vakillariga past nazar bilan qaramaslik; diniy tolerantlik – turli dinlar, konfessiyalar, konfessional guruhlariga sotsial tolerantlik bilan munosabatda bo'lish; madaniy tolerantlik – madaniy qiziqqonlikka zid bo'lib, boshqa madaniyatlarni tan olish, ularni to'g'ri qabul qilishga qobiliyatlilik. Madaniy tolerantlik madaniy ta'sir o'tkazish, madaniy ekspansiyaga yo'l qo'yilmasligini talab etadi; shaxslararo tolerantlik – insonlardagi murakkab tabiiylikni, ular orasidagi farqlarni anglash va qabul qilishga qobiliyatlilik bo'lib, muloqot jarayonida insonning boshqalarni o'z mavjudligi va rivojining yuksak timsoli sifatida ko'ra olishidir.[5] Demak, pedagoglarda tolerantlik tiplarini aniqlash uchun keng ko'lamli tadqiqotlar olib borishni talab etadi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Байбаков А. М. Воспитание толерантности у старшего подростка в условиях взаимодействия малых групп / А. М. Байбаков: Автореферат дис. канд. пед. наук: 13.00.01. - Волгоград, 2003. - 17 с.
2. Бердиер Г.Л Социальная психология толерантности. Автореф. Санк-Петербург. 2007
3. Пчелинсева И. Толерантност и школьник .- Москва. Мозаика-Синтез.- 2003.-143 б
4. Sattorova M.D. Sotsial tolerantlik-davr talabi //TDPU ilmiy axborotlari, №6.Toshkent,2020.B.231-235.

5. Sattorova M.D. Tolerantlik turlari va uning shakllanishi //TDPU ilmiy axborotlari, №8.Toshkent, 2020.B.97-101.
6. Шакуров Р. Х. Социально психологическим проблеми руководства педагогическим коллективам. Москва. Педагогика. 2002.
7. G'oziyev E.G'. Psixologiya o'qitish metodikasi Tishkent, Universitet, 2010.

KOGNITIV-XULQ-ATVOR PSIXOTERAPIYASI PSIXOLOGIYA METODI SIFATIDA

Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna
Psixologiya fanlari doktori (DSc)
Termiz davlat universiteti

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

Shaxsning sog'lom tafakkuri uning har tomonlama salomatligini himoyasini ta'minlashga qaratilganligi bilan ijtimoiy qiymatga ega. Sog'lom tafakkur tarkibiga tibbiy, jismoniy, ma'naviy, axloqiy va mafkuraviy salomatlikni himoya qilishga qaratilgan g'oyalar, qarashlar, tushunchalar, harakatlar, bilim, tajriba va faoliyatga tayyorlik kabilar kiradi. Kishining sog'lom tafakkuriga uning ijtimoiy muhitda o'zi, yaqinlari va umuman jamiyat bilan munosabatlarini tom ma'noda himoya qilish uchun sharoit va potentsial imkoniyatlar yaratilishga qodir.

Shuningdek, sog'lom fikrlash kishiga har qanday vaziyatda xotirjamlik va muvozanatni saqlashga, o'zini va atrofdagilarni tushunishga yordam beradi va jazo sifatida emas, balki tajriba uchun berilgan tinchlik va vaziyatlarga barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan, sog'lom tafakkur muhim ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lib, shaxsning salomatligi va rivojlanishi uchun qulay ijtimoiy muhitni yaratishga yordam beradi deb e'tirof etish mumkin.

Alohida ta'kidlash joizki, shaxs ongi, tafakkuri va xulq-atvorini to'g'ri yo'naltirish, maqsadga muvofiq rivojlanishini nazorat qilish, zarur bo'lganda turli

metodlarni qo'llagan holda psixologik ta'sir o'tkazish bilan psixologiya ilmi shug'ullanadi. [1]

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

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

Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi psixoterapiyaning keng tarqalgan shakli bo'lib, turli destruktiv xulqni tuzatishda samarali usul xisoblanadi. Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi mijoz fikrlari, xatti-harakatlarini o'zgartirish orqali hissiy reaksiyalarni o'zgartirishga qaratilgan qisqa muddatli seansdan iborat bo'lib, undan ko'plab maqsadlarda foydalanish mumkin.

Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi usullaridan shuningdek, odamlarning kognitiv buzilishlarga nisbatan ochiqroq va ongli pozitsiyani egallashga yordam berish va shu bilan kognitiv buzilishlarning shaxs hayoti va munosabatlariga salbiy ta'sirini kamaytirish maqsadida qo'llash mumkin hisoblanadi.

Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasining qo'llanilishi psixologiyada kognitiv yondashuvga muvofiq psixologik muammolar va ko'pgina nerv-psixik buzilishlar insonning mantiqsiz yoki noo'rin fikrlari va e'tiqodlari hamda ularning fikrlash uslubidagi disfunktsional stereotiplar tufayli yuzaga kelishi va bu kabi hissiyotlar va xatti-harakatlarni o'zgartirish orqali muammolarni hal qilishi mumkin degan g'oyaga asoslanadi. Mazkur qarashga asoslangan xulq-atvor yondashuvi insonning foydali xatti-harakatlarni rag'batlantirish va mustahkamlash aksincha, zararli yoki istalmagan shakllarni so'ndirish natijasida hissiyotlar va fikrlash shakllarini o'zgartirishdan iborat.

Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi mijozning hayotini yaxshi tomonga o'zgartirish imkoniyatlarni oshirish, hayotdagi to'siqlarni engib o'tishi va psixologik muammolarni hal qilishi uchun sharoit yaratishga yordam beradi.

Psixolog yoki psixoterapevt o'z faoliyatida kognitiv-xulqiy psixoterapiya texnikasidan foydalangan holda, mijozning ongsiz motivatsiyasini yoki istaklarini ajratib olib, ularni ongli darajaga ko'tarishi, normal hayotga xalaqit beradigan salbiy munosabat, fikr va e'tiqodlarni o'zgartirishga yordam beradi.

Shu nuqtai nazardan kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasining asosiy maqsadi mijoz bilan ishlash metodikasini ishlab chiqishdan iborat. Ushbu maqsadlarda turli metodikalar ishlab chiqilgan va amaliyotchi psixologlar faoliyatida qo'llaniladi.

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

Kognitiv xulq-atvor terapiyasi 20-asrning boshlarida kognitiv terapiyaning rivojlanishi va keyinchalik ularning birlashishi bilan bog'lanadi va xulq-atvor sohasida 1920 yilda Jon B. Uotson va Rozali Raynerning xulq-atvorning shatrsizligini o'rganish bilan boshlangan. Amerikalik psixolog Meri Kover Jonsning 1924 yilda xulq-atvorning terapevtik yondashuvlari bolalarni qo'rquvdan xalos etishga bag'ishlangan asarida keltirilgan bo'lib, ular 1950-yillarda paydo bo'lgan Jozef Volpning xulq-atvor terapiyasi tarafdorlari Jozef Volp va Uotsonning shartli reflekslar sohasidagi Ivan Pavlovning kashfiyotlariga asoslangan qarashlari Gans Ayzenk va Arnold Lazarusga klassik yondoshuvga asoslangan xulq-atvor terapiyasining yangi usullarini ishlab chiqishga turtki bo'lgan [2].

G.Ayzenk tadqiqotlar olib borilgan bir vaqtda, B.F.Skinner va uning hamkasblari operant metodlarni ishlab chiqishni boshlagan va B.F.Skinner usuli radikal bixeviorizm deb nomlangan. 1954-yilda Julian Rotter va 1969-yilda Albert Bandura xulq-atvorni o'zgartirishga ta'sirini ko'rsatish orqali ijtimoiy o'rganish nazariyasidagi o'zgarishlar bilan xulq-atvor terapiyasiga hissa qo'shgan.

Psixolog Alfred Adler birinchilardan bo'lib Psixoterapiyada kognitsiyalarni qo'llagan va u kognitiv xatolar tushunchasi bilan kognitiv psixoterapiya rivojlanishida katta rol o'ynaydi. Mazkur Alfred Adler nazariyasi shaxsning sog'lom, foydali xulq-atvor va hayotiy maqsadlarini yaratishga yordam berishi to'g'risidagi g'oyalarga asoslanadi.

A.Adlerning g'oyalari ratsional-emotiv terapiya deb nomlangan kognitiv yo'naltirilgan psixoterapiyaning qadimgi turi Albert Ellisning qarashlariga ta'sir ko'rsatdi. Ratsional-emotiv xulq-atvor terapiyasi ishlab chiqilgan vaqtida Aaron T.Bek psixoanalitik amaliyotida erkin assotsiatsiya seanslarini o'tkazib, unda Z.Freydning fikrlar ongsiz emasligini, fikrlashning ayrim turlari hissiy tanglikka olib kelishi mumkinligi haqidagi gipotezaga asoslanib kuzatgan. Shu tufayli Aaron T.Bek kognitiv xulq-atvor terapiyasining asoschisi hisoblanadi.

Kognitiv psixoterapiyada o'z amaliyotida shaxsning ongini band qilgan noto'g'ri

g'oyalari va e'tiqodlariga qarshi turishga, kognitiv xatolar deb nomlanuvchi fikrlash tarzidagi xatolarinio'zgartirishga yordam berish uchun kognitiv xulq-atvor terapiyasidan foydalanib, hissiy stressni kamaytirish va o'zini parchalaydigan "haddan tashqari umumlashtirish, negativni bo'rttirish, pozitivni kamaytirish va fojialashtirish" kabi xatti-harakatlarni kamaytiradi.

Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi quyidagi muammolarni hal etishda samarali xisoblanadi:

- O'ziga ishonchsizlik.
- O'zini yoqtirmagan xolda o'zini past baqolash.
- Motivatsiyaning yo'qligi.
- Kuyunchaklik sindromi
- Tushkunlik, befarqlik.
- Depressiya.
- Xavotirlanish.
- Sotsial xavotir.
- Vaxima.

Kognitiv psixoterapiya metodlarlariga Gabituatsiya, Xulq-atvorni mustaqamlash kabilar kiritiladi.

Gabituatsiya – muammoni keltirib chiqaruvchi qo'zg'atuvchiga e'tibor bermaslik hisoblanadi. Odatda esa buning teskarisi ko'p kuzatiladi. Masalan, agar mizoj o'rgimchakdan qo'rqsa (araxnofobiya) uni tuzatish maqsadida o'rgimchak rasmini tomosha qilish, uni ushlab ko'rish, harakatlanayotgan o'rgamchak bilan bitta xonada bo'lish kabilar qo'llaniladi.

Xulq-atvorni mustahkamlash – insonga uni qiynayotgan muammolaridan qutilishga yordam beradigan aniq xatti-harakatlarni amalga oshirish o'rgatiladi va uning ikki turi farqlanadi. Birinchisi ijobiy, ikkinchisi salbiy bo'lib, ijobiy ijobiy harakatlarga odatlantirishdan iborat. Masalan, xodimga mukofot berish orqali unda ijobiy hissiyotni tuyishni shakllantirish, salbiy aksincha, ishga kech qolib jarima olmaslik uchun, ishga o'z vaqtida kelishga odatlantirish.

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

E'tiqod - kognitiv psixoterapiya tushunchasi bo'lib, insonning o'zi va dunyo haqidagi g'oyalarini anglatadi, mutlaqlashtirilgan va umumlashtirilgan e'tiqodlar farqlanadi. Chuqur e'tiqodlar odatda bolalik davrida, bola o'zi uchun muhim bo'lgan odamlar bilan munosabatlar va hayotiy tajribalar ta'sirida shakllanadi. Chuqur e'tiqodlar insonning oldiga qanday maqsadlar qo'yishini, uning xatti-harakatlarini baholashini, o'zi bilan sodir bo'layotgan voqealarga munosabatini va ularga qanday izoh berishini oldindan belgilab, u yoki bu vaziyatga xos bo'lgan avtomatik fikrlarning paydo

bo'lishiga hamda ushbu vaziyatga nisbatan hissiy reaksiya xosil bo'lishiga sabab bo'ladi. Chuqur e'tiqodlar asosida insonga xos bo'lgan ma'nolarning individual matritsasi shakllanadi. A.Bek tarafdorlari turli xil hissiy va shaxsiyat buzilishlariga mos keladigan disfunktsional chuqur e'tiqodlarni tasvirlab, avtomatik fikrlarni tizimli tahlil qilish va ularda takrorlanadigan markaziy mavzularni aniqlash asosida chuqur e'tiqodlarni qayta tiklash, disfunktsional e'tiqodlarni konstruktiv e'tiqodlarga almashtirish bo'yicha usulini qo'llab, kognitiv jarayonlarning borishi hamda turli xil aqliy xatolarni tuzatganlar.

Yuqoridagilar asosida yuzaga keladigan kognitiv buzilishlar va fikrlash xatolariga "fojialashtirish", "kelajakni bashorat qilish" kabilarni kiritish mumkin Oilaviy munosabatlar destruktiviyasi yuzasidan olib borgan tadqiqotlar asosida mazkur yo'nalishda kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasini qo'llashda asosiy e'tiborni qaratish lozim bo'lgan jihatlarni ajratib oldik. Ular quyidagilardan iborat:

- Oila a'zolarida salbiy xulq-atvor va munosabarlarga olib keluvchi mantiqsiz fikrlarni bostirish;
- Haddan tashqari negativ qarashlarni engish uchun shaxsiy reja tuzishga o'rgatish;
- Perfeksionizmni zaiflashtirish va ishonchni oshirish bo'yicha mashqlantirish;
- Vahima paydo bo'lganda o'zini tinchlantirish usullarini qo'llashga o'rgatish;
- Muvaffaqiyatlarni mustahkamlashga o'rgatish.

Psixologiyada perfeksionizm-idealga erishish mumkin va shart degan ishonch; ishning nomukammal natijasi mavjud bo'lish huquqiga ega emasligi kabilarni anglatadi[3]. Shuningdek, perfeksionizm-bu hayotidagi "ortiqcha" narsalarni olib tashlash, yo'q qilish, "notekis" narsalarni "tekis" qilish istagidan iborat destruktiv g'oya bo'lib, bizning nazarimizda perfeksionizm shaxsning oilaviy munosabatlar jarayoni normal kechishiga salbiy ta'sir qiladi.

Xulosa shundan iboratki, buzg'unchi xulq-atvor ko'pchilik uchun xosdir, lekin u hayotning qiyin paytlarida, inson hissiy va psixologik beqarorlikka tushganda o'zini namoyon qiladi. Har qanday buzg'unchi harakat ortida ma'lum bir sabab bor, Dunyoning zamonaviy rivojlanishi nafaqat foyda keltiradi, balki o'smirlarning nozik ruhiyatiga, shuning uchun axloqsiz xatti-harakatlarga yoki undan ham yomon jinoyatlarga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Hayotning asosiy me'yorlari va qoidalari bolalikdan oila tomonidan belgilanadi. Maktabda buzg'unchi xatti-harakatlarning oldini olishga alohida e'tibor berilishi kerak. O'qituvchilar ham bolalar tarbiyasida, nima yomon va nima yaxshi ekanligini tushunishda ishtirok etishlari kerak. Faqatgina bolalar va o'smirlar bilan ishlashga kompleks yondashuv bilan bolaning ichki tajribasining jiddiy oqibatlarining oldini olish mumkin va bunda kognitiv psixoterapiya usullarini qo'llash yuqori samara beradi.

Adabiyotlar ro‘yxati

- 1.Каримова В.М. Ижтимоий психология. Дарслик. – Т.: Fan va texnologiya, 2012. – 172 б.
2. Clinical psychology. — 7th. — Belmont, CA : Thomson/Wadsworth, 2007.
- 3.Шарафутдинова Х.Г. Оилавий муносабатлар деструкциясида когнитив психотерапияни қўллаш. // Педагогик маҳорат. № 6.Бухоро, 2021. Б. 95-88
4. Шарафутдинова Х.Г. Шахс психологияси муаммолари ва когнитив психотерапия. // ТДПУ илмий ахборотлари. № 6. Тошкент, 2020. Б. 201-206
5. Қодиров У.Д. Ёшларни деструктив таъсирлардан ҳимоялашнинг психологик жиҳатлари. Монография, Тошкент, “Фан ва технологиялар”, 2013

DISFUNKTSIONAL OILA – MUNOSABATLAR VA OQIBATLAR

*Xoliyorova Madina Boymurod qizi
Termiz shahar 11-maktab o‘qituvchisi*

Jahonda oila asosiy ijtimoiy institutlardan xisoblanib, kichik guruh sifatida jamiyatning o‘zagini tashkil etadi. Jamiyatda globallashuv, axborotlashuv jarayonlari tufayli har bir inson hayotida oilaning o‘rni va roli oshib bormoqda.

Darhaqiqat, inson hayotida oilarning roli buyukligi shubhasiz, jumladan, jamiyatda keyingi mustaqil hayot uchun zarur bo‘lgan shaxsning shakllanishi va rivojlanishi, shaxsning jamiyatga moslashishi va ijtimoiylashuvi, zarur ijtimoiy ko‘nikmalarni, bilimlarni o‘zlashtirishi, ijtimoiy me‘yorlar va qoidalar, madaniyatni o‘rganish, umume’tirof etilgan qadriyatlar va ideallarni idrok qilish hamda eng muhim insoniy ehtiyojlarining: qo‘llab-quvvatlash, himoya, o‘zaro tushunish, fiziologik ehtiyojlar, sevgi, g‘amxo‘rlik, xavfsizlik kabilarni qondirilishi aynan oilada amalga oshadi.

Jahonda oila jamiyatning ajralmas qismi bo‘lib, uning rivojlanishi va o‘zgarishlaridan ta’sirlanadi va o‘z navbatida ta’sir o‘tkazadi. har qanday jamiyat hayotiy faoliyatining eng muhim sohalarini modernizatsiyalash, ijtimoiy-iqtisodiy siyosatning uzoq muddatli istiqbollari, aholi turmush darajasini iqtisodiy va siyosiy jihatdan mustahkamlash, mamlakatning jahon hamjamiyatidagi o‘rni ijtimoiy o‘z-o‘zini anglash, fuqaroning davlatdan ustunligini belgilash jamiyatning har bir a‘zosi izchil o‘shishni ta’minlay oladi. Bunday siyosatning ob’ekti va sub’ekti oiladir.

Professor V.M.Karimovanning Oila psixologiyasi nomli asarida zamonaviy

oilaning kuyidagi funktsiyalari ajratib ko'rsatiladi:

Oilaning xotssiy-emotsional funktsiyasi - bu uning uz a'zolari urtasida muayyan ilik munosabatlarni saklash, ular o'rtasida mexr-oqibat, o'zaro g'amxo'rlik, bir-birini qo'llab-quvvatlash, sevish, sevilish kabi qobiliyatini namoyon etishidan iborat bo'lib, bu oila uchun juda muhimdir, insonning ruxiy salomatligi aynan shu vazifani qanday bajarayotganligigga bog'liq bo'ladi.

Jismoniy quvvatni ta'minlash funktsiyasi - oila a'zolarining jismonan sog', tetik va o'zini yaxshi his qilishlarini ta'minlashga boglik bulgan sharoitlarni nazarda tutadi, masalan, har birimiz oilada boshpanamizga egamiz, bundan tashqari, mana shu o'z xududimizda, ya'ni xonadonimizda dam olish, yaxshi sifatli, to'yimli taomlardan baxramand bo'lish, ijod qilish va o'qishimiz uchun zarur, qulay imkoniyatlarga ega bo'lishimiz shart.

Ma'naviy muloqotni ta'minlash funktsiyasi - odamning o'z nasl-nasabi, ma'naviy-madaniy an'analari bo'lishiga intilishidan kelib chiqadi, har bir shaxs o'zini kimning avlodi, kanday an'analarning vorisi ekanligidan cheksiz faxrlanadi, u qanday oila bo'lishidan qat'iy nazar, albatta, o'z a'zolarini muayyan yaxshi urf odatlar, muomala maromlari doirasida birlapggirishga qodir bo'lgandagina mustahkam va baxtiyor bo'ladi.

Jinsiy-xotrsiy muloqot funktsiyasi - er va xotin o'rtasidagi ikkalasigagina taallukli bo'lgan seksual extiyojlarni kondirish, shu orkali avlodlar bardavomligini ta'minlashga xizmat kiladi. Ushbu funktsiyaning bajarilishi er-xotin munosabatlariga bevosita ta'sir kiladi, ularning bir-birlariga vafo-sadokatda bo'lishlarini, salomatliklari va to'g'ri turmush tarziga barkaror etishlariga xizmat qiladi.

Baxt va tinchlik-xotirjamlikni barqarorlashtirish funktsiyasi xam o'ta muhim bo'lib, aynan oila har bir a'zosining muammolarini echish, uni tashqi turli ta'sirotlardan himoyalash, kerak bo'lsa, unda himoya immunitetini shakllantirishga yordam beradi.

O'zbeklarda "O'z uyim - o'lan tushagim" degan ibora bor, har kim o'z uyida chinakam xotirjam bo'lishi mumkin. Uzoq safarlarda, yuksak servis mavjud mexmonxonalarda dam olib kelgach, o'z uyida, oyogini uzatib, "shukur" deyishi uning eng katga baxtidir. Shu nuktai nazardan farzandlarning xam sog'-omon katta bo'lishi, ular ongini turli tashqi ta'sirotlardan, yot g'oyalardan himoya kilishda xam oilaning roli benazirdir. Oila tinch va xavfsiz bo'lsa, demak, jamiyat xam, davlat xam tinch va undagi osoyipggalik barkaror bo'ladi.

Reproduktiv funktsiya - bu oilaning nafaqat avlodlar, vorislarni yaratishga aloqador vazifasi, balki, shu orqali ota va ona bo'lishdek baxtga muyassar bo'lish, davlatning esa tub aholi sonini muayyan miqdorda ushlab turishiga xam xizmat qiladi. Ayniqca, o'zbeklarda nikohning dastlabki onlaridanok, "uvali-juvali bo'linglar, qo'sha qaringlar" deb duo qilinadi va kelinchakning xomilador bo'lishi intiqlik bilan kutiladi.

Chunki aynan shu omil yosh oilaning mustahkamligida katta ahamiyatga molik bo'ladi. "Farzandli oila" tushunchasi oila psixologiyasida xam, oila

sotsiologiyasida xam muhim bo'lib, u oilada turmush tarzining deyarli barcha jabhalaridagi ko'rsatkichlarning mezonidir. Chunonchi, O'zbeklarda "Bolali uy - bozor, bolasiz uy - mozor" degan naqlning ma'nosi xam farzand tug'ilgan uyga farishtalar yog'iladi, yaxshilik va xursandchiliklar, to'ylar uchun yo'l ochiladi, demakdir. [3]

Har qanday oila - bu tizim hisoblanib, bu tizim agar sog'lom bo'lsa, uni "funktSIONal" va nosog'lom bo'lsa aksincha "disfunktSIONal" deb baholanadi. FunktSIONal oilada tarbiyalash tizimi insonga kerakli yordamni beradi, shuningdek, oila a'zolari uchun ham, o'zi uchun ham mustahkam poydevordir. Bola funktSIONal oila tizimida ulg'aygach, bu unga bolalik davrida nima noto'g'ri bo'lganini balog'at yoshida anglashga, og'riqni tan olish va undan xalos bo'lishga, qo'llab-quvvatlash, xavfsizlik va qabul qilish huquqini qayta tiklashga yordam beradi.

Bunday oilada har bir a'zo qadrlanadi va qabul qilinadi, har birining o'ziga xosligi va o'ziga xosligi hurmat qilinadi. Ota-onalar ba'zi masalalarda bir-biri bilan kelishmasa ham, ular bolalarni o'z munozaralariga jalb qilmaydilar va bu bolalar uchun "fojiaga" aylanmaydi va umumiy janjal bilan tugamaydi.

FunktSIONal oila tizimida o'ziga xos qoidalar va ko'rsatmalar mavjud bo'lib, oila o'sib, o'zgargan sari uning qoidalari ham o'zgarib boradi. FunktSIONal oilalar sharoitlarga moslashish uchun moslashuvchan bo'lishi bilan harakterlanadi.

Amerika Psixologik Assotsiatsiyasi disfunktSIYANI "xulq-atvor yoki faoliyatdagi har qanday buzilish, bezovtalik yoki kamchilik" deb ta'riflaydi. Masalan, agar oila a'zolaridan biri ichkilikka ro'ju qo'ygan yoki tajovuzkor bo'lsa, jismoniy yoki ruhiy zo'ravonlikka yo'l qo'ysa ham oilada disfunktSIYA bo'lishi mumkin.

DisfunktSIONal oila a'zolari o'rtasida o'zaro munosabatlarning destruktiv shakllari hukm surib, hissiy yordamning etishmasligi, to'qnashuvlar va ba'zi hollarda zo'ravonlik kabilarning tez-tez namoyon bo'lishi bilan tavsiflanadi. DisfunktSIONal oila a'zolari uchun bunday munosabatlarning oqibatlar jiddiy havfga ega bo'ladi, jumladan, muloqotga kirishish bilan bog'liq muammolar, o'zini past baholash, o'zaro sog'lom munosabatlarni shakllantirishda to'siqlar, psixologik va tibbiy oqibatlar bilan kechuvchi hissiy-emotsional kechinmalar.

DisfunktSIONal oila tizimida, funktSIONal tizimidan farqli ravishda, oila a'zolarida doimiy qo'rquv, tartibsizlik, oila muhim funksiyalarining ishlamasligi birinchi o'ringa qo'yiladi. Shuningdek, u tartibsiz oilaviy tizim sifatida, unda qoidalar noaniq va nomuvofiq bo'ladi va bu holat faqat uning a'zolari hayotini murakkablashtiradi.

DisfunktSIONal oilalarda ijtimoiy-psixologik muhit ota-onaning yoki boshqa bir oila a'zosining kayfiyatiga qarab o'zgarib turadi, oila a'zolaridan biri doimiy kasalligi, farzandning katta bo'lgandan keyin kasal ona yoki otasiga g'amxo'rlik qilmasligi kabilar shular jumlasidandir. Bunday oilaning xususiyatlaridan yana biri shundaki, ular doim "nimadir noto'g'ri" deb inkor etadilar, har bir oila a'zosining ehtiyojlari va talablarini tan olmaydilar, tuyg'ular va ehtiyojlar inkor etilishi tufayli disfunktSIYALI oilada o'sgan

odamning butun hayoti davomida stress, tashvish va ishonchsizlik tuyg'ularini keltirib chiqaradi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Дружинин, В. Н. Психология семьи [Текст] / В.Н. Дружинин — Екатеринбург: Деловая кн., 2000. — 200с.
2. Каримова В.М. Оила психологияси. Дарслик. Педагогика олийгохдари талабалари учун // - Т.: "Fan va texnologiya", 2008. - 170 б.

O'SMIRLAR XULQ-ATVORIDA ALTRUIZM PSIXODIAGNOSTIKASI

Xudoynazarova Nodira Shaydullayevna

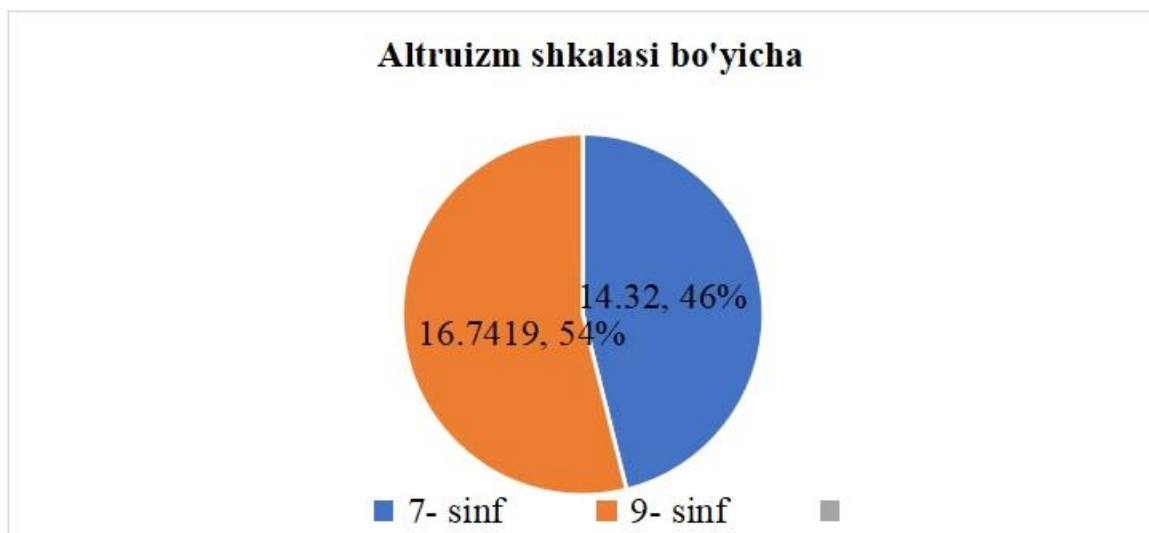
Termiz davlat universiteti psixologiya kafedrası o'qituvchisi.

O'zbekiston Respublikasi o'z Mustaqilligini jahon miqyosida yil sayin barqarorlashtirib borar ekan, uning istiqboli bugungi avlodning bilimdon, ma'naviy jihatdan barkamol insonlar bo'lib yetishishiga bog'lik. O'zining mustaqil tarqqiyoti yo'lidan borayotgan O'zbekiston Respublikasi istiqbolining ilk yillaridanoq shaxs kamolati, rivoji, ma'naviy barkamolligi hamda shaxs va jamiyat manfaatlarining o'zaro uyg'unlashuvi jarayoniga muhim qadriyat sifatida qarab, ta'lim-tarbiya tizimini isloh qilish, ilmiy kadrlar tayyorlashni zamon talablari darajasiga ko'tarish masalasini ustuvor soha sifatida belgilash oid. Shaxsga doir individual taraqqiyot samarasini hamda insonlararo munosabatlarni belgilovchi xulq-atvor va xatti-harakatlarning eng muhim xarakteristkalaridan biri uning individual tipologik xususiyatlaridir. Hozirgi kunda insonlarda kuzatilayotgan hulq atvor holatlarni namoyon bo'lish sabablarini aniqlash, destruktiv xulq-atvorni oldini olish yoki nazorat qilish muammolarini o'rganish psixologlar uchun dolzarb masala bo'lib kelmokda. Bugungi kunda ota-onalar bilan suhbatlashsangiz, ularning aksariyati farzandlar bilan ayniqsa o'smirlik yosh davridagi bolalar bilan muomala munosabatlarida bo'lish murakkablashib borayotganligini ta'kidlaydilar

Shaxsga doir individual taraqqiyot samarasini hamda insonlararo munosabatlarni belgilovchi xulq-atvor va xatti-harakatlarning eng muhim xarakteristkalaridan biri uning individual tipologik xususiyatlaridir. Hozirgi kunda insonlarda kuzatilayotgan hulq atvor holatlarni namoyon bo'lish sabablarini aniqlash, destruktiv xulq-atvorni oldini olish yoki nazorat qilish muammolarini o'rganish psixologlar uchun dolzarb masala bo'lib kelmokda. Bugungi kunda ota-onalar bilan suhbatlashsangiz, ularning aksariyati farzandlar bilan ayniqsa o'smirlik yosh davridagi bolalar bilan muomala munosabatlarida bo'lish murakkablashib borayotganligini ta'kidlaydilar

Hozirgi davr talabi jismoniy va ruhiy jihatdan yetuk har tomonlama bilimdon, mustaqil fikrlovchi shaxsni shakllantirish bo'lib, bu muammo shaxslararo munosabat ya'ni muloqot jarayonida ham amalga oshirilishi mumkin. Shaxsning ma'naviy etukligi, bilimdon, zehnliligi o'zini har qanday vaziyatda ham to'g'ri baholashi, kayfiyati va emotsiyalarini idora qilishi uning barcha faolit turlarida bo'ladi.

Shunday ekan, o'smirlarni har tomonlama yetuk shaxs qilib tarbiyalashimiz uchun avvalo ularning altruizm rivojlanishining psixologik xususiyatlarini mukammal bilish maqsadida shaxs neyrotizm, barqarorlik, beqarorlik, o'z-o'zini baholashi va boshqa bir qator psixologik xususiyatlarini o'rganish va tadqiqotlar asosida ilmiy va amaliy jihatdan yoritib berishga harakat qildik. Tadqiqot ishlarini Termiz shahar 9-umumiy o'rta ta'lim maktabining 7-sinfdan 66 nafar, 9-sinfdan 66 nafar, jami 132 nafar o'quvchilarida olib bordik.



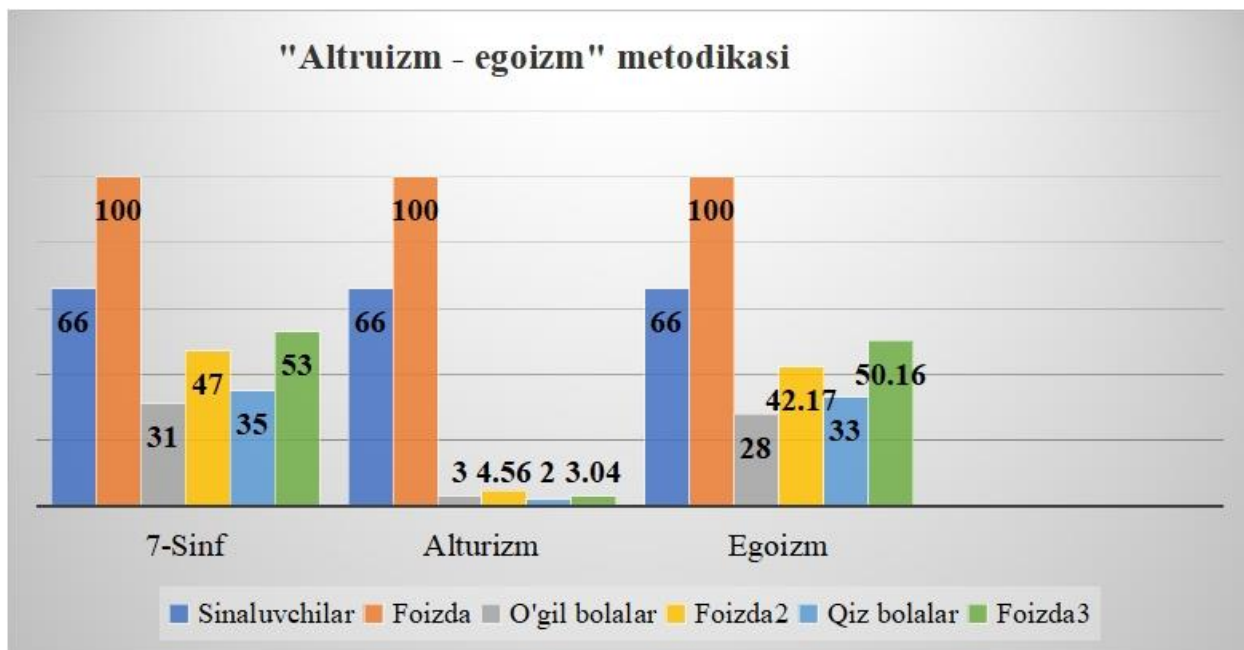
1. Altruizmni rivojlantirishning psixodiagnostik tahlili.

O'smirlarda altruizm rivojlanishining psixologik xususiyatlari ulardagi xulq atvor xususiyatlarning shakllanishida o'qish va mehnat faoliyati yetakchi rol o'ynaydi, chunki o'qish va mehnat jarayonida qo'llaniladigan individual usullar xulq – atvorga ta'sir etib, uning ayrim xususiyatlarini keltirib chiqaradi. Ko'pgina xususiyatlar o'zgaga taqlid qilish natijasida ham paydo bo'ladi.

Xulq atvorga janjalli (nizoli) vaziyatlar ham ta'sir ko'rsatadi. Inson umrining oxirigacha o'z xatti – harakatlarini boshqarib, xulq atvorini o'zi baqarorlashtirgan bo'lsa, hayotidagi barcha vaziyatlarga shunchalik oqilona va qat'iyatlilik bilan yondashiladi. O'quvchilar qobiliyati, layoqati ta'lim jarayonida va mehnat faoliyatida tobora rivojlanadi. Shaxsiy xususiyatlar va qobiliyatlar tug'ma bo'lmaydi (tabiiy alomatlari, moyilligi mavjuddir), balki ijtimoiy, shaxsiy hayot va faoliyat jarayonida muayyan omillar, manbalar ta'siri ostida tarkib topadi. Lekin layoqatlilik qobiliyatining tabiiy zamini ekanligi shubhasizdir.

U qobiliyat taraqqiyotining dastlabki tabiiy sharti sifatida namoyon bo'ladi. Unda miya tuzilishi, sezgi a'zolari va harakatlarining morfologik hamda funksional xususiyatlari layoqatga nisbatan beriladi. Shuning keltirilgan barcha shaxs xususiyatlarining eng muhim tomoni insonda emotsional barqarorlik kuzatilganda muvafaqiyatga erishish imkon qadar kafolatlangan bo'ladi.

2-rasm. "Shaxsiy munosabat diagnostikasi "Altruizm - egoizm" metodikasi bo'yicha natijalar tahlili. (raqamlar va foizda ifodalanishi)



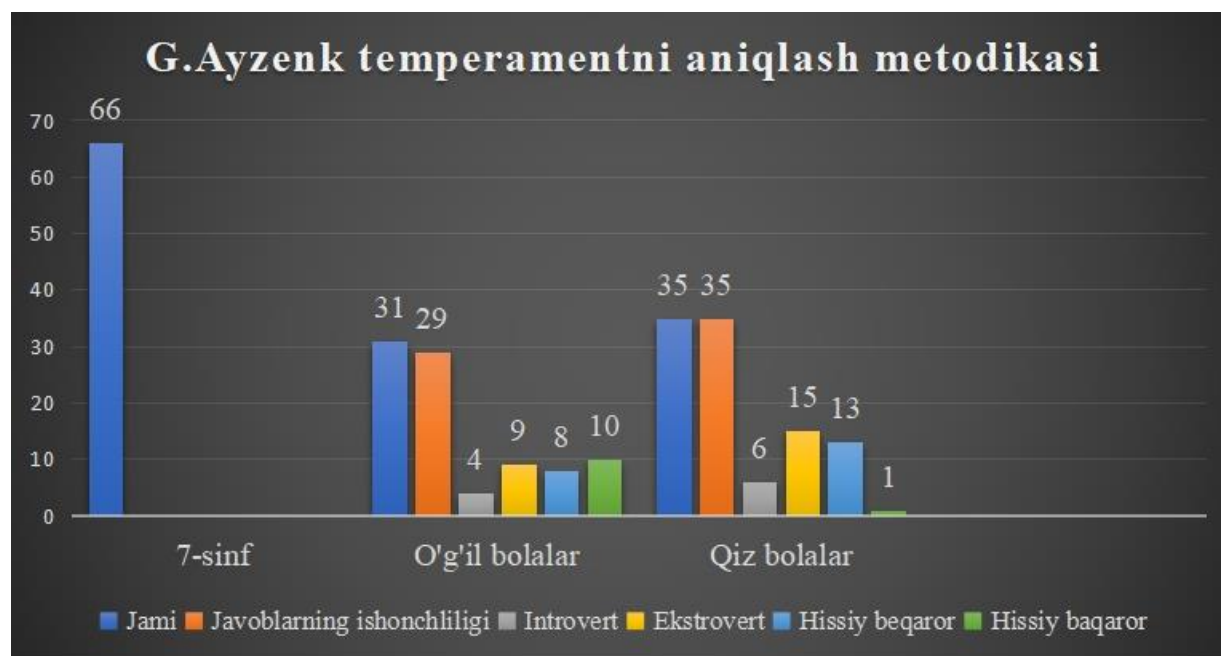
Ushbu rasmda 2-guruhning natijalari tahlili foizlar hisobida keltirilib o'tilgan. 2-guruhda sinaluvchilarning jami soni 66 nafar bo'lib, shundan o'g'il bolalar-31 nafar, qiz bolalar 35-nafarni tashkil etadi. Metodikaning **1-shkalasi altruizm** bo'yicha 66 nafar o'quvchilar ya'ni sinaluvchilarning 100 foizi testni bajarishganligi aniqlandi. Shundan altruizm xususiyati o'g'il bolalarda 3 nafar 4,56 foiz, qiz bolalarda 2 nafar 3,04 foiz sinaluvchiga xos ekanligi aniqlandi. Bu tanlab olingan sinaluvchilar 10 ball va undan ko'p ball to'plagan bo'lib, ularda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lgan.

2-shkala egoizm bo'yicha ham 66 nafar o'quvchilar ya'ni sinaluvchilarning 100 foizi testni bajarishgan. Ulardan egoizm xususiyati o'g'il bolalarda 28 nafar 42,17 foiz, qiz bolalarda 33 nafar 50,16 foiz sinaluvchiga xos ekanligi aniqlandi. Bu tanlab olingan respondentlarda 10 balldan kam bo'lgan ballar yig'indisi mavjud bo'lib, ulardagi mavjud shaxsiy munosabat diagnostikasida ko'proq egoistik moyillikka ega bo'lgan psixologik xususiyatlarni ko'rish mumkin.

Ushbu rasmda 2-guruhning natijalari tahlili foizlar hisobida keltirilib o'tilgan.

2-guruhda sinaluvchilarning jami soni 66 nafar bo'lib, shundan o'g'il bolalar-31 nafar, qiz bolalar 35-nafarni tashkil etadi. Metodikaning **1-shkalasi alturizm** bo'yicha 66 nafar o'quvchilar ya'ni sinaluvchilarning 100 foizi testni bajarishganligi aniqlandi. Shundan alturizm xususiyati o'g'il bolalarda 3 nafar 4,56 foiz, qiz bolalarda 2 nafar 3,04 foiz sinaluvchiga xos ekanligi aniqlandi. Bu tanlab olingan sinaluvchilar 10 ball va undan ko'p ball to'plagan bo'lib, ularda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lgan.

3-rasm. G.Ayzenk temperamentni aniqlash metodikasi bo'yicha natijalar tahlili. (raqamlar va foizda ifodalanishi)



Metodikaning **1-shkalasi ishonchlilik darajasi** bo'yicha 64 nafar o'quvchilar testni ishonchli, ishonchlilik darajasi 5 balldan yuqori, ya'ni natijalar to'g'ri ekanligiga kafolat berilmaslik esa- 2 nafar o'quvchilarga tegishli bo'ldi. Sinaluvchilardan faqat 2 nafar o'g'il bola 5 balladn yuqori ball to'plagan, qolgan sinaluvchilarning javobari ishonchi ekanligi uchun ham kalitga mos tushgan javoblar hisoblanib chiqildi.

Metodikaning **2-shkalasi Introvet-Ekstrovert** bo'yicha quyidagicha natija aniqlandi. Jami 10 nafar o'quvchilarda introvertlik xususiyati mavjud bo'lib, 4 nafarini o'g'il bolalar, 6 nafarini qiz bolalar tashkil qildi. Ushbu sinaluvchilarda passiv-sust, extiyotkor, muloxaza yurituvchan, aklli, uylab ish qilish, tinchlikni sevadi, boshkaruvchan, ishonuvchan, nazorat kiluvchan vazmin bir tekisda xarakat kiladi, xotirjam kabi xususiyatlar bor hamda bu sinaluvchilar temperamentning flegmatik va melanxolik tipiga mansub. 7-sinf o'quvchi qizlarda introvertlik xususiyati o'g'il bolalarga nisbatan ustunligi aniqlandi. Bu sinaluvchilarda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lishi yopiq holatdagi ko'rinishga ega.

Sinaluvchilardan 24 nafar o'quvchilarda ekstrovertlik xususiyati mavjud bo'lib, 9 nafarini o'g'il bolalar, 15 nafarini qiz bolalar tashkil qildi. Ushbu sinaluvchilarda mulokotga kirishuvchan, sergap, raxmdil, kungilchan dadil xarakter kiluvchan, xushchakchak, lekin kupchilikni yoktirmaydi, xamma joyda sardor bulishga uzini kursatishga xarakter kilish kabi xususiyatlar bor hamda bu sinaluvchilar temperamentning xolerik va sangvinik tipiga mansub. Bu sinaluvchilarda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lishi ochiq tarzda ko'rinishga egaligini temperament tipiga bog'liqligi bilan izohlash mumkin.

Metodikaning **3-shkalasi bo'yicha** hissiy beqarorlikda -21 nafar, shundan 8 nafari o'g'il bolalar, 13 nafari qiz bolalar, hissiy barqarorlikda-11 nafar, shundan 10 nafari o'g'il bolalar, 1 nafari qiz bolalar ekanligi aniqlandi. Sinaluvchilardan hissiy jihatdan beqaror o'smirlar soni nisbatan ko'proq ekanligi ko'rindi hamda hissiy beqarorlik qiz bolalarda, hissiy barqarorlikda o'g'il bolalarda ustunlik qilishi aniqlandi. Sinaluvchilarning hissiy barqaror xususiyatlarga ega bo'lganlarida altruizmning psixologik xususiyatlari naoyon bo'lishiga ko'ra o'g'il bola sinaluvchilarda odamlarga yordam berish istagining mavjudligi qiz bolalarga nisbatan yuqoriroq ko'rsatkichga ega bo'ldi.

Tadqiqot ishimizda o'smirlarda altruizmning psixologik xususiyatlari namoyon bo'lishiga ko'ra shaxsning o'z-o'zini baholashi ham muhim sanalgani uchun sinaluvchilardan Dembo-Rubinshteynning "O'z-o'zini baholash" metodikasini qo'llabpsixodiagnostik ishlarni amalga oshirdik. O'smir yoshidagi o'quvchilarda o'z-o'zini baholashning darajalari aniqlandi.

Ushbu metodika orqali maktab o'quvchilarining bir qator shaxsiy sifatlarini, ya'ni sog'lik, xarakter, aql va boshqa bir qator xususiyatlarini bevosita baholash (shkallarda ifodalash)ga asoslangan. Tekshiriluvchilarga ushbu sifatlar ularda qay darajada rivojlanganligini (o'z-o'zini baholash ko'rsatkichi) va ushbu sifatlar qanchalik qanchalik rivojlangan bo'lishini istashlari, ularni qoniqtirishi (davogarlik darajasi)ni vertikal chiziqlarda ma'lum bir belgilar bilan ko'rsatishlari so'ralib tadqiqot olib borildi va quyida tadqiqot natijalarini keltirib o'tamiz.

Metodikaning **1-shkalasi ishonchlilik darajasi** bo'yicha 64 nafar o'quvchilar testni ishonchli, ishonchlilik darajasi 5 balldan yuqori, ya'ni natijalar to'g'ri ekanligiga kafolat berilmaslik esa- 2 nafar o'quvchilarga tegishli bo'ldi. Sinaluvchilardan faqat 2 nafar o'g'il bola 5 balladn yuqori ball to'plagan, qolgan sinaluvchilarning javobari ishonchi ekanligi uchun ham kalitga mos tushgan javoblar hisoblanib chiqildi.

Metodikaning **2-shkalasi Introvet-Ekstrovert** bo'yicha quyidagicha natija aniqlandi. Jami 10 nafar o'quvchilarda introvertlik xususiyati mavjud bo'lib, 4 nafarini o'g'il bolalar, 6 nafarini qiz bolalar tashkil qildi. Ushbu sinaluvchilarda passiv-sust, extiyotkor, muloxaza yurituvchan, aklli, uylab ish qilish, tinchlikni sevadi, boshkaruvchan, ishonuvchan, nazorat kiluvchan vazmin bir tekisda xarakter kiladi, xotirjam kabi xususiyatlar bor hamda bu sinaluvchilar temperamentning flegmatik va

melanxolik tipiga mansub. 7-sinf o'quvchi qizlarda introvertlik xususiyati o'g'il bolalarga nisbatan ustunligi aniqlandi. Bu sinaluvchilarda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lishi yopiq holatdagi ko'rinishga ega.

Sinaluvchilardan 24 nafar o'quvchilarda ekstrovertlik xususiyati mavjud bo'lib, 9 nafarini o'g'il bolalar, 15 nafarini qiz bolalar tashkil qildi. Ushbu sinaluvchilarda mulokotga kirishuvchan, sergap, raxmdil, kungilchan dadil xarakter kiluvchan, xushchakchak, lekin kupchilikni yoktirmaydi, xamma joyda sardor bulishga uzini kursatishga xarakter kilish kabi xususiyatlar bor hamda bu sinaluvchilar temperamentning xolerik va sangvinik tipiga mansub. Bu sinaluvchilarda altruizm, odamlarga yordam berish istagining mavjudligi namoyon bo'lishi ochiq tarzda ko'rinishga egaligini emperament tipiga bog'liqligi bilan izohlash mumkin.

Metodikaning **3-shkalasi bo'yicha** hissiy beqarorlikda -21 nafar, shundan 8 nafari o'g'il bolalar, 13 nafari qiz bolalar, hissiy barqarorlikda-11 nafar, shundan 10 nafari o'g'il bolalar, 1 nafari qiz bolalar ekanligi aniqlandi. Sinaluvchilardan hissiy jihatdan beqaror o'smirlar soni nisbatan ko'proq ekanligi ko'rindi hamda hissiy beqarorlik qiz bolalarda, hissiy barqarorlikda o'g'il bolalarda ustunlik qilishi aniqlandi. Sinaluvchilarning hissiy barqaror xususiyatlarga ega bo'lganlarida altruizmning psixologik xususiyatlari naoyon bo'lishiga ko'ra o'g'il bola sinaluvchilarda odamlarga yordam berish istagining mavjudligi qiz bolalarga nisbatan yuqoriroq ko'rsatkichga ega bo'ldi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Mirziyoev SH. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash-yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. Toshkent-"O'zbekiston"-2017.
2. O'zbekiston Respublikasi 2020 yil 23 sentyabrdagi O'RQ-637-sonli "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni.
- 3."Psixologiya sohasida kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora tadbirlari to'g'risida" gi O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 7 iyundani 472-sonli qarori.
- 4.Farobiy. Fozil odamlar shaxri. - T.: Abdulla Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 1993. - B. 11-19.
5. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. Darslik. Toshkent, 2017 y.,
6. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari.-T.: «O'qituvchi», 1994
- 7.Nishonova Z.T., Qurbonova Z., Abdiev S., SH.To'laganova., Psixodiagnostika - T.: 2008. - 331 b.
8. Majidova SH.A.,Kasbiy psixologiya.O'UM.2-qism.Toshkent.2012 yil
- 9.Maxmudova D.A., Botirov V.M. Diqqatni rivojlantirish va korreksiyalash usullari. -T.: 2006. - B. 52-64.
10. Myers D.G. Psychology. Ninth Edition. – Worth Publishers, 2010. – 910 p

11. Manuela Lenzen. Evolutionstheorien in den Natur- und Sozialwissenschaften. Campus Verlag, 2003. [ISBN 3-593-37206-1](#)

OILADA FARZAND TARBIYASI ENG KATTA MAS’ULIYAT

Alimova Nargiza Usmonovna
Termiz davlat universiteti tadqiqotchisi

Jamiyatda oilaning asosiy vazifasi jismoniy va psixologik jihatdan sog‘lom, ma’naviy barkamol, mehnatga tayyor shaxsni shakllantirib berishdan iborat.

Shuningdek, bolalarda ijtimoiy-dunyoviy bilimlarni egallashga bo‘lgan intilish, ijtimoiy faollikning ortishida ota-onalarning samarali ishtirok etishi qal kiluvchi omil bo‘lib, bu oila tarbiyasida bolaning komil inson bo‘lib shakllanishida aloqida o‘rin tutadi.

Farzandning komil inson bo‘lib shakllanishiga eng avval ota-onasi, oila a’zolari ta’sir ko‘rsatadi. Oilaviy munosabatlar farzandlarning aqliy, ruhiy kamolotini ta’minlab qolmasdan, ota-onalarda o‘ziga xos faollikni ham yuzaga keltiradi. Xususan, farzandlarning bevosita ta’siri tufayli ularning qiziqish hamda faoliyatlari doirasi kengayadi, o‘zaro aloqalari boyib boradi, real hayot mazmunini chuqurroq anglash, ya’ni farzandlar kamoloti, kelajagi timsolida o‘z umri davomiyligini ko‘rish holati yuz beradi.

Aksariyat hollarda bolalardagi tushunib bo‘lmas o‘jarlik orqasida bola ota-onasidan berkitayotgan qo‘rquv yotadi. Ayrim onalar farzandining “oyi qo‘rqayapman” degan gapiga e’tiborsizlik qiladi yoki “o‘g‘il bola ham qo‘rqadimi” deya uni uyaltiradi. Vaholangki, nafaqat maktabgacha yoshidagi bolalar balki, maktab yoshidagilar ham qo‘rqishi mumkin.

Bu o‘rinda ota-onaning vazifasi uni tinchlantirish, zarur holda psixolog va nevropatolog ko‘rigiga olib borish sanaladi. Aks holda boladagi qo‘rquv unga bir umrlik xamroh bo‘lishi, oxir-oqibatda uning ruhiy holatini muvozanatdan chiqarishi mumkin. “Seni bobovga berroraman”, “Yana kaltak eging keldimi” kabi qo‘rqituvchi gaplar ham afsuski, onalar tomonidan ko‘p aytiladi va bola qo‘rquvi uchun zamin tayyorlanadi.

Vaqolangki, aynan qo‘rquv tungi enurez, o‘jarlik, hattoki duduqlanishga ham sabab bo‘lishi mumkinligini ota-onalarning hammasi ham bilavermaydi. Yana bola tabiatan qiziquvchan va u yangiliklarni o‘rganishda o‘zicha tajribalar qilib ko‘radi. Ona bolaning bu harakatlarini tarbiyasizlik deb belgilashi esa oilada ko‘pgina tushunmovchiliklarga sababchi bo‘ladi. Aslida esa bola bilan kelishish lozim. Agar siz ota, ona, sifatida bolangiz bilan kelisha olsangiz bu farzand hayotda hamma bilan kelisha oladigan omadli insonga aylanadi.

O‘smirlik davri – murakkab davr bo‘lib, bu yoshda farzandlar o‘z fikrini eng

to'g'ri deb hisoblashadi, ota-onalar ham kichkintoy deb hisoblab yurgan bolasining endi o'z fikrini, o'z qarashlarini ayon qilishlarini qabul qilishlari qiyin bo'ladi. Ayniqsa, faqat bolasining hamida yashaydigan onalarda bu jarayon qiyin kechadi. Bunda ular o'zlarini xuddi endi bolasiga keraksiz bo'lib qolganday his qilishlari mumkin. Bu davrda bolalar ham o'zlarini aqlan katta bo'lganday his qilishsa-da, moddiy va jismoniy jihatdan ota-onaga tobe bo'lib qolaveradi. O'smir bolalar uchun o'zidan boshqa hamma nohaq.

Agar ota-onasi tomonidan uning fikri rad etilsa, bola bu fikrda yanayam qat'iylashadi. Bunday vaziyatda ota-onalar uning fikrini hurmat qilishlarini sezdirishlari va shuning barobarida o'ylagan qarorlarining natijasi haqida maslahatlashishlari kerak bo'ladi.

Bunda bolaga savollar berish orqali uni o'ylashga undab, to'g'ri qaror chiqarish imkoniyatini berish lozim. har bir ota-ona farzandini turli muammolardan himoya qilishni istaydi. Ammo o'smir yoshda bola o'qishi, maktabi, baqolari bilan bog'liq qarorlar qilishi va shu qarorlarining natijasiga javob berishni o'rganadi. Shu joyda ularga erkinlik berilmasa, katta hayotda ham doimoularni kimdir boshqarishi kerak bo'ladi.

Farzand tarbiyasida turli mamlakatlar tajribasidan ham xabardor bo'lishi maqsadga muvofiq. Ma'lumki, Yaponiya – kun chiqar mamlakat aqolisi farzandlarining tarbiyasiga o'ta jiddiy qarashadi. Bu erda har bir yoshga nisbatan ma'lum bir munosabatda bo'linadi va ayrim tarbiya usullari qo'llaniladi. Mashqur yapon ruhshunosi Masara Ibukining fikriga ko'ra, bolaga asosiy tarbiyani 3 yoshgacha berish lozim. Aynan 3 yoshga qadar farzandingizdagi yashirin iqtidorni yuzaga chiqarish mumkin. Yaponiyaliklar 5 yoshgacha bo'lgan kichkintoyga qiroldan muomala qilishadi.

Ular istaganlaricha o'ynashlari, miyasiga kelgan ishni qilishlari mumkin. Hattoki maktabgacha ta'lim muassasalarida bolalar flomaster bilan devorga to'ygunlaricha chizishlari uchun maxsus xonalar mavjud. Ota-onalar o'z farzandlarini o'yinchoqlar va ortiqcha kiyim-kechak bilan siylashmaydi. Ular ko'pincha akalari va opalaridan qolgan kiyimlarni kiyishadi. Sayrga chiqqanda esa o'yinchoqlar olib chiqilmaydi. Bolalarda atrof-muhitga bo'lgan mehrni shakllantirish maqsadida tabiat in'omlari bilan rivojlantiruvchi o'yinlar o'ynashga harakat qilinadi. Agarda ona o'z farzandining xatti-harakatidan norozi bo'lsa, chetga olib chiqib, past ovozdagi unga o'zini qanday tutish kerakligini tushuntiradi.

5 yoshdan 15 yoshga qadar kichik yaponiyaliklarni tartib-intizomga va kattalar gapini ikki qilmaslikka o'rgatishadi. Tarbiyaga bunday yondashuv asrdan asrga o'tib kelayotgani va Yaponiya jamiyatining ajralmas bo'lagi bo'lganligi bois bolalar buni me'yordagi holat sifatida qabul qilishadi.

Evropa mamlakatlarida bolalarning etuk shaxs bo'lib rivojlanishlari uchun barcha imkoniyatlar ishga solinadi. Ota-onalar intizom yoki qat'iy rejimga kam e'tibor berishadi. Ular uchun bolaning xavfsizligi birinchi o'rinda turadi. Kattalar bolalarning

fikrlariga quloq solib, aksariyat holda o'z fikrlarini o'zgartirishlari ham mumkin. Shunga o'xshash jihatlarni o'rganish orqali ota-onalar farzanlarini tarbiyalashda o'rinli qo'llashi yaxshi samara berishi mumkin.

Oilada o'zaro iliq munosabat, muhabbat bu - avvalo inson o'ziga ishonishi, o'zini hurmat qilish uchun ham jasorat talab qiladi. Farzandlar o'zidan o'zi katta bo'lib qolmaydi ularga kiyim, oziq-ovqat, uy-joy zarur. Shuningdek, albatta ta'lim olishi uchun sharoit kerak. Afsuski, hozirgi kunda ular uchun qo'l telefoni zarur deb hisoblashadi. Biroq farzandlar tarbiyasi uchun eng muhimi insoniy samimiyat va ota-onaning e'tibori va mehr-muhabbatidir. Shunaqangi me'yorlar mavjudki ularni o'zgartirish mumkin emas. Bu insonning biologik xususiyatlari hisoblanadi.

Oiladagi shart-sharoitlar, mehr-muhabbat, atrofdagilarning munosabatlari bolaning tarbiyasida juda katta rol o'ynaydi.

Farzand ichki xislatlarining shakllanishi, qobiliyatini to'g'ri yo'naltira olish, hayotda o'rnini topa olishi, oiladagi muhitga bog'liq. Ayniqsa, o'g'il bolalarni haqiqiy yigit sifatida tarbiyalash uchun, ularga bolaligidanoq to'g'ri saboqlar berish katta ahamiyatga ega. Farzandga kichik paytidanoq har bir aytgan "so'zida turish"ni o'rgatish muhim.

Ularning qo'lidan kela oladigan ishni bajara olishga so'z berib, so'zining ustidan chiqish qanchalik muhimligini va bu unga qanday ijobiy natija olib kelishini do'stona munosabat yordamida tushuntirib berish lozim. Albatta, bu bilan ota-onaga unga ishonishini ta'kidshi kerak, har safar so'zining ustidan chiqqanida, undan faxrlanishini takrorlab turish kerak.

O'g'il bolalarga xos bo'lgan xislatlar haqida jumladan, chidamli va kuchli shaxs sifatida tanishtirib borish, buning uchun har xil ertak qahramonlari, multfilm, kinodagi ijobiy timsollar orqali yoki hayotiy misollar bilan, o'g'il bolalarning o'ziga xos xislatlarga egaligini tushuntirib borish kerak. O'g'il bolalar ayniqsa, sport mashg'ulotlari yoki jismoniy mehnat bilan shug'ullanishi kerak ekanligini tushuntirish, bu bilan farzandlarini hayotga chidamli, bardoshli va kuchli shaxs sifatida shakllanishida yordam beradi. Uyda ayollar, maktabda ayollar bo'lsa, kerakli natijaga erishib bo'lmaydi.

Avvalo farzandlarda javobgarlik hissini shakllantirishga yordam berish zarur, buning uchun biror-bir vazifa berib, shu vazifaning bajarilishiga mas'ulligini tushuntirib borish joiz. Bola kichik bir ishga ma'suliyat bilan yondoshsa, kelajakda katta bir ishni xuddi shu ma'suliyat bilan bajarishiga olib keladi.

U berilgan vazifani "qo'limdan kelmaydi, qila olmayman" deb javob bersa, har doim farzandga ishongan holda, muhabbat bilan: "Sening qo'lingdan keladi, senga ishonaman" degan so'zlari bilan uni qo'llab-quvvatlab, natijaga erishganida uni raqbatlantirib turish zarur. o'

Ota-ona farzandiga qaror qabul qilishni o'rgatishi kerak. Ya'ni u o'z fikriga ega bo'lsin, buning uchun hayotda to'g'ri so'zli, qat'iyatli bo'lish, mehr ko'rsatish, havas

qilish, jonkuyarlik qilish kabi xislatlar aslida qanday bo'lishini tushuntirib berishi lozim. Bunday xislatlarga ega bo'lgan yigitlarni qanday yutuqlar kutayotganini ichki motivatsiyasini uyg'otish yordamida shakllantirib boriladi. Ishonuvchanlik, ko'ngilchanlik, ichki qo'rquv hissiyotlari, g'azab, hasad, yovuzlik, yolqonchilik, qizqanchilik bilan biror-bir yutuqqa erishib bo'lmasligini, faqat salbiy natijalarga olib kelishini misollar yordamida tushuntirib borish ota-onaning vazifasi xisoblanadi.

Xulosa shundan iboratki, farzand tarbiyasida ota-ona har bir harakati, yurish turishi, muomalasi, boshqalar bilan o'zaro munosabatida olijanob fazilatlarini namoyon eta bilishi kerak. Chunki bola tabiatan nihoyatda taqlidchan va kuzatuvchan bo'ladi. Shuning uchun uning atrofdagilari o'z odatlari bilan ba'zan o'zlari sezmagan holda ularga ta'sir qiladilar. Oiladagi qo'pol munosabatlar, ko'p yolg'on gapirish, yoqimsiz xatti-harakat bola tarbiyasiga salbiy ta'sir qiladi.

Адабиётлар

1. Асанбоев Ж., Хасанбоева О. ва бошқалар. Педагогика. - Т.: «Фан», 2006. -123-б.

ZAMONAVIY PEDAGOGLARDA IJOBIY FIKR RIVOJLANISHIDA OPTIMIZMNING NAMOYON BO'LISHI

Sattarova Shaxnozaxon Qo'chqarovna
Ozbekiston Milliy Pedagogika Universiteti,
Amaliy psixologiya kafedrasida dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Kirish. Optimizm va pessimizm qabul qilingan voqelikka baholovchi munosabatni ifodalovchi muhim psixologik shaxs konstruksiyalari hisoblanadi. Ular individual ong tuzilishida ma'lum bir o'rinni egallaydi va shaxsiy ma'noning tarkibiy qismlari hisoblanadi.

Asosiy qism. Dj.Kexo pozitiv tafakkurning uchta asosiy variantini ajratib ko'rsatgan:

1) «affirmatsiyalar - bu ongning ma'lum bir jihatiga qaratilgan va yangi dasturni belgilaydigan qisqacha pozitiv tasdiq bo'lib, unga ko'ra ong osti o'z ishini quradi va ma'nosiga ko'ra ushbu tasdiqqa mos keladigan hayotiy vaziyatlarni yaratadi;

2) ijobiy kayfiyat - bu inson hayoti uchun muhim bo'lgan ishlar bilan bog'liq bo'lgan tashvishlarga e'tibor qaratish va istalmagan holatlardan uzoqlashish odatidir;

3) vizualizatsiya - vizual (ko'rish) qatorning ko'rinadigan va ko'rinmaydigan obrazlarini o'z ongida qayta tiklay oladigan inson ongining xususiyati» [25, 224-b.].

Shunday qilib, pozitiv tafakkur muammosi antik davridayoq kelib chiqqan. Asta-sekin bu masalaga, ayniqsa, chet ellarda katta e'tibor berila boshlandi. Amaliy psixologiyadan ajralib chiqib, pozitiv tafakkur ilmiy tadqiqot xususiyatiga ega bo'ldi va shu tariqa psixologiyaning asosiy tamoyillaridan biri - nazariya va amaliyot birligini amalga oshirdi.

Optimizmga atributiv uslub sifatida yondashuvga (M.Seligman, K. Peterson, L.M.Rudina, T.O.Gordeyeva va b.) tayanib, optimistik va pessimistik kabi tafakkurning shakllanishiga asos bo'lgan bir qator sabablarni ajratib ko'rsatish mumkin. Birinchidan, ilk bolalik davridayoq orttirilgan fikrlash odati, o'z-o'zini baholash, turli voqealarni tushuntirishning ma'lum bir uslubidir.

Ikkinchidan, bu o'z muvaffaqiyatsizliklari yoki muvaffaqiyatlarining doimiyligi haqidagi tasavvur, ularning vaziyatliligi va umumiyligi, nazorat lokusidir.

Ushbu omillar muvaffaqiyatga erishishning ahamiyatiga, unga bo'lgan umidga, muvaffaqiyatga erishishning sub'ektiv baholanadigan ehtimoliga va yutuq etaloniga, ya'ni muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi asosida nima yotishiga ta'sir ko'rsatadi. K.Peterson, L.Berretlarning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, optimistik atributiv uslubga ega bo'lgan odamlar o'z yutuqlari bo'yicha pessimistlardan ustun turadilar.

Shundan kelib chiqib, pozitiv tafakkur motivatsion yo'nalganlik bilan bog'liq bo'lib, muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasining shartidir, degan xulosaga kelish mumkin. Shartni sabab tushunchasidan farqlash kerak, chunki u yoki bu hodisa yoki jarayonni bevosita yuzaga keltiruvchi sababdan farqli o'laroq, shart ular paydo bo'ladigan, mavjud bo'ladigan va rivojlanadigan muhitni tashkil etadi.

Optimizm va pessimizmning o'quv va kasbiy faoliyat muvaffaqiyatiga ta'siri masalasi M.Seligman tomonidan o'rganilgan va natijalar uning «Optimizmga qanday o'rganish mumkin» kitobida bayon etilgan [26]. M. Seligmanning davomchisi S.Nolen-Xeksma optimizm va pessimizmning o'quv faoliyati muvaffaqiyatiga ta'sirini o'rganishga qaratilgan tadqiqot olib bordi.

O'zlashtirmaslik ko'pincha depressiya bilan birga kelishi sababli, S. Nolen-Xeksma depressiyaning asosiy omillari sifatida pessimistik tushuntirish uslubi va salbiy hodisalar bo'lishi mumkinligini taklif qildi. Natijada taxmin tasdiqlandi [26]. M. Seligmanning o'zi Pensilvaniya universitetida tadqiqot olib borib, optimistik o'qitish uslubi talabalarning o'quv faoliyati muvaffaqiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini va maktab baholaridan farqli o'laroq, optimizm omili aniqroq bashoratlar berishini aniqladi. Xuddi shunday natijalar Vest-Poynt harbiy kollejida ham olingan bo'lib, u yerda optimizm omili ham sportchilarni tayyorlashga ta'sir ko'rsatishi ma'lum bo'ldi.

K.Peterson va L.Berretlarning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, optimistik atributiv uslubga ega talabalar o'zlarining o'quv yutuqlari bo'yicha pessimistik uslubga ega talabalardan ustun turadilar. Buni optimistlar ko'proq qat'iyatli va motivatsiyaga ega

ekanligi, muvaffaqiyatga ko'proq intilishi va muvaffaqiyatsizlikka chidamliligi bilan izohlash mumkin [28]. Biroq, shuni ta'kidlash kerakki, ushbu tadqiqot natijalari M.Satterfild va Dj.Monaxan natijalari bilan rad etiladi, bu yerda optimizmning o'quv faoliyati muvaffaqiyatiga ta'siri mutaxassislikka bog'liq. Huquqshunoslik fakulteti talabalarining o'quv faoliyati muvaffaqiyatiga ta'siri xatti-harakatlarning pessimistik uslubi bilan bog'liq bo'ladi [28]. Hayotning ba'zi sohalarida pessimizm kamchilik emas, agar bu kasbiy faoliyatga tegishli bo'lsa, bu afzallikdir. Shuningdek, optimizm ham zaif tomonlar mavjud, masalan, xavfni yetarlicha baholamaslik. T.O.Gordeyeva tadqiqotlari katta e'tiborga loyiq.

M.V.Lomonosov nomidagi Moskva davlat universiteti fakultetiga kirish imtihonlarini «realistik optimizm» bilan, ya'ni optimizm testi bo'yicha unchalik yuqori bo'lmagan baholarni olgan abituriyentlar muvaffaqiyatliroq topshirishi haqida ma'lumotlar oldi. Bundan tashqari, kasbiy faoliyatning turli sohalarida optimizm va pessimizmning namoyon bo'lishi masalasini muhokama qilar ekanmiz, qat'iyatlilik, ijodkorlik, tavakkalchilik, qaror qabul qilish zarur bo'lgan kasblarda optimistlar ustunlikka ega ekanligi ma'lum bo'ldi.

Bunday toifaga tadqiqotimizda e'tiborimiz ob'ekti bo'lgan o'qituvchilar kiradi. Pessimistlar qat'iyat va ijodkorlikdan ko'ra aniqlik va tahliliylik hamda bir xillikni talab qiladigan kasblarda ko'proq samaradorlik ko'rsatadilar [26]. Barbara Fredriksonning pozitiv tafakkurni o'rganishga qaratilgan tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, ijobiy munosabatlarga ega bo'lgan odamlar, patogen fikrleydigan odamlardan farqli o'laroq, muammolarning mavjudligini inkor etmaydilar, maqsadlarga erishish uchun ko'proq harakat qiladilar va muvaffaqiyatga intiladilar [60].

"Muvaffaqiyatsizlikdan qochish" motivi ustun bo'lgan insonlar uchun o'zlarining psixofiziologik qobiliyatlarini zamonaviy hayotda qo'llash, ularni ijobiy natijaga aylantirish mumkin bo'lgan faoliyat sohasini topish juda muhimdir.

Bizningcha, optimizm va pessimizm ham individual, ham ijtimoiy dunyoqarashga tegishli bo'lishi mumkin bo'lgan kategoriyalardir; ular dunyoni his qilishning bevosita hissiy, aniq shakllari bilan ham, umumlashtirilgan mafkura bilan ham aks ettirilishi mumkin - bular universal baholovchi kategoriyalardir.

Shuning uchun optimizm va pessimizm fan tarixida uch jihatda: inson tabiati va ijtimoiy borliqni idrok etish va anglash sifatida, insoniyat taraqqiyotini optimistik yoki pessimistik ssenariy bo'yicha ko'rib chiqish (optimizm-pessimizm dunyoqarashi), jamiyatning ayni paytdagi ijtimoiy-iqtisodiy ahvolini baholash sifatida, ijtimoiy kayfiyat sifatida (ijtimoiy optimizm yoki pessimizm) va muayyan shaxsning individual psixologik xususiyati sifatida (individual optimizm yoki pessimizm) ko'rib chiqilgan.

Optimizm-pessimizmni birinchi jihatda ko'rib chiqish faylasuflar, ikkinchi jihatda sotsiologlar va uchinchi jihatda psixologlar zimmasidadir.

Optimizm va pessimizm muammolari bir qator ijtimoiy fanlar (falsafa, tarix, madaniyatshunoslik, sotsiologiya, pedagogika, psixologiya) ning tadqiqot muammolari

hisoblanadi, ammo ular hali to‘liq ta‘riflanmagan: falsafa, sotsiologiya, psixologiyada turli ilmiy maktablarga tegishli bo‘lgan “optimizm-pessimizm”ni tushunishga yondashuvlar aniqlangan; inson voqeligi dunyosida sodir bo‘layotgan hodisalar va jarayonlarni tushunishga urinish mavjud bo‘lgan fikrlar, mulohazalar, tushunchalar tahlil qilingan. Masalan, qadimgi yunon olimlari (Ksenofont, Aflotun, Arastu, Epikur va b.) tomonidan yaratilgan ratsionalizm falsafasida inson optimizmi inson qalbining barcha funksiyalarini tartibga soluvchi ijobiy tafakkurda, falsafa, sotsiologiya, psixologiya maktablarida ko‘rib chiqilgan; inson voqeligi dunyosida sodir bo‘layotgan hodisalar va jarayonlarni tushunishga urinish mavjud bo‘lgan fikrlar, mulohazalar, tushunchalar tahlil qilingan.

1-jadval

Oliy ta‘lim va maktab pedagoglarida pozitiv fikrlash bo‘yicha hududlar kesimida tafovutlarning namoyon bo‘lishi

«Shaxsdagi optimizm va pessimizm pozitsiyasini aniqlash».	Hudud	n	Rangla r o‘rtachasi	h	p
Optimizm	Toshkent	176	254,56	7,3	p ≤0,01
	Farg‘ona	173	294,26		
	Qashqadaryo	170	252,75		

Optimizm bo‘yicha natijalari o‘rtasida ahamiyatli tafovutlar kuzatildi ($h=7,379; p \leq 0,01$). Ko‘rsatkichlardan ma‘lumki, bu holat shaxsning stressga barqarorligiga ta‘sir etuvchi omillardan biri uning optimistik pozitsiyasidir. Bundan ko‘rish mumkinki, Farg‘ona viloyatida faoliyat olib borayotgan pedagoglarda stressga barqarorlik pozitsiyasi xususiyatlari namoyon bo‘lishida ahamiyatli farq aniqlandi.

Natijalardan ma‘lum bo‘ladiki, tadqiqot jarayonida Farg‘ona viloyatida faoliyat olib borayotgan pedagoglarda optimizm bo‘yicha ahamiyatli farqlar kuzatildi ($h=9,981; p \leq 0,01$). Bundan ko‘rish mumkinki, shaxslararo munosabatlardagi muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik xususiyatlari qadimdan vodiy xalqlarining hazil mutoibaga va barqaror turmush tarziga moyillikning borligi ushbu xalqlarning etnopsixologik xususiyatlarida ustuvorlik qiladi. Mavjud imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishga intilish istagi kuchliligi, ushbu hududda axolining zich joylashuvi natijasida ishlab chiqarish bilan bog‘liq raqobatning kuchliligi ham ushbu hududda istiqomat qiluvchi pedagoglarda o‘z-o‘ziga nisbatan muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik xususiyatlari tubdan farq qilmaydi va bir xil tarzda namoyon bo‘ladi.(4-jadval)

Shaxsda optimistik dunyoqarashni shakllantirishning psixologik va pedagogik

asoslari D.K.Ushinskiy, P.P.Blonskiy, A.S.Makarenko, L.S. Vigotskiy, S.L.Rubinshteyn, I.S.Kon, Ye.I.Rogov, K.A.Abulxanova-Slavskaya, L.D.Stolyarenko, N.M.Solonchuk kabi mashhur pedagog-psixologlar va boshqa ko'plab tadqiqotchilarning ishlarida tahlil etilgan. Rossiya psixologiyasida bu sohada olimlar "optimizm" tushunchasini insonning psixik holatining alohida namoyon bo'lishi sifatida o'rganadilar. Ular shaxsning turli psixik holatlarni keltirib chiqaradigan ichki mexanizmlariga asoslanib, nima uchun bir kishi optimizmni, boshqasi esa pessimizmni namoyon qilishi haqidagi savollarga javob izlaydilar. Pedagoglar esa optimizmni shaxsning bilish faoliyati sifatini oshirish hamda o'quv jarayoniga nisbatan ijobiy, konstruktiv va motivatsion munosabatni shakllantirish nuqtai nazaridan o'rganadilar.

Bu yo'nalishda A.D.Ushinskiy, A.S.Makarenko, V.A.Suxomlinskiy, P.P.Blonskiy, O.V.Korotkix, G.V.Lunin, N.A.Ribnikov, F.R.Filippov, Ye.N.Shiyanov va boshqalarning ishlari keng tanilgan. Pedagogik optimizm hodisasi tarbiyalanuvchi shaxsning hayotsevarligini, o'qituvchining o'z o'quvchilari kelajagiga va ularning muvaffaqiyatiga bo'lgan ishonchini, shuningdek, pedagogning har narsada ijobiylikni ko'rishga bo'lgan moyilligini ifodalaydi. Ko'pgina yoshlar dunyoni optimizm bilan qabul qilishlariga qaramay, ularda ruhiy ko'tarilish yetarlicha stixiyali ravishda sodir bo'ladi, shuning uchun unga pedagogning yordami kerak.

Bu xususda V.A.Suxomlinskiy "tarbiyachi ba'zan o'zi tushunmagan holda, nima qilayotganini anglamagan holda o'z tarbiyalanuvchilarida optimizm ildizlarini qirqib tashlaydi..." deb yozgan edi [107, 99–100-b.].

Zamonaviy faylasuf va psixolog M. Zeligman 1975 yilda shunday yozgan edi: "Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklarni tushuntirish uslubi sifatida optimizm shaxs tomonidan turlicha talqin qilinishi mumkin. Bunda, muvaffaqiyatsizliklarni shaxsiy sabablar, ya'ni yetarli darajada harakat qilmaslik bilan izohlash uslubi insonning shaxsiy xususiyati hisoblanadi" [57,49–50-b.].

Shuningdek, M. Zeligman optimistik hayot tarzi va kayfiyatga ega bo'lgan, o'z muvaffaqiyatsizliklarining sabablarini ijobiy tushuntiradigan talabalarning o'quv yutuqlari ham yuqori ekanligini ko'rsatdi. Demak, optimizm o'quv natijalarining yuqori darajasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, muvaffaqiyatga erishish maqsadlari va o'quv strategiyalaridan samarali foydalanish bilan bevosita bog'liq. Shu bois, pedagogik optimizm nafaqat kasbiy, balki shaxsiy fazilatdir.

Yuqorida keltirilgan materiallar pedagogik optimizm, M.Zeligman ta'kidlaganidek, qisman talaba o'rganishi kerak va o'rganishi mumkin bo'lganda orttiriladigan kasbiy-shaxsiy fazilat, qisman esa, buyuk gumanist, gumanistik psixologiya muallifi Karl Rodjers aytganidek, tug'ma shaxsiy fazilatdir, demak, uni maxsus tashkil etilgan qulay pedagogik sharoitlarda rivojlantirish, shakllantirish mumkin degan xulosaga kelish imkonini beradi.

K.Rodjersning gumanistik psixologiyasi g'oyalaridan ko'rinib turibdiki, inson to'g'risida optimistik pozitsiyalar va tasavvurlar bilan fikr yuritish muhimdir, bu esa

insonning chuqur, haqiqiy mohiyatini ijobiy baholashni ko'rsatadi. K.Rodjersning yozishicha, "yuzaki nazorat qilinadigan xatti-harakatlar qatlami ostida, achchiqlanish, og'riq ostida hech qanday nafratsiz ijobiy "Men" mavjud" [99,147-b.]. Mashhur gumanistning shaxsiy o'sish g'oyasi bir qator ijobiy qarashlarni o'z ichiga oladi.

Ulardan biri shundan iboratki, insonning "Men"i doimiy, o'zgarmas yoki qotib qolgan narsa emas, aksincha, u rivojlanishga va ijobiy o'zgarishlarga moyildir. Boshqa bir qarash esa odamlar aslida yaxshi va doimo mukammallikka intilish xususiyatiga ega ekanligini ta'kidlaydi. Ya'ni, insonlar o'z tabiatiga ko'ra muqarrar ravishda mustaqillik va o'z-o'zini takomillashtirish yo'nalishida harakat qiladi, deb taxmin qilinadi.

Biz K.Rodjersning optimizm nazariyasi bilan ham hamfikrmiz, u optimizmni insonning o'z muvaffaqiyati va o'z-o'zini ro'yobga chiqarishga tug'ma intilishi deb atagan.

Yu.V.Andreyeva "Pedagogik optimizm o'qituvchining kasbiy-shaxsiy sifati sifatida" nomli asarida shunday yozadi: ko'plab mahalliy pedagoglar uchun "pedagogik optimizm" tushunchasi ham kasbiy, ham shaxsiy fazilat hisoblanib, o'quvchilarni o'qitish va tarbiyalashda muhim ahamiyatga ega. Bunda mazkur jarayonlar o'qituvchi yordamida yuqoriga, ya'ni bilmaslikdan bilishga qarab izchil harakat qiladi [10,100–108-b.]. Yana bir pedagog N.A.Baturin shunday yozadi: "Pedagogik qo'llab-quvvatlash tizimida o'quvchining yutuqlariga erishish uchun pedagogik usul muhim ahamiyatga ega. Bu usul, muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik holatlarida bo'lishidan qat'i nazar, o'quvchining ichki sabablariga - uning sarflagan kuch-g'ayrati, tirishqoqligi, mas'uliyati va intilishiga qaratilgan bo'ladi" [28, 39-42-b.].

Bo'lajak pedagog-psixologning hayotiga optimistik nuqtai nazar uning kelajakdagi pedagogik faoliyatning o'zini o'zi qadrlashiga, gumanistik, optimistik ustanovkalarga, ular orasida talaba ta'limining maqsadi sifatida refleksiya, empatiyani rivojlantirish, bolalar bilan muloqot va muvaffaqiyatli muloqotga yo'naltirilganligi bilan belgilanishi kerak. Pedagogik optimizm, o'qituvchining kasbiy va shaxsiy sifati sifatida, shaxsning o'ziga va o'qituvchi sifatida tanlagan kasbiga munosabati shaklida harakat qilib, kasbiy o'zini o'zi takomillashtirish va o'zini o'zi tarbiyalashga bo'lgan shaxsiy majburiyatdir.

Xulosa. Shunday qilib, kasbiy pedagogik madaniyat doirasida pedagogik optimizmni shakllantirishning zamonaviy talablari yutuqlarni ijobiy baholash, talabalarning kognitiv faolligini rag'batlantirishning pedagogik texnikasi bo'lgan tasdiqlash, rag'batlantirish orqali og'zaki ravishda ifodalanishi mumkin bo'lgan talabalarning mo'ljallangan rejasini amalga oshirishdir.

Pedagog-psixologlarga ularda pedagogik optimizmni shakllantirish nuqtai nazaridan qo'yiladigan zamonaviy talablar, avvalo, bo'lajak pedagog-psixologlarda o'z o'quvchilariga bo'lgan ishonchni rivojlantirish, har tomonlama psixologik va pedagogik qo'llab-quvvatlash, o'quvchilarning bilish faolligi sifatini oshirish, o'quv faoliyatiga ijobiy, ijobiy, motivatsion kayfiyatni shakllantirishni nazarda tutadi.

Bo'lajak pedagog-psixologda pedagogik optimizmning samarali shakllanishi nafaqat bo'lajak pedagog-psixologning umumiy kasbiy tayyorgarligiga zamonaviy talablarni aniqlash bilan, balki uning tarkibiy qismlari uning samarali shakllanishini ta'minlaydigan pedagogik optimizm tuzilishini aniqlash bilan ham bog'liq.

Bizning nazarimizda, pedagogik optimizm o'qituvchiga o'quvchilarning o'zlarida optimistik dunyoqarashni faol rivojlantirish imkonini beradi, uning asosida kelajakka, o'zining kasbiy va ma'naviy-axloqiy kuchlariga ishonch yotadi, bu esa o'qituvchining atrofdagi voqelikni ideallashtirishi va salbiy xususiyatlarni sezmasligi, balki ularni xafa qilmasdan yumshoqlik bilan tuzatishi kerakligini nazarda tutmaydi. Pedagogik optimizm shakllangan o'qituvchi o'quvchilarni samarali o'qita oladi, ularda kelajakda kasbiy faoliyatdagi qiyinchiliklarni yengish uchun irodaviy fazilatlarni rivojlantira oladi, ko'ngildagidek kasb tanlaydi, kasbiy hayotiy qiyinchiliklarni yengib o'tadi, shuningdek, muvaffaqiyatga erishadi va ma'lum ehtiyojlarni qondira olmaslik hissi bilan bog'liq salbiy his-tuyg'ularni boshdan kechirmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Богачев Ф. // Требования к компетентности, профессионализму, поведению, уровня культуры и мышлению современного преподавателя. // Непрерывное педагогическое образование: состояние, тенденции, перспективы развития. Мат. междунар. научно-практ. конф. Част 4. - Липецк - Москва, 2000. - С. 145-146.
2. Борисова Е.Н. // Учитель и ученик: позитивное мышление как профилактика эмоционального выгорания. // Высшее образование сегодня. Российский новый университет Москва.: 2019. - С. 45-49.
3. Горбатов А.А. // О пользе оптимизма и пессимизма // Прикладная психология. — 2001. — №3.
4. Гордеева Т.А. // Оптимистическое мышление студента как составляющая личностного потенциала. // Психологическая диагностика. - 2006. - №2. - С. 42-50.
5. Гордеева Т.О. // Оптимистическое мышление личности как составляющая личностного потенциала [Текст] Т.О. Гордеева // Психологическая диагностика. – 2007. – № 1. – С. 32-65.
6. Гордеева Т.О. // Позитивное мышление как фактор учебных достижений старшеклассников. // Вопросы психологии. - 2010. - С. 24-33.

**SHAXSDA EKOLOGIK ONG SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK
MEXANIZMLARINI SHAKLLANTIRISHNING KONTSEPTUAL
MUAMMOLARI**

*Akramov Mirmuxsin Rustamovich
O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
"Din psixologiyasi va pedagogika" kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori*

Mamlakatimizda yuz berayotgan barcha o'zgarishlar yaqin kelajakda davlatimizning siyosiy va iqtisodiy barqarorligini, shaxs ma'naviyatini yuksaklikka ko'tarishni ta'minlashga yo'naltirilgan. Biroq, shuni alohida ta'kidlash kerakki, iqtisodiy yo'nalganlikning kuchayishi tevarak olamga bo'lgan munosabatning salbiy ko'rinishlarini vujudga keltirmoqda. Ya'ni jamiyatda iste'molchilik kayfiyatining tobora oshishi kuzatilmogda. Shunday pallada insonning o'zini o'rab turgan tabiiy muhitga munosabati masalasiga e'tibor jamoatchilikning diqqat markaziga ko'chgan.

So'nggi yillarda «Yashil makon» umummilliy loyihasi asosida xalqimizning turmush tarzi va farovonligini yanada oshirish, inson huquqlari va manfaatlarini ta'minlash hamda faol fuqarolik jamiyati shakllantirilishiga qaratilgan islohotlarning ustuvor yo'nalishlari sifatida belgilanib, zarur huquqiy-me'yoriy asoslari yaratildi: «Ekologik tarbiya, targ'ibot va ma'rifiy ishlarni, shuningdek, ekologiya va atrof-muhit muxofazasi sohasi mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirishni tashkil etish» vazifalariga asoslanib, shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini aniqlash va takomillashtirish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirishga qaratilgan yangicha nazariy yechimlarni topish uchun mustahkam asos yaratildi.

Shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlari ontogeneznining turli bosqichidagi shaxslarda psixologik jihatdan amalga oshirigan tadqiqot natijalari bilan bir qatorda mahalliy muhitda ekologik ongni shakllantirish va mos psixodiagnostik metodikalarni moslashtirish hamda amaliyotga joriy qilishga zarurat borligini ko'rsatkmoqda. Shuningdek, shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini shakllantirish kontseptsiyasini ishlab chiqish muhim vazifalardan biri sanaladi.

Birinchi bosqich. Shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini belgilovchi umumiy xususiyatlar. Shaxsda ekologik ong shakllanishi qadriyatlar tizimida, inson faoliyatining tabiatni bilish va uni o'zgartirish bilan bog'liq barcha turlari va natijalarida namoyon bo'ladi. "Tabiat va inson" tizimidagi psixologik munosabatlarning tarixiy shakllanish darajasi va harakterini aks ettirib, insoniyatning noosferaga harakati bosqichlarini aniqlashda o'ta muhim ahamiyatga egadir. Shu jihatdan ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlari mamlakatimiz

psixologiyasi amaliy faoliyatida ekologik ong bilan bog'liq tadqiqot ishlarini amalga oshirish, kelgusida mazkur mavzuga doir amaliy hamda fundamental tadqiqotlarni qo'llash muhim mezonlarni belgilab beradi.

Ikkinchi bosqich. Ekologik ong shakllanishiga doir metodika va testlarning mahalliy muhitdagi holati va muammolari. Ilmiy tadqiqot ishini amaliy jihatdan yoritish uchun jahon psixologiyasida xususan, AQSH, Yevropa va Rossiyada amalga oshirilgan ko'plab psixodiagnostik tajribalardan o'tgan test va so'rovnomalarni tanlab olish va ularni amaliyotga joriy Yetish, tadqiqot ishni amalga oshiruvchi tadqiqotchilarni oldiga qiyin va murakkab vazifalarni qo'yadi. Tanlab olingan tadqiqot ishimizga oid amalga oshirilgan ekologik ong shakllanishi to'g'risida xolis va haqqoniy ma'lumotlar olishning psixologik tizimini rivojlantirish va mahalliy sharoitga mos shaxs psixodiagnostikasi metodikalarini shakllantirish hamda amaliy empirik asos vazifasini belgilovchi tadqiqot ishimizni mustahkamladik.

Uchinchi bosqich. Ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini belgilovchi istiqbolli maqsadlar. Muammoning hozirgi holatini muhim xususiyati ekologik ong shakllanishini shaxs taraqqiyoti bilan nazariy-amaliy jihatdan bog'lash imkoniyatini berishidir. Ekologik ongning shakllanishida insonlarning tabiatda tutgan beqiyos o'rni, tabiat jarayonlari bilan munosabati, u bilan bog'langanligi, aloqadorligini tushuntirish markaziy o'rinni olmog'i lozim.

To'rtinchi bosqich. Ekologik ong shakllanishi kontseptsiasining asosiy elementlari. Ekologik ongni shakllantirish kontseptsiasini ijtimoiy-psixologik jarayonlarning maqsadlari, mezonlari, ustuvor yo'nalishlari va motivatsion jabhalari nuqtai nazaridan psixologiya, ekologiya va jamiyatni boshqarishning yangi paradigmasini ochib berishga xizmat qiladi. O'z navbatida, ekologik ongni shakllantirish kontseptsiasining maqsadi inson faoliyatining tabiiy muhitga ta'sirini baholashdan iboratdir.

Beshinchi bosqich. Ekologik ong shakllanishi kontseptsiasining ishlab chiqilishida xorijiy tajribaning o'rni. Mamlakatimiz psixologiyasida ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlari bo'yicha amalga oshirilgan tadqiqot ishlari samaradorligini ta'minlash uchun ilg'or xorijiy mamlakatlarda mazkur mavzuga doir izlanishlardan foydalanish lozim sanaladi.

Quyida bir qator ilmiy tadqiqot institutlari va markazlar faoliyatida ekologik ong bilan bog'liq ishlar amalga oshirilgan. [Jumladan](#), Amerika psixologlar assotsiatsiyasi (APA), Xitoy ilmiy tadqiqotlar akademiyasi (China), Kanada psixologlar assotsiatsiyasi (CPA), Massachuti texnologiya instituti (Massachusetts Institute of Technology), CHexiya ta'lim markazi assotsiatsiyasi (Educational center association Czech Republic), Pekin xalqaro inson genomenlari proyeksi (Human Genome Project Pekin), Texas universiteti (USA), Tyuringiya davlat o'quvchilar kolleji (Staatliches thüringer studienkolleg), Alberta universiteti (The university of Alberta), London imperial kolleji (Imperial college London) kabilarda ekologik ongni amaliy jihatdan tadqiq etishga

mo'ljallangan metodikalarni qo'llash va takomillashtirishni ta'minlovchi qator qilingan ishlar biz tadqiq etayotgan ishning istiqbolli tomonlarini yanada rivojlantirishga o'zining ta'sirini ko'rsatadi.

Oltinchi bosqich. Ekologik ong shakllanishini korrektsiya qilish dasturi.

Psixokorreksion yordamning samaraliligiga baho berish borgan sari aktuallashtirishda. Bu psixologning ta'sir eta olishi va korrektsion ishning sifatligidandir.

1. Ishning samaraliligini baholashda aniq metodni belgilab olish zarur. Korrektsion ishda ma'lum bir metodni oldindan tanlash qiyin, chunki ish faoliyatida psixologlar turli metodlardan foydalanadilar.
2. Hatto bir metod har xil mutaxassisda turli natija beradi.
3. Ishning bahosini bu metoddan xabari bo'lmagan ekspert berishi zarur.
4. Psixologning tarbiyaviy-ta'limiy sifatini hisobga olish kerak.
5. Psixologning kasbiga bo'lgan qiziqishini hisobga olish zarur.
6. Guruh korrektsion ishda psixologning professional bo'lishi katta ahamiyatga ega.
7. Psixokorreksion ishlarda mijoz psixologik ta'siridan so'ng quyidagilarga qarab baholanadi:
8. Ichki kechinmalarning sub'ektiv mohiyatining o'zgarganligi.
9. Ta'sir etgandan so'ng mijozning ijobiy tomonga o'zgarishi.

Psixologik ta'sir samarasini belgilashda psixofiziologik metodlardan foydalanish mumkin. Ular insonning vegetativ-somatik fiziologik va psixik funktsiyalarini baholaydi. Psixokorreksion ta'sirning samaraliligi kriteriyasi har bir shaxsdagi salbiy o'zgarishlarni aynan uni o'ziga xos ekanligini hamda tanlangan psixokorreksion metodlar ta'siri shu o'zgarishlarga qaratilganligini hisobga olish bilan bog'liqdir.

Dasturning maqsadi: Shaxsning o'zini-o'zi anglash va axloqiy qarashlarini o'zgartirish orqali ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini korrektsiya qilish

Bu maqsadga erishishda quyidagi vazifalarni hal etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Vazifalari:

- axloqiy me'yorlar va ularning buzilishi nimalarga olib kelishi mumkinligini anglatish;
- axloqiy qarashlar va ekologik ong o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatish;
- o'zini o'zi anglash ichki ziddiyatlarni pasaytirishini eksperimental tasdiqlash orqali shaxsning tabiatga bo'lgan munosabatini korrektsiyalash;
- nizoli vaziyatlarda o'z xulq-atvorini korrektsiya qilish malakasini shakllantirish;
- shaxsda o'z emotsiyasini to'g'ri namoyon qila bilish va agressiv reaksiyalarini jilovlay olishga qaratilgan bilimlarni hosil qilish;

- boshqa odamlarning kechinmalari, xolati va qiziqishlarini tushunib yetishiga yordam berish;

- shaxslararo nizolarni konstruktiv xal etish bilimini shakllantirish;

Psixokorreksion guruh faoliyatining asosiy tamoyillari:

- mas'uliyatlilik tamoyili.
- yaqinlik tamoyili.
- qo'llab-quvvatlash tamoyili.
- shu yerda va hozir tamoyili.
- maxfiylik tamoyili.
- seminarining boshidan oxirigacha qatnashish tamoyili.

Xulosa qilib aytganda, mazkur kontseptsiya loyihasini amalga oshirish shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini aniqlash va mamlakatda amalga oshirilayotgan tadqiqotlarning ilmiy ahamiyatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 21 апрелдаги ПФ-5024-сон «Экология ва атроф-муҳитни муҳофаза қилиш соҳасида давлат бошқаруви тизимини такомиллаштириш тўғрисида»
<https://lex.uz/docs/3174498>
2. Ўзбекистон Республикасида фуқароларнинг виждон эркинлигини таъминлаш ва диний соҳадаги давлат сиёсати концепциясини тасдиқлаш тўғрисида. Тошкент ш., 2025 йил 25 февраль, ЎРҚ-1037-сон
3. Акрамов М.Р. Экологик онг ривожланишини ўрганишнинг илмий-методик асослари// Монография Ўзбекистон халқаро ислом академияси Кенгашининг 2022 йил 30-апрелдаги 9-сонли баённомаси ISBN: 978-9943-5636-5-0 “Илм зиё заковат” 2022
4. Акрамов М.Р. Умумий ўрта таълим мактабларида экологик онг шаклланишининг психологик механизмлар// Мактаб ва ҳаёт. Илмий-методик журнал № 1 (165/2022) Б. 30-31. (19.00.00; №1)
5. Акрамов М.Р. Экологик онг шаклланишини ўрганишнинг психологик масалалари// Педагогик маҳорат (илмий-назарий методик журнал) - Бухоро, 2021. – № 5. - Б. 171-174 (19.00.00; № 5)

XORIJ OLIMLARINING AYBDORLIK HISSI BORASIDAGI FIKRLARI.

*Sultanova Saida Muhiddin qizi
Nizomiy nomidagi TDPU,
“Amaliy psixologiya” kafedrası o'qituvchisi*

An'anaviy psixoanaliz yondashuvida aybdorlik dastlab rashk, qasos, nafrat va hasad kechinmalariga asoslanib, boshqalarga zarar yetkazishning ongsiz istagi bilan bog'liq deb qaraladi [94]. Ushbu yondashuvga ko'ra, odamlar jamiyatga qarshi harakat va impulslar uchun o'zlarini aybdor his qiladilar.

Z.Freyd [94] aybdorlikni «super ego» (vijdon) talablari va «ego» harakatlari o'rtasidagi keskinlik hissi, super-egoning «ego-tanqidni» idrok etish deb ta'riflaydi. «Super-ego» «Men» dan alohida holatni anglatadi, Freyd aybdorlik ayblovchi («super-ego») va ayblanuvchidagi «Men» o'rtasidagi bo'linishni anglatadi: bu bo'linish o'z-o'zidan subyektlararo munosabatlarni internallashtirish jarayoni natijasida sodir bo'ladi.

Klassik psixoanaliz nazariyasiga ko'ra, shaxsning asosiy tuzilishi (id, ego va superego) shakllangandagina aybdorlik paydo bo'lishi mumkin. Z.Freyd [94] bu aybdorlik hissi ikki manbadan kelib chiqadi, deb hisoblagan. Ulardan biri internallashtirish va identifikatsiyadan iborat bo'lsa, ikkinchisi edip davrida vujudga keladi, uning muvaffaqiyati «super-ego»ning «Id» impulslariga nisbatan doimiy hushyorligiga bog'liq.

Xuddi MDH psixologlari kabi Z.Freyd [94] uyat va aybdorlikni ijtimoiy formatsiya deb ko'radi. Biroq bu yondashuvlarda ijtimoiy tushunchaning asosi deb Z.Freyd ongli tajriba sifatida emas, balki avloddan avlodga o'tadigan ijtimoiy ongsiz xislatni tushunadi. Agar Z.Freyd nuqtayi nazaridan qaraganda, ko'plab ketma-ket odamlarning kechinmalari ko'pincha ma'lum tartibda takrorlansa, ular «id», ya'ni irsiyatning, mazmuniga aylanadi. Bundan tashqari, «super-ego» «juda erta yoshda ongsiz ravishda shakllanadi». Demak, aybdorlik va uyat ongsiz - bu ijtimoiy tabiatning mazmunidir, chunki ular meros bo'lib o'tadi. An'anaviy psixoanalizda «aybdorlik» atamasi ikkita ma'noga ega:

1) subyektning u yoki bu sabablarga ko'ra nomaqbul deb hisoblagan harakatdan keyingi affektiv holati yoki subyektning pushaymon bo'lishga sabab bo'ladigan biron-bir aniq harakat bilan bog'liq bo'lmagan o'zining ahamiyatsizligining noaniq tuyg'usi;

2) subyektning o'ziga yetkazadigan muvaffaqiyatsizliklari, jinoiy xatti-harakatlari va azob-uqubatlarini tushuntiruvchi ongsiz motivlar tizimi.

Z.Freydning [94] deyarli barcha shogird va izdoshlari u yoki bu tarzda aybdorlik va uyat tushunchalariga murojaat qilishgan. Neofreydizm vakillarining bir qator asarlarida aybdorlik vijdon toifasi kontekstida ko'rib chiqiladi. Vijdon fenomenining asl ma'nosi aybdorlik va uyat hissi sifatida tushuniladigan emotsional dinamikada ko'rinadi. Shuning uchun vijdon va bu kechinmalar odatda turlarga bo'linadi. Umuman olganda, ikkita asosiy tur farqlanadi: yetuk haqiqiy vijdon va aybdorlik hamda yetuk bo'lmagan majburlangan

viydon va aybdorlik. Bundan tashqari, «yetuk aybdorlik» atamasi axloqiy reaksiya (K.G.Yung) [102], gumanistik viydon (E.Fromm) [95] tushunchalariga mos keladi.

Agar Z.Freyd o'z-o'zini anglashning hissiy komponentiga urg'u bergan bo'lsa, K.G.Yung [102] viydonni qisman iroda harakatidan, qisman esa oqilona tuyg'udan iborat murakkab fenomen deb ko'radi. Uning fikricha, viydon – bu subyektiv bilan bir qatorda predmetli, obyektiv ham mavjud bo'lgan qadriyatli fikr.

Psixanaliz tadqiqotchilarning ta'limotlarida uyat va ayb sust differentsiatsiya qilingan. E'tirof etiladiki, aybdorlik hissi uyat shaklida paydo bo'lishi mumkin. E.Eriksonning [101] fikricha, uyat yetarlicha o'rganilmagan, chunki «bizning sivilizatsiyamizda uyat tuyg'usi ancha erta va aybdorlik tuyg'usiga oson singib ketgan». Z.Freyd [94] uyat masalasini tizimli ravishda o'rganmagan. U faqat uyat, shuningdek, aybdorlik, «Men» va uni qoralovchi «Super - Men» o'rtasidagi keskinlikni ifodalashini ta'kidlaydi. Uyat va aybdorlik tuyg'ulari o'rtasidagi bog'liklikni ta'kidlab, Z.Freyd ularni subyektiv jihatdan «ajratish qiyin» ekanligini qayd etgan.

Ahamiyatli tomoni shundaki, ko'plab mualliflar aybdorlik va uyat kechinmalarini axloqiy va etik xatti-harakatlar hamda shaxsning rivojlanishi bilan bog'laydi. G.M.Breslav [26] o'zining «Emotsiyalar psixologiyasi» kitobida uyat va aybdorlik axloqiy va etik me'yorlarga zid bo'lgan xatti-harakatlardan kelib chiqadigan his-tuyg'ular sifatida qaralishini aytadi. Ular axloqiy o'zini o'zi nazorat qilish me'yori va haqiqiy harakatlar o'rtasidagi nomuvofiqlikni bildiradi, shaxsiy javobgarlik hissi va ijtimoiy me'yorlarga rioya qilish zarurligini yaratadi.

R.Mey, E.Fromm, I.Yalom kabi mualliflar uyat va aybdorlik kechinmalarini nafaqat boshqalarga nisbatan harakat, balki o'ziga nisbatan harakat bilan ham bog'laydilar [73; 95; 106].

Chet el psixologiyasida aybdorlik ongning bo'linishiga ko'maklovchi omil sifatida qaraladi, bu esa shaxsning nevroziga olib keladi. Aybdorlik shartli refleks sifatida qaraladi, uni operant o'rganish yordamida shakllanishi va jazodan qo'rqishga tenglashtirish mumkin. Mazkur konsepsiya doirasida ijtimoiy ijobiy xarakter aybdorlik hissi bilan bog'liq. Aybdorlik birlamchi va mutlaq narsa sifatida ham ko'riladi, undan hech bir inson qochib ketolmaydi va shuning uchun uni anglash ijobiy holatdir. Shuningdek, aybdorlik subyektiv fenomen va hodisalarni talqin etish usuli sifatida belgilanadi.

Ayrim olimlar aybdorlikni «harakat», «mas'uliyat», «tanlov» kabi tushunchalar ma'nosida ko'rib chiqish kerak deb hisoblaydi. Mualliflarning fikriga ko'ra, bu tushunchalarni tahlil qilmasdan, aybdorlikni psixologik fenomen sifatida o'rganish rasmiy va ma'nosiz ko'rinadi.

MDH mamlakatlari adabiyotlarini tahlil qilish bizga harakatning quyidagi asosiy belgilarini aniqlash imkonini berdi: harakat va shaxsning o'zaro vositachiligi; shaxsiy munosabatlar bilan bog'liqlik; ikki subyektlik o'zaro munosabat sifatida; anglash yoki onglik; ixtiyoriylik; harakat genezi va o'zini o'zi anglashning birligi; polimotivatsiya; nizoli munosabatlarning aniqlashtirilganligi; tanlash. Aybdorlik sababi insonning o'z harakatlari

yoki biror narsaga qodir emasligidir. Aybdorlik kechinmasining vujudga kelishiga ham harakat, ham harakatsizlik ta'sir ko'rsatishi mumkin, ya'ni axloqiy me'yorlarga zid bo'lgan his-tuyg'u, fikr yoki xatti-harakat ham, ma'lum bir vaqtda va muayyan vaziyatda kerakli va o'rinli bo'lgan, lekin mavjud bo'lmagan his-tuyg'u, fikr yoki harakat bo'lishi mumkin.

Taniqli rossiyalik psixolog D.A.Leontev [57] tomonidan tanlovning uchta turi ajratilgan: oddiy, mazmuniy va shaxsiy. Tanlovning har xil turlari mavjudligi tufayli sodir etilgan harakatga munosabatning turli shakllari, shu jumladan, aybdorning turli shakllari bo'lishi mumkin.

Tanlov insonga o'z xatti-harakatlarini ijtimoiy me'yoriylik mantig'i darajasida tartibga solish qobiliyatini rivojlantirganda mavjud bo'ladi. Bu guruhga mansub bo'lish istagiga asoslangan me'yorga yo'naltirilgan oddiy tanlov, ya'ni o'ziniki sifatida qabul qilinadigan tashqi me'yorlarga yo'naltirilganlik.

Ushbu turdagi tanlov bilan bog'liq harakatni baholashda shaxs aybdorlikni his qilish xususiyatini rivojlantiradi. Aybdorlik mazmuniy tanlov sharoitida eng yetuk shakllarga ega bo'ladi, chunki u shaxsiy qadriyatlarga xiyonat qilishda paydo bo'ladi. Faqat yetuk shaxs erkin yoki shaxsiy tanlovga da'vo qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Tangney J. P., Dearing R. L. Shame and Guilt. New York: Guilford Press, 2003. 272 p.
2. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда. СПб : СПб, филиал Института социологии РАН, 1995. стр. 39.
3. Ильин Е.П. Психология совести: вина, стыд, раскаяние. – СПб.: Питер, 2016.
4. Изард К. Э. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2008. – 464 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

KEKSALIK DAVRIDA HAYOT MAZMUNINI ANGLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Jumayeva Guljahon O'ralovna
TerDU Psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi*

Kirish. Jahonda tug'ilishning kamayishi keksalik davridagi insonlar sonining ortib borishi bilan bog'liq muammolar ayniqsa rivojlangan va rivojlanayotgan davlatlarda demografik inqirozni vujudga keltirmoqda. Agar 2000-yilda sayyoramizda 60 yoshdan oshganlar 600 millionni tashkil etgan bo'lsa, bu ko'rsatkich 2050-yilda 2 milliardni tashkil etishi kutilmoqda. Rivojlangan davlatlarda keksalarning 80 yoshdan yoshi kattalari agar 2000-yilda 70 millionni tashkil etgan bo'lsa, kelasi 50 yilda besh

barobarga oshishi mumkinligi tahlil qilinmoqda. Ular ichida jinslar miqdorida taqqoslanganida yolg'iz ayollarning soni erkaklardan ko'p bo'lishligi kutilmoqda. Chunki umr davomiyligida ham ayollarning hissasi erkaklarga ko'ra har doim yuqoriroq ko'rsatkichni tashkil etib kelgan.

Jahonda iqtisodiy rivojlangan va rivojlanayotgan davlatlar tomonidan demografik muammolarga bag'ishlangan tadqiqotlar va izlanishlar tobora keng olib borilmoqda. BMT tomonidan globallashuv sharoitida keksalar salomatligini muhofaza qilish va ularning ijtimoiy hayotda to'laqonli ishtirokini ta'minlash borasida maqsadli tadqiqotlar olib borilmoqda.

Xususan, AQSHning Milliy gerontologiya markazida keksalar salomatligini saqlash, ijtimoiy himoyalash maqsadida ularni qo'llab-quvvatlash, qarilikni faollik bilan o'tkazishga qaratilgan loyihalar asosida keksalarning turmush tarzini takomillashtirish, ularning salomatligini saqlashda axborot tizimidan to'liq foydalanishning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish, qarish fiziologiyasi va patologiyasi, qarishning individual ko'rinishlari va ijtimoiy himoyasiga oid maxsus tadqiqotlar amalga oshirilmoqda.

Mamlakatimizda bugungi kunda ijtimoiy sohani rivojlantirish va aholining hayot sifatini yanada oshirish, jumladan, keksalarni ijtimoiy himoya qilish va turmush darajasini yanada yaxshilashga alohida e'tibor qaratilgan. Ularning faoliyati, hayotiy ehtiyojlari, manfaatlari, qarashlari, maqsadlari, qadriyatlari, yosh bilan bog'liq o'zgarishlarning hayotiga qanday ta'sir ko'rsatishini o'rganish va tahlil qilish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. O'zbekiston Respublikasi

Prezidenti tomonidan qabul qilingan qaror va farmonlarda O'zbekistonni yangilash va rivojlantirishning ma'naviy-axloqiy negizlarini mustahkamlashda faxriylarning mamlakatning ijtimoiy-siyosiy hayotida faol ishtirok etishi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish ustuvor vazifa sifatida belgilangan.

Inson hayoti turli bosqichlardan iborat bo'lib, har bir bosqich o'ziga xos xususiyatlar, kuchlar va omillar bilan ajralib turadi. Keksalik - bu inson umrining yakuniy bosqichi bo'lib, unda shaxsiy hayotga bo'lgan munosabati, o'z hayotini anglash, o'tgan hayotini qayta tahlil qilish va mazmun topish jarayoni alohida o'rin tutadi. Bu davrda hayot mazmuni masalasini yanada chuqurroq va himoya qilish bo'lib, insonning hayotiy yordam beradi, yutuq va aflari haqida o'qiydi, mavjud bo'lgan qadriyatlarni ko'rib chiqadi. Shu bilan, keksalik davridagi mazmunini anglash jarayonini davolash murakkab va chuqur tahlilni talab etadi.

Amerikalik psixolog Erik Eriksonning epigenetik nazariyasiga ko'ra, hayot davomida shaxsiyat rivojlanishini ko'rib chiqiladi va unga muvofiq shaxsning psixikasi ijtimoiy-madaniy sharoitlar bilan belgilanadi.

E.Erikson shaxs rivojlanishini qaytarilmas sakkizta bosqichga ajratib ko'rsatadi (3). Oxirgi bosqich (65 dan keyin) kech yetuklik sifatida belgilanib, bu davrda insonning sog'lig'i yomonlashadi, u yolg'izlikka intiladi, turmush o'rtog'i va o'sha yoshdagi do'stlarining o'limini boshdan kechiradi va bu yoshdagilar psixosotsial inqirozga emas,

balki butun hayotini integratsiyalashgan baholashga duch keladi. Ammo, E.Eriksonning fikricha, faqat keksalikda haqiqiy yetuklik keladi va bu kishiga oldingi tajriba va yutuqlarni qadrlash imkonini beradi. hamda bu donolik sifatida belgilagan qutb hisoblanad. Yana ikkinchi qutbda esa qaytadan boshlashning iloji yo‘qligini anglab yetmagan, o‘zini anglamagan keksalar bo‘lib, ularda o‘z hayotini qayta tiklay olmaganidan afsuslanish va kamchiliklarini inkor etish va ularni atrofdagi dunyoga o‘tkazish kabi g‘azablanishning ikki turi ustunlik qiladi.

Tadqiqot ob'ekti va qo'llanilgan metodlar. Keksalik davrida hayot mazmunini anglash, ularning ijtimoiy-psixologik moslashuvi, qadriyatlar tizimi, shaxsning individual xususiyatlari hamda keksalarning jamiyatdagi mavqei bilan bog'liq bo'lgan murakkab jarayoni hisoblanadi. ijtimoiy-psixologik moslashuv o'z-o'zini tashkil etuvchi tizim bo'lib, uning asosiy elementlari shaxs tarkibiy qismlari va ijtimoiy muhit xususiyatlaridan iborat. Keksalarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi – bu ularning o‘z-o‘zini anglash, boshqalar bilan o‘zaro munosabatga kirishish, o‘zini jamiyatda to‘laqonli a‘zo sifatida his qilish, yangi hayotiy vaziyatlarga moslashish qobiliyati sifatida tushuniladi.

Mazkur maqolada hayotning mazmuniy jihatlarini aniqlash maqsadida Djeyms Krambo va Leonard Maholik tomonidan ishlab chiqilgan «Hayot mazmuniga yo‘nalganlikni aniqlash» testidan foydalanildi.

Bu metodika shaxsning hayotiy maqsadlari, istiqbollari va yashashdagi mazmuniy yo‘nalishini baholashga xizmat qiladi. Ayniqsa, keksalikda hayot mazmunining pasayishi yoki yo‘qolishi ularning psixologik holatiga qanday ta’sir qilayotganini aniqlashda muhim hisoblanadi.

Mazkur metodika orqali keksa respondentlarning hududiy tafovutlari tahlil qilindi.

Bu test, insonning hayoti va maqsadlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Shuningdek, hayot mazmuniga yo‘nalganlikni aniqlash testi, nafaqat shaxsning ichki dunyosini o‘rganish uchun, balki uning ijtimoiy va madaniy kontekstini ham inobatga olgan holda, keksalarning jamiyatdagi o‘rnini tushunishga yordam beradi. Bu test, hayot mazmuniga yo‘nalganlik darajasi va uning shaxsiy va ijtimoiy maqsadlar bilan bog‘liqligini o‘rganishda samarali bo‘ladi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Keksalarning hayot mazmuni aniqlash uchun Kruskal-Uollis mezonidan foydalandik. Tadqiqotimizda Surxondaryo viloyatidan 110 nafar, Jizzax va Farg‘ona viloyatlaridan 100 nafardan, jami 310 nafar keksalar ishtirok etishgan.(1-Jadval)

1- jadval

“Hayot mazmuniga yo‘nalganlikni aniqlash” metodikasini hududlar kesimidagi tafovutlari
(Kruskal Uollis mezoni n=310)

Ko‘rsatgichlar	O‘rtacha ranglar			H	p
	Suro ndaryo viloyati (N=110)	Jizz ax viloyati (N=100)	Far g‘ona vilo yati (N=100)		
Hayotiy maqsadlar	138,8 2	133, 75	195, 60	29,870	,000**
Hayot jarayoni	168,7 7	149, 46	146, 95	3,788	,150
Hayotning natijadorligi	192,4 8	139, 10	131, 23	29,529	,000**
Nazorat lokusi-men	164,8 3	136, 16	164, 58	6,930	,031*
Nazorat lokusi-hayot	159,4 4	134, 07	172, 60	9,605	,008**
Umumiy hayot mazmuni ko‘rsatkichi	168,5 8	136, 86	159, 76	6,907	,032*

Izoh: $p \leq 0,05^*$; $p \leq 0,01^{**}$; $p \leq 0,001^{***}$

Djejms Krambo va Leonard Maholik tomonidan ishlab chiqilgan D.A.Leontev tomonidan moslashtirilgan „Hayot mazmuniga yo‘nalganlikni aniqlash“ testining hayotiy maqsadlar shkalasida Surxondaryo, Jizzax hamda Farg‘ona hududlaridan tanlab olingan sinaluvchilar natijalari tahlil qilinganda ahamiyatli farqlar aniqlandi ($H=29,870$; $p < 0,001$). Aniqlangan natijalarga ko‘ra, Farg‘ona viloyati keksalarida hayot jarayoni shkalasida yuqori ko‘rsatkichlar kuzatildi. Hayotiy maqsadlar ko‘rsatkichi odamning kelajakdagi hayoti uchun belgilangan maqsadlar, shu maqsadlarning anglanganligi va kelajakka bo‘lgan yo‘nalganlik darajasini o‘lchaydi. Bu shkala orqali, shaxsning hayotiga qanday maqsadlar kiritilganini, bu maqsadlarning qanchalik aniq va tushunarli ekanligini aniqlash mumkin.

Shkalaning past ko‘rsatkichlari, hatto umumiy hayot mazmuni shkalasi ko‘rsatkichlari yuqori bo‘lgan taqdirda ham, odamning hozirgi yoki kechagi kunga

bog'lanishdan boshqasiga yo'nalmaganligini ko'rsatadi. Bunday shaxslar odatda kelajakdagi imkoniyatlardan yoki maqsadlardan ko'ra, hozirgi va o'tmishdagi tajribalariga ko'proq e'tibor qaratadilar. Bu esa, ularning kelajak haqida o'ylash va uzoq muddatli rejalashuvdan ko'ra, aynan hozirgi holatni qabul qilishga moyilligini anglatadi.

O'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, hayot jarayoni shkalasi bo'yicha tanlab olingan respondentlar orasida ahamiyatli farqlar aniqlanmadi. Barcha respondentlar hayotda maqsadga ega bo'lish darajasi bo'yicha nisbatan o'xshash natijalarni ko'rsatdilar. Ushbu holat ularning hayotga qiziqish bilan yondashishini, hozirgi hayot jarayonidan emotsional qoniqish va zavqlanish darajasi yuqoriligini ifodalaydi.

Ya'ni, tanlangan hududlarda yashovchi keksalar o'z hayotining har bir lahzasidan ma'no va zavq izlashga moyildirlar. Shu o'rinda shuni ta'kidlash lozimki, hayot jarayoni shkalasida yuqori natijalar boshqa hayot mazmuni ko'rsatkichlari bilan uyg'un ravishda namoyon bo'lsa, bu shaxslarning hayotga to'laqonli, ma'no topilgan tarzda qarayotganini anglatadi. Aksincha, agar boshqa shkalalarda past natijalar bilan birga kuzatilsa, bu faqat bugungi kun bilan yashash, kelajak rejalari va hayotiy maqsadlarning kuchsizligi belgisi hisoblanadi. Bir so'z bilan aytganda "hayotning yagona ma'nosi - maza qilib yashash"

Navbatdagi hayotning natijadorligi shkalasi bo'yicha ham ishonchli farqlar aniqlandi ($H=29,529$; $p<0,001$). Ushbu shkalada surxondaryo keksalarida yuqori natija aniqlandi. Mazkur shkala shaxsning o'z hayotiga, xususan, o'tmish davriga nisbatan subyektiv munosabatini ifodalaydi. Shaxs o'zining yashab o'tgan umrini qanday baholashi, undan qanday ruhiy-psixologik xulosalar chiqargani va bu xulosalarning ijobiy yoki salbiy xarakterda bo'lishi ushbu ko'rsatkich orqali aniqlanadi. Ushbu komponent bir tomondan hayotiy mazmunni anglashga, ikkinchi tomondan shaxsning ichki qoniqish darajasiga bevosita taalluqlidir.

Ushbu shkala bo'yicha yuqori ball olgan respondentlar o'z hayot yo'li, ijtimoiy va shaxsiy faoliyat natijalari, hayotiy tanlovlari va qarorlaridan qoniqish bildiradi. Ular o'z imkoniyatlarini yetarli darajada amalga oshirganini his qiladi. Ammo agar bu yuqori ko'rsatkich boshqa shkalalarda (masalan, hozirgi holatdan mamnunlik, motivatsiya, umid va boshqalar) past ko'rsatkichlar bilan birga kuzatilsa, bu holat psixologik e'tiborning o'tmishga yo'nalgani, ya'ni shaxs hozirgi va kelajak hayotdan ko'ra o'tmishni mazmunli deb hisoblayotganini ko'rsatadi. Bu esa, o'z navbatida, passiv holat, ijtimoiy izolyatsiya yoki nostalgik kayfiyatlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Past ball esa shaxsning yashab o'tgan umriga nisbatan salbiy bahosini bildiradi. Bunday insonlar o'z hayot yo'lini samarasiz, maqsadsiz yoki noaniq kechgan deb his qilishlari mumkin. Bu holat psixologik tushkunlik, norozilik, hayot mazmunining yo'qolganligi kabi simptomlar bilan birga kechadi va bu ayniqsa qarilik davrida ruhiy salomatlik uchun xavfli omil sifatida qaraladi. Mazkur shkala, ayniqsa, yoshi ulg'aygan insonlar orasida hayotga bo'lgan munosabat, qoniqish darajasi va o'zlikni anglash

holatini baholashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Bu holat nafaqat shaxsiy psixologik farovonlikni, balki ijtimoiy moslashuv va ruhiy salomatlikni ham aks ettiruvchi muhim mezonlardan biridir.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, "Nazorat lokusi-Men" shkalasi bo'yicha ham statistik jihatdan ishonchli farqlar aniqlandi ($H = 6,930$; $p < 0,05$). Ushbu ko'rsatkich shaxsning o'z hayoti ustidan nazoratni qanday his qilishini, ya'ni hayotdagi hodisa va qarorlar ustidan individual boshqaruvga ega ekanligini qay darajada anglashini ifodalaydi.

Shkaladagi yuqori ballar shaxsning o'z hayot yo'nalishini belgilash, tanlov qilish, qarorlar qabul qilish va o'z oldiga qo'ygan maqsadlarni amalga oshirish borasida kuchli ichki ishonchga ega ekanini ko'rsatadi. Bu holat "men o'z hayotimning egasiman" degan ichki e'tiqodning mavjudligiga dalolat beradi. Bunday shaxslar o'z hayotida yuz berayotgan hodisalar uchun tashqi omillarni emas, avvalo o'zini mas'ul deb hisoblaydi. Tadqiqotda aniqlanganidek, Surxondaryo va Farg'ona viloyatlarida yashovchi keksalar ushbu shkala bo'yicha bir xil darajadagi natijalarni namoyon qildilar, ya'ni ularning o'z hayotlari ustidan subyektiv nazorat darajasi o'xshash bo'lib chiqdi.

Bu holat ikki hududda yashovchi keksalar hayotga nisbatan mas'uliyat, o'zini anglash va ichki nazorat nuqtayi nazaridan bir-biriga yaqin psixologik pozitsiyalarda ekanini ko'rsatadi.

Nazorat lokusi - hayot ko'rsatkichida ahamiyatli farqlar kuzatildi ($H = 9,605$; $p < 0,01$). O'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, "Nazorat lokusi-hayot" shkalasi bo'yicha Farg'ona viloyatidan tanlab olingan keksalar yuqori ball to'plagan bo'lib, bu ularning o'z hayotlarini boshqarish borasidagi ichki ishonchi yuqoriligini ko'rsatadi. Ular orasida erkin qaror qabul qilish, o'z taqdirini o'zi belgilashga bo'lgan ishonch, kelajakka nisbatan faol va ijobiy munosabat singari jihatlar yaqqol namoyon bo'lgan. Farg'ona viloyatda ijtimoiy faollik, jamoaviylik va oilaviy qadriyatlarga yuqori e'tibor berilishi keksalarning ijtimoiy qo'llab-quvvatlanishini kuchaytiradi. Bu esa ularning hayotdan qoniqish darajasi va o'zini foydali his qilishiga olib keladi.

Farg'ona mintaqasining nisbatan rivojlangan qishloq xo'jaligi, kichik biznes hamda xizmat ko'rsatish sohalaridagi faollik ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydi. Bu esa shaxsda hayotni boshqarish mumkinligi haqidagi ishonchni kuchaytiradi.

Bundan tashqari viloyatda diniy va ma'rifiy qadriyatlarga nisbatan kuchli e'tibor mavjud bo'lib, bu keksalarda iroda, mas'uliyat va sabr-toqat kabi psixologik xususiyatlarning shakllanishiga yordam beradi. Natijada, ular hayotda sodir bo'ladigan voqealarga faol, mas'uliyatli munosabatda bo'lishadi.

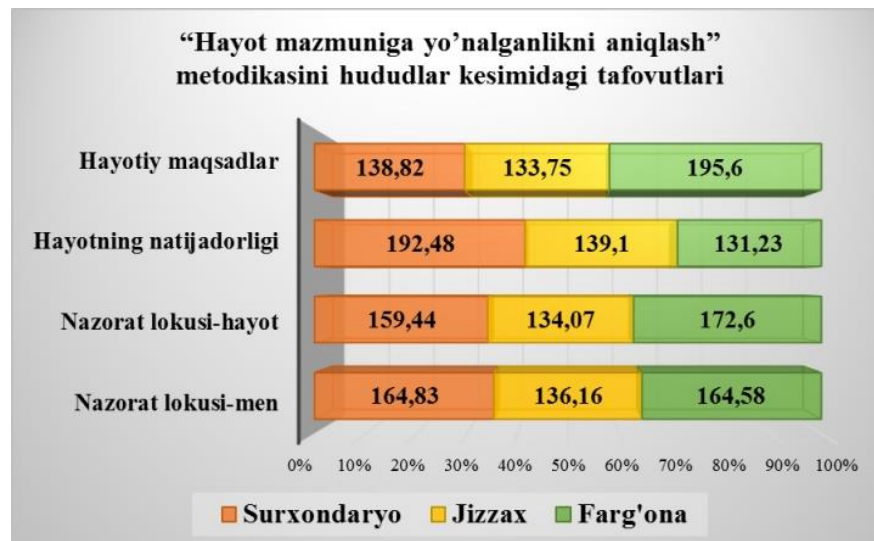
Yuqoridagilardan kelib chiqib, Farg'ona viloyatidagi keksalarning "nazorat lokusi-hayot" ko'rsatkichining yuqoriligi ularning ijtimoiy-psixologik holati nisbatan barqaror ekani, hayotga ongli yondashuvi va o'zini faol subyekt sifatida anglashi bilan izohlanadi.

Metodikamizning umumiy hayot mazmuni ko'rsatkichida Surxondaryo viloyatidan tanlab olingan respondentlarning natijalari yuqoriligi aniqlandi.

$H=6,907$; $p < 0,05$). Farg‘ona viloyatidagi keksalar hayotiy maqsadlar va nazorat lokusi-hayot ko‘rsatkichlari bo‘yicha yuqori natijalarni ko‘rsatgan bo‘lsa-da, hayotning natijadorligi borasida nisbatan past ball to‘plagan.

Bu holat ular hayotda hali to‘liq erishilmagan maqsadlar bor deb hisoblashlari bilan izohlanadi.

Surxondaryo hududida jismoniy mehnatga asoslangan yashash tarzi, faol mehnat faoliyatining davomiyligi keksalarda o‘zini kerakli va foydali his qilish tuyg‘usini mustahkamlaydi. Bu esa umumiy hayot mazmunining yuqori bo‘lishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.



3-rasm. “Hayot mazmuniga yo‘nalganlikni aniqlash” metodikasini hududlar kesimidagi tafovutlari

Psixologik adabiyotlarda hayotdan qoniqish va hayot mazmuni tushunchalari ko‘plab nazariy yondashuvlarda, masalan, V. Franklning logoterapiya nazariyasida, K. Riffning psixologik farovonlik modeli, E.Dinerning subyektiv farovonlik konsepsiyalarida asosiy psixologik holat sifatida talqin etiladi.

Aynan hayotning natijadorligi komponenti shaxsning o‘zini anglash, retrospektiv baholash va hayotiy qadriyatlar tizimi bilan uzviy bog‘liq.

Ushbu tahlillar keksalarning hayot mazmunini tushunishda muhim asos bo‘lib xizmat qiladi hamda psixologik yondashuvlar, treninglar va rehabilitatsiya dasturlarini tuzishda e’tiborga olinishi zarur.

Xulosa. “Nazorat lokusi-Men” shkalasi bo‘yicha shaxsning o‘z hayoti ustidan nazoratni his qilish, hayotdagi hodisa va qarorlar ustidan individual boshqaruvga ega ekanligini anglash, o‘z hayot yo‘nalishini belgilash, tanlov qilish, qarorlar qabul qilish va o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlarni amalga oshirish borasida kuchli ichki ishonchga ega ekanlik Surxondaryo va Farg‘ona viloyatlari sinaluvchi keksalarida bir xil darajadagi natijalar kuzatildi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Leontiev D.A. Hayot yo'nalishi testi (LO). – Moskva, 1992. – 18 b.
2. Абульханова-Славская, К. А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь / К. А. Абулханова-Славская. – М. : Наука, 1989. – С. 110–134
3. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения. - М.: Академия, 2002. С. 287.

YOSHLARNING OILA QURISHDA NIKOH MOTIVLARINING OILA MUSTAHKAMLIGIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Kayumova Go'zal Narzullayevna
Termiz davlat universiteti psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Mamlakatimizda oila va nikoh munosabatlarini mustahkamlashning ahamiyatiga alohida urg'u berilib kelinmoqda. Respublikamiz Prezidenti Sh.M.Mirziyoyev o'z nutqida –“Eng katta baxt, men buni ming marta qaytarishdan charchamayman, oilamiz tinch bo'lsin! Oila kichik vatan, oila tinch bo'lsa, baxtli bo'lsa, vatan tinch bo'ladi. O'sha baxtli kunlarni, vatanimizning, yoshlarimizning kamolini hozir niyat qilayotganimiz kabi ko'rish hammamizga nasib etsin!” – deb alohida ta'kidlaydilar.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyev o'z asarlarida oila xususida to'xtalib,- “Turmush qurgan yoshlar orasida hayotni yengil-yelpi tasavvur qilish, oila muqaddas ekanini tushunib yetmaslik holatlari ham, afsuski, uchrab turibdi. Yosh oilalar orasida arziyas sabablar bilan ajrashishlar ko'payib bormoqda. Begunoh bolalar yetim bo'lib, mehr va e'tiborga eng tashna vaqtida ota-ona tarbiyasidan chetda qolmoqda”. –deb ta'kidlagan. Bu esa oila mustahkamligini taminlash dolzarbligini ko'rsatmoqda

Mamlakatimizda oila mustahkamligiga katta e'tibor qaratilayotgan bugungi kunda ayrim oilaviy kelishmovchiliklar, nizolar va ajralishlarning uchrab turayotganligi bu holatning ijtimoiy-psixologik tomonlarini chuqur o'rganib tahlil qilishni taqozo etmoqda.

Haqiqatdan ham, ilk bolaliqdanoq ko'plab ertaklar eshitib, keyinchalik o'zlari ham ularni turli kitoblardan o'qib o'sgan bo'lsa-da, yoshlar o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlarini adekvat tasavvur eta olishlari mushkul. Shaxsning nikoh qurishga munosabati, nikohga tayyorligi va nikoh qurish motivlarini o'rganishda asosan so'rovnoma va anketalardan foydalaniladi. Tadqiqotimizda sosiolog S.I.Golod

tomonidan ishlab chiqilgan «Nikoh qurish motivlari» anketasidan foydalandik. Mazkur so‘rovnoma aynan nikoh qurish motivlarini o‘rganishga qaratilgan. Mashhur rus sosiologi Sergey Isayevich Golodning fikriga ko‘ra, turmush qurishning yetakchi sabablari: - sevgi, - umumiy qarashlar va qiziqish, - yolg‘izlikni his qilish, - rahm-shafqat, - farzand kutish, - tasodifiy, - moddiy ta‘minlanganlik; - bo‘lajak turmush o‘rtog‘ining boshpanaga egaligi kabilardan iborat.

Sinaluvchilar ro‘yxatda berilgan sakkizta nikoh motividan 8 tasini tanlashlari kerak. Bunda eng muhimidan boshlab 1-o‘rin va qolganlarini muhimligiga qarab keyingi o‘rinlarda tanlanishi so‘raladi. Biz natijalarni hisoblashda 1-, 2-, 3 –o‘rinlarni egallaganlarning umumiy sonini oldik. Natija quyidagicha bo‘ldi:

1-jadval. «Nikoh qurish motivlari» metodikasi bo‘yicha respondentlarning ko‘rsatkichlari

Ni koh motivlari	Sevgi	umumiy qarashlar va qiziqish,	yolg‘izlikni his qilish	rahm shavqat	Farzand kutish	tasodifiy	Modiy ta‘minlanganlik	bo‘lajak turmush o‘rtog‘ining boshpanaga egaligi
K o‘rsatkichlar soni	8	2	21	5	1	7	23	38
K o‘rsatkichlar foizi	6,6%	3,3%	35%	5%	1,6%	8,3%	38,3%	63,3%

Ushbu anketa shartlariga ko‘ra, respondent S.I.Golod taklif qilgan 8 ta variantda tuzilgan savollar ichidan o‘zi uchun maqbul bo‘lgan faqat bitta asosiy variantni tanlashi kerak.

Sinaluvchilarga 8 ta nikoh motivlari keltirilgan qator taqdim etilib, ulardan birini tanlash taklif etildi. Tadqiqotimizda 60 nafar universitet talabalari ishtirok etdilar.

Jadvaldan ko‘rinib turibdiki, nikoh qurish yoshidagi talabalarning nikoh motivlarida 1o‘rinni –bo‘lajak turmush o‘rtog‘ining boshpanaga egaligi, ikkinchi o‘rinni –farzand kutish, 3o‘rinni –sevgi egallamoqda.

Yoshlarda nikoh motivlarining er-xotin munosabatlari shakllanishiga ta’siri juda katta bo‘lib, oilaviy munosabatlar attraksiyasi shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. Oilaviy munosabatlar attraksiyasi oila a’zolari o‘rtasida sodir bo‘ladigan murakkab va serqirrali o‘zaro munosabatlar bo‘lib, ko‘plab psixolog olimlar, shu jumladan, o‘zbekistonlik olimlardan M.Davletshin, G‘.Shoumarov, E.G‘oziyev, X.Karimov, N.Sog‘inov, F.Akramova, G.Yadgarova, M.Salayeva, D.Xoliqov kabilardan tomonidan tadqiqotlar olib borilgan. Jumladan, oilalar bilan olib boriladigan ijtimoiy – pedagogik

faoliyat mazmuni, shakl va metodlari bir qator olimlar V.N.Gurov, S.Nazarova, Yu.P. Azarov, Ye.P.Arnaumova, Jeleznova A.K, T.V. Shelyag, o'zbek olimlaridan A.Munavvarov, T.X.Teshavoyeva, M.D.Savurov, O.Musurmonovalar o'rgangan.

Ularda ko'proq o'zbek oilasiga xos urf-odatlar, udumlar, an'analar nuqtai nazaridan oilaviy munosabatlarning etnopsixologik qirralari tadqiq etilgan. Lekin oila institutini ijtimoiy voqelik sifatida uning qonuniyatlarini tahlil etar ekanmiz, bu o'rinda biz oilaga xos bo'lgan munosabatlarning psixologik tabiatiga, kelib chiqishi va dinamikasiga e'tiborni qaratdik.

Oila psixologiyasida nikoh qurish motivlarining oilaviy munosabatlarga ta'siri muammosi keng o'rganilgan bo'lsa-da, muammo jamiyat taraqqiyotining zamonaviy bosqichida alohida o'rganishga ehtiyoj sezadi. Nikoh oldi omillarining eng muhimi - shu nikoh qurilishiga asos bo'lgan nikoh motivlaridir, «Motiv» iborasi psixologiyada ma'lum bir xulq, faoliyatning yuzaga kelishiga asos bo'lgan kuch, turtki, manba, asosni bildiradi. Xo'sh, oilalar qanday motivlar tufayli yuzaga kelishi mumkin?

Psixologik adabiyotlarda bir necha o'nlab nikoh motivlari farqlanadi. Lekin ular umumlashtirilgan holda uchta klassifikatsiyaga ajratiladi. Bular: sevgi tufayli oila qurish, ya'ni yoshlar oila qurishdan avval bir-birlarini sevib, ma'lum bir muddat sevib-sevilib yurganlaridan so'ng shu o'zaro sevgining mahsuli sifatida bir-birlarining visoliga to'y qilib, oila qurib yetishadilar [4].

Xulosa. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, yuridik jihatdan eng mustahkam, turg'un oilalar stereotip bo'yicha oila qurgan juftlarga to'g'ri kelar ekan. Bunday oilalarda ajrashishlar miqdori oldingi ikki motiv asosida qurilgan oilalarga qaraganda juda kam ko'rsatkichni tashkil qiladi.

Chunki ular «hamma qatori» oila qurishgan. Qarashsaki, «hammasi binoyidek yashayapti» - bular ham yashayverishadi. Bu motiv asosida qurilgan oiladagi er-xotinlar o'ta baxtli ham, o'ta baxtsiz ham bo'lmaydilar. Lekin birgalikdagi hayot tufayli er-xotin o'rtasida bir-birlariga moslashish, birbirini tushunish, bir-biriga nisbatan mehr-oqibat yuzaga kelib, ular rivojlanib yuqorida aytganimizdek, sevgi-muhabbat darajasiga o'sib yetishi ham mumkin. Bunday holatlar, shubhasiz, bu toifa oilalarni nafaqat rasmiy, yuridik jihatdan, balki emosional, psixologik jihatdan ham turg'un bo'lishini ta'minlaydi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik - har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. T.: – O'zbekiston, 2017, 43-bet.
2. Yosh avlodda ma'naviy-axloqiy qadriyatlarni shakllantirish va oilaning tarbiyaviy va madaniy-ilmiy salohiyatini oshirish masalalari mavzusidagi

Respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari to'plami, Termiz, 2019 y, 22-25 b.

3. N.A.Sog'inov, F.X.abibullayev – Oilani o'rganish psixodiagnostikasi metodikalari. – Toshkent-1996y
4. V.Karimova. Oila psixologiyasi. Toshkent: 2007.

МУСИҚИЙ ТАЪЛИМДА ЎҚИТУВЧИ ШАХСИНИНГ ЎРНИ

Эргашев Нажибулло Хасан ўғли
Термиз давлат педагогика институти ўқитувчиси

Шахс маънавияти ўз-ўзидан ривожланмайди, у энг аввало жамиятнинг таълим ва тарбияга берадиган эътибори билан боғлиқ бўлади. Агар жамиятда шахс маънавияти сиёсатнинг устивор вазифаси сифатида қаралса, уни ривожлантиришдаги омил ва воситаларидан самарали фойдаланишга етарли эътибор қаратадиган бўлсагина бу мураккаб вазифани ҳал этиш мумкин. Аксинча, жамиятда маънавияти қашшоқ одамлар сони ортиб боради.

Шахс маънавиятини юксалтириш энг аввало ҳар бир шахснинг юксак камолотга эришиши, унинг ўзлигини англаши, “мен”лигини қарор топтириш бир сўз билан айтганда чинакам инсонлик мақоми билан яшашига имкон беради. Маънавий қашшоқ шахс ана шундай бойликлардан маҳрум бўлади. Бундан кўриниб турибдики, юксак маънавиятга эришиш ҳар бир шахснинг ҳаётий зарурати ҳисобланади

Муסיқа ўқитувчисининг шахсини ривожлантириш замонавий ўқитувчининг стандарт фазилатлари, касбий ривожланишнинг индивидуал хусусиятларини тан олиш, кучли томонларини муцацкамлаш, заиф томонларини йўқ қилиш ёки юмшатиш, педагогик ижодда изланиш ҳамда зарур бўлганда ўз қобилиятининг ўрнини тўлдириш хусусиятларидан фойдаланиш ва очиқликни талаб этади.

Албатта ҳар қандай муסיқа ўқитувчиси ўз меҳнати билан педагогик маҳоратга эришиши мумкин. Агар ўқитувчи ўз олдига педагогик ижоддан фойдаланиш вазифасини қўя олса, бунинг учун педагогик муаммоларни ҳал қилишнинг муқобил вариантлари ва мослашувчан вариантларини топиш мумкин. Яъни, хусусийнинг орқасида умумийни кўриш, ноаниқлик шароитида фикрлаш ва ҳоказоларни ривожлантириши мумкин бўлади.

Муסיқа ўқитишда ўқитувчи шахсининг муҳим таркибий қисми унинг касбий тажрибаси бўлиб, у эгаллаган касбий билим ва кўникмаларни, белгиланган касбий қадрият ва шахсий йўналганлиги, эгаланган техника ва педагогик технологияларидан иборат бўлади. Бунда ўқитувчининг шахсияти кўп жиҳатдан

у амалга оширадиган педагогик фаолиятнинг характерини белгилайди дейиш мумкин бўлади.

Шунингдек, муסיқа ўқитишда ўқитувчи маълум истеъдодга эга бўлиши унинг фаолияти жозибадорлигини оширишга хизмат қилади. Қобилиятлар тараққиётидаги юксак босқичи истеъдоддир. Муסיқа ўқитувчисининг истеъдоди унга мураккаб меҳнат фаолиятини муваффақиятли, мустақил ва ўзига хос тарзда бажариш имконини берадиган қобилиятлар уюшмаси ҳисобланади. Қобилиятлар каби истеъдод ҳам фақат ижодий ютуққа эришиш имкониятидан иборатдир бўлсада, у оқибат натижада ижодий ютуқлар ўқитувчиларнинг ижтимоий шароитига боғлиқ бўлади.

Зеро, жамият тараққиёти истеъдодли педагогларга эҳтиёж сезса, бундай мутахассис педагоглар пайдо бўлиш имконияти туғилади. Ўқитувчи истеъдоди унинг қобилиятлари йиғиндисидан, уларнинг мажмуидан иборатдир. Муסיқа ўқитувчисининг истеъдоди психик сифатларининг шу қадар мураккаб бирикмасидирки, уни қандайдир бирорта ягона қобилият билан боғлиқ бўлади, ва бу қобилият барча когнитив психик жараёнларнинг юксак маҳсулдорлиги каби муҳим аҳамиятга эга.

Педагог шахси, унинг педагогик фаолияти ҳамда мулоқоти, шахсиятининг етуқлиги каби жиҳатлар билан уйғунлашса, албатта ўқитувчининг меҳнати муваффақиятли бўлиши табиий. Ҳар қандай педагогик фаолият – ўқувчиларга билим бериш, уларни ривожлантириш ва тарбиялаш педагогик вазифалар, педагогик техника ва технологиялар тизимидан фойдаланган ҳолда амалга оширилиб, ўқитувчининг касбий фаолиятини ташкил этади.

Муסיқа ўқитишда айниқса ўқитувчи шахсининг педагогик мулоқоти - педагогик фаолият самарадорлигини ошириш учун ўқувчилар ва жамоадорлар билан қулай муносабатлар ўрнатишдан иборат бўлган ўқитувчининг касбий фаолияти бўлиб, ўқитувчи шахсининг муҳим компонентини ташкил этади.

Муסיқа ўқитишда ўқитувчининг шахсияти алоҳида ўрин тутди ва у ўқитувчининг мақсадлари, педагогик фаолият ва педагогик мулоқот усулларини танлашига сезиларли таъсир кўрсатадиган унинг ақлий фазилатлари яъни, қадрият йўналишлари, мотивацияси, қобилиятлари йиғиндисидан иборат бўлади. Педагогик фаолиятда ўқитувчи шахси ҳал қилувчи омил ҳисобланади ва агар педагогик фаолият ўқитувчи фаолиятидаги жараён, техника ва технологияларни, педагогик мулоқот бу ишнинг иллими ва муҳитини фойдаласа, ўқитувчининг шахси бу ишнинг мазмунини белгилайди.

Муסיқа ўқитувчиси шахси профессионал муҳим педагогик фазилатларнинг мураккаб иерархиясидан иборат бўлиб, ўқитувчининг педагогик фаолиятини амалга оширишга ҳисса қўшадиган ҳар қандай шахсий психологик сифати касбий аҳамиятга эгадир. Масалан, касбий этикети, фикрлаш, профессионал хотираси,

кузатиш қобилияти, ҳиссий сезгирлиги, ташқи кўриниши кабилар шулар жумласидандир.

Муסיқа ўқитишда ўқитувчининг педагогик йўналганлиги - бу энг муҳими ўқитувчининг ўз касбига бўлган қизиқишлари, мотивацияси, ўқитувчи бўлиш истагида кўринади. Ўқитувчи касбий ривожланишнинг маълум босқичида педагогик маҳорат ва ижодкорлик мотивациясининг юксаклиги алоҳида аҳамиятга эга бўлиб, ўқитувчининг фаолиятининг юқори поғонасига кўтарилишига эътиборини қаратади.

Шунингдек, педагогик фаолиятга йўналганликнинг асосий жиҳати нафақат ўқувчиларга бўлган муҳаббат, балки ўқувчи шахсини ўсиб бораётган шахс сифатида ривожлантиришга қаратилган бўлиши муҳим аҳамиятга эга. Муסיқа ўқитувчисининг барқарор педагогик йўналганлиги ва мотивацияси ўқитувчи шахсининг умумий фазилатларининг ривожланишини белгилаб беради.

Ана шундай педагогик йўналганлик хос бўлган муסיқа ўқитувчисигина ўқувчиларнинг муסיқий қобилиятини ривожлантириш, уларни ютуқларга эътириши учун хизмат қилишга тайёр бўлади. Худди шундай муסיқа ўқитишда ўқитувчининг педагогик қобилиятлари ҳам алоҳида аҳамият касб этади.

Муסיқа ўқитишда педагогик қобилият педагогик фаолиятнинг самарадорлигини таъминлайдиган индивидуал барқарор шахс хусусиятлари йиғиндиси бўлиб, таълим самарадорлигини таъминловчи бош омил ҳисобланади.

Муסיқа ўқитишда муҳим ҳисобланган педагогик қобилиятларга перцептив-рефлексив яъни, бошқаларни тўғри идрок этиш ва ўзини англаш қобилияти ҳамда бошқаларга таъсир ўтказиш, ўзинива бошқаларни бошқариш қобилияти юқори даражада бўлиши лозим. Муסיқа ўқитувчисининг перцептив қобилиятлари туфайли педагогик кузатувчанлик, хушёрлик, ўқитувчи педагогик вазиятнинг моҳиятини аҳамиятсиз кўринадиган белгиларга асосланган тушунишида кўзга ташланади.

Муסיқа ўқитишда зарур бўлган яна бир мураккаб шахсий сифат - педагогик ижодга тайёрлик ва қобилият - педагогик вазифаларни белгилашда, техника ва технологияларни қуришда, ностандарт натижаларга эришишда янги нарсаларни излаш, ютуқларга эришишда амалга оширилади.

Муסיқа ўқитувчисининг ижодкорлиги яъни, субъектив янгилигини англатувчи педагогик ижод доимий такрорланмайдиган педагогик вазиятларда ўқувчиларга ностандарт ёндашувларни топиш зарур бўлганда, ҳар бир ўқитувчи учун мавжуд бўлиб, аммо улар маълум педагогик амалиётда қўллаш самарадорлиги юқори педагогик вазиятларни яратишда кўринади.

Хулоса қилиб айтиш мумкинки, бошқа фанлар каби муסיқа ўқитишда ҳам ўзига хос педагогик муаммолар мавжуд. Бу каби муаммолар муסיқа ўқитувчисининг шахси билан боғлиқ муаммолар ҳам бўлиши мумкин. Агар

педагог ўз соҳаси хусусиятларидан келиб чиқиб, касбий ва шахсий фазилатларини мувофиқлаштириш олса унинг фаолияти самараси албатта юқори бўлади.

Шахс маънавиятини юксалтиришдан ҳар бир давлат ҳам манфаатдордир. Чунки, маънавияти юксак шахслар давлат ҳудудида яшаётган аҳолининг аксарият кўпчилигини ташкил қилган шароитдагина тинчлик, меҳр, муҳаббат, фуқаролар ва миллатлар ўртасида ҳамкорлик, жипслик каби фазилатлар мустаҳкам бўлади ва давлат барқарор ривожланиб боради. Ана шу иккала ҳаётий зарурият шахс маънавиятини ривожлантиришнинг омил ва воситаларидан самарали фойдаланишни тақозо этади.

Адабиётлар

1. Ёлдошев Ж.Ғ., Мусаев У.К., Замонавий ўқитувчи касбий компетенциясининг педагогик-психологик асослари. (Конференция материаллари туплами) - Т., 2009.

2. Ёлдошев Ж.Ғ., Усмонов С.А.. Педагогик технология асослари. Т. «Ўқитувчи». 2004 йил.

ХАВОТИРЛАНИШ ХОЛАТИДА КОГНИТИВ ХАТОЛАР

*Нормуминова Дилафруз Эркиновна
ТерДУ психология кафедраси катта ўқитувчиси*

Хавотирланиш - бу одамнинг хавотирни бошдан кечиришга мойиллиги. Кишилар муҳим тадбирлар, воқеалар ва бошқалар олдида қайғуришади.

Бу ҳолат ҳеч қандай сабабсиз юзага келиши кўпинча кишининг вазият тўғрисида нотўғри фикрлаши, хулоса чиқариши билан боғлиқ бўлади. Бу каби когнитив хатоларнинг ортиб бориши оқибатида хавотирланиш кучайиб, патологик ҳолатларга олиб келиши мумкин.

Хавотирланишнинг кучайиши ҳар қандай ёшда пайдо бўлиши мумкин. Бу ҳолатнинг асосий сабаблари сифатида ?уйидагиларни келтириш мумкин:

ҳар хил турдаги ҳиссий кечинмаларнинг бошдан кечирилиши;
оиладаги тарбия ва муҳитнинг ўзига хос хусусиятлари;
травмадан кейинги ҳолат; деструктив хулқ; ички зиддият (ўзини ҳурмат қилиш билан боғлиқ муаммолар, норозилик.

Инсонлар кўпинча хавотир ҳолатини хавф-хатар вақтида, баъзан бирор бир

шахс олдида, муҳим иш ва муҳим учрашувлардан олдин, низоли вазиятларда, ўқиш ва ишда муваффақиятсизликка дуч келганда, жамоа олдида сўзга чиққанда, кутилмаганда содир бўладиган чўчитувчи вазиятларни бошдан кечирадilar.

Кўпинча психологик адабиётларда хавотир муаммоси таниқли олимлар томонидан кенг доирада таҳлил қилиниб, бу борада илмий-назарий таърифлар ишлаб чиқилган. Кенг тарқалган таърифларга кўра: - “Хавотир – кўркув ҳолатига яқин ҳолат бўлиб, субъект ўзининг хотиржам ҳаёт кечиришига зиён етиши мумкинлиги ҳақида, унга таҳдид солаётган ёки таҳдид солиши мумкин бўлган хавф- хатар ҳақидаги хабарни олиши билан пайдо бўладиган салбий ҳиссий ҳолатдир.” [4].

Киши хавотир ҳиссиётига берилганда муваффақиятсизликка учраши мумкинлигини фақат эҳтимолий тарзда билади ва ушбу (кўпинча етарлича ишонарли бўлмаган) тахминга биноан ҳаракат қилади.

Хавотир ҳиссиёти стеник тусда ҳам, астеник тусда ҳам бўлиши ёки руҳан астойдил тушқунликка берилган ва хавотирланган тарзда ёки аффектив ҳолатга тушган тарзда кечиши мумкин.

Хавотир – одамнинг ўзига ёки яқин кишиларига тааллуқли бўлган ҳақиқий ёки ҳаёлий хавф - хатарга нисбатан қайтарадиган эмоционал реакциясидир. Хавотир юзнинг оқариши, баданнинг титраши ва бошқа бир қанча ихтиёрсиз товушлар, ҳаракатлар билан ифодаланади. Хавотир хавф- хатардан қочиш ёки ҳаракатсиз туриб қолиш ҳолатида ҳам намоён бўлиши мумкин [6].

Хавотир ҳолати шахсда психик жараёнларнинг нормал кечишига ката таъсир кўрсатади. Бу жараёнда сезувчанликнинг ўта ошиб кетиши ёки пасайиши вазиятнинг моҳиятини тушунмаслик, идрок этишнинг ёмонлашуви каби ҳолатларни кузатиш мумкин.

Хавотир тафаккур жараёнига ҳам таъсир кўрсатиб, баъзи инсонларда фикрлашнинг равонлашуви ва вазиятдан тезроқ чиқиб кетишга интилиш билан намоён бўлса, бошқаларда, аксинча, таффакур маҳсулдорлигининг пасайиши, нутқ ва ҳаракатларда мантиқсизлик акс этади.

Жуда кўп ҳолатда иродавий соҳа заифлашиб, инсон бирор қарор қабул қилишга, вазиятни назорат қилишга ўзида куч топа олмай қолади. Хавотир вақтида кўпинча нутқ бузилиб, товушда титроқ пайдо бўлади.

Хавотир ва хавотирлик диққат жараёнига ҳам катта таъсир кўрсатади. Одатда, диққат жуда тарқоклашиб, инсон ўз диққат эътиборини бир ерга тўплай олмай қолади ва баъзан, аксинча диққатининг барқарорлиги ошиб, айнан бир объектга томон йўналтирилганлигини ҳам кўриш мумкин.

А.Кемпински хавотирни келтириб чиқарувчи ҳолатларни 4 гуруҳга ажратади: ҳаёт учун бевосита хавфли таъсир кўрсатувчи омиллар, ижтимоий таҳдидлар, фаолликни шахсан танлаш имкониятининг мавжуд эмаслиги ҳамда ижтимоий муҳит билан ўзаро муносабатлардаги бузилишлар. Келиб чиқиш

сабабларига кўра хавотирни биологик, ижтимоий, руҳий ва дезинтеграцион турларга бўлиш мумкин [2].

Хавотир хавф-хатардан ҳимояланишга ва ундан қочиш йўллари излашга ундовчи нормал эмоционал ҳолат ҳисобланади. Ҳеч қачон хавотирни ҳис қилмаслик мумкин эмас, ҳолбуки хавотир ва хавотирликнинг йўқлиги ҳам психик бузилиш белгисидир. Аммо баъзи инсонларда маълум бир вазият ва ҳолатга нисбатан ноадекват реакциялар билан ифодаланувчи ёпишқоқ хавотирлар ва фобиялар ҳам учраб туради.

Фобияга дучор бўлган инсон хавотирнинг асоссиз эканлигини тушуниб етади, аммо хавотирдан халос бўла олмайди. Ёпишқоқ хавотирларнинг пайдо бўлиш эҳтимоли ҳар бир инсонда мавжуд. Шунинг учун ҳам фобиялар етарлича кенг тарқалган.

Фобия - бирор вазият, ҳодиса предметга нисбатан вужудга келадиган бирмунча турғун ва асоссиз хавотирдир. Фобия билан азият чекувчилар хавотирларига сабаб бўлувчи предмет ёки вазият ҳақида ҳатто ўйлаганларида ҳам уларни ваҳима қамраб олади. Фобия инсонларнинг нормал ҳаёт кечиришларига тўсқинлик қилиб, шахсий, ижтимоий ва касбий фаолиятларига салбий таъсир кўрсатиши мумкин.

Фобия хавотирдан кучли ва турғун ҳолда намоён бўлиши, хавотир уйғотувчи объектдан қочиш истагининг юқорилиги билан ажралиб туради. Бу ҳолат инсонда кутилмаганда ва англамаган сабабга кўра пайдо бўлиши мумкин. Айниқса, болаларда хавотир ва фобиялар уларнинг жамиятга, ўраб турган оламга мослашиш жараёнларида кўпроқ учрайди. Фобиялар фантазияси яхши ривожланган, хавотирланувчан характерга эга бўлган, ўзига ишонмайдиган, ўзига паст баҳо берадиган, мулоқатга киришиш малакалари яхши шаклланмаган инсонларда кўпроқ кузатилади.

Когнитив-хатти-ҳаракат йўналиши тарафдорлари инсон ўз хатти-ҳаракатларини содир бўлаётган нарсалар ҳақидаги ғоялари асосида қуришига асосланади. Инсон ўзини, одамларни ва ҳаётни қандай кўриши унинг фикрлаш тарзига ва унинг фикрлаши одамнинг қандай қилиб ўйлашга ўргатилганига боғлиқ, деган ғояни илгари суради. Бирор киши салбий, конструктив бўлмаган ёки ҳатто шунчаки самарасиз, нотўғри фикрлашдан фойдаланса, у нотўғри ёки самарасиз ғояларга эга, шунинг учун нотўғри ёки самарасиз хатти-ҳаракатлар ва бундан келиб чиқадиган муаммолар. Когнитив-хатти-ҳаракат йўналиши бўйича одамлар доволанмайди, аксинча яхшироқ ҳаёт кечиришга ёрдам берадиган яхшироқ фикрлашга ўргатилади.

А.Бек бу ҳақда шундай ёзган: "Инсоннинг фикрлари унинг ҳис-туйғуларини, ҳис-туйғулари эса тегишли хатти-ҳаракатни белгилайди ва ҳуққ-атвор ўз навбатида атрофимиздаги дунёда бизнинг ўрнимизни ҳосил қилади." Бошқача қилиб айтганда, фикрлар атрофимиздаги дунёни шакллантиради. Бирок,

биз тасаввур қилаётган ҳақиқат жуда субъективдир ва кўпинча ҳақиқатга ҳеч қандай алоқаси йўқ. А.Бек бир неча бор "Дунё ёмон эмас, лекин биз уни турлича кўрамиз" деб таъкидлаган. [1, 7,8]

Ҳавотирланиш бирор вазиятни таҳдид сифатида қабул қилиш орқали безовталиқ-фобик бузилишлар, "тажовузкор" га қарши курашиш ёки ундан қочиш учун кураш стратегияси сифатида, кўпинча ғазабланиш ҳисси фаоллашганда юзага келади.

Когнитив ёндашув интеллектуал ёки ақлий жараёнларнинг хулқ-атворга таъсирига эътибор қаратди. Ушбу йўналиш вакилларида бири ДЖ.Келли ҳар қандай инсон ўзининг ўтмиш асосида хулоса қилувчи ва келжаги ҳақида олдинда режа тузувчи, ўзининг кечинмалар оламини олдиндан кўрувчи ва назорат қилувчи, талқин этувчи, тушунишга интилувчи ўзига хос тадқиқотчидир деб ҳисоблади. Объектив реаллик мавжуд экан инсонлар уни ҳар хил идрок этадилар, ҳар хил воқеаларни ҳар томондан кўриб чиқадиладар. Амалий ҳодисларнинг ташқи оламларини ёки ички кечинмаларининг талқинида катта кўламдаги имкониятларни тақдим этади [3].

Когнитив терапиянинг асосий ғояларидан бири шундаки, бизнинг ҳис-туйғуларимиз ва хатти-ҳаракатларимиз бизнинг фикрларимиз билан белгиланади. А.Бек деструктив фикрларни когнитив хатолар деб атади. Буларга, масалан, воқеликни аниқ акс эттирмайдиган бузилган хулосалар, шунингдек, айрим воқеаларнинг аҳамиятини бўрттириш ёки тушириш, шахсийлаштириш ва ҳаддан ташқари умумлаштириш киради. Жумладан, битта кичик муваффақиятсизлик асосида, кишининг ҳаёт учун глобал хулоса чиқариши кабилар.

Адабиётлар

1. Аарона Бек. Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия.
<https://psyera.ru/3259/kognitivnaya-terapiya-beka>
2. Боумен Д., Рисмен К., Слайтер З. Экзистенциальный невроз как бегство от одиночества. // Материал научной конференции «Теология, философия и психология одиночества». Владивосток. 2005. -С. 26.
3. Котова И.Б., Шиянов Е.Л. Социализация и воспитание. Ростов н/Д, 1997, С, 514.
4. Нишонова З.Т., Жалилова С.Х. ва б. Психологик маслаҳат. Т., 2009.
5. Шарафутдинова, Х. Г., & Нормуминова, Д. Э. (2020). Преодоление тревожности с помощью когнитивно-поведенческой психотерапии. Педагогическое образование и наука, (1), 124-127.
6. Ғозиев Э. Умумий психология. Психология мутахассислиги учун дарслик, 1- китоб Тошкент «Университет» нашриёти , 2002.

7. Sharafutdinova K. G. Destruction of family relations psychoprophylaxis family-neighborhood-educational institution cooperation //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 11. – C. 1000-1007.
8. Sharafutdinova K. G., Kulmamatova F. K., Haydarova S. The role of cognitive psychology in the elimination of destructive behavior //ASIAN JOURNAL OF MULTIDIMENSIONAL RESEARCH. – 2021. – T. 10. – №. 4. – C. 957-964.

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARGA TASHQI PSIXOLOGIK TA'SIRLAR TAHLILI

*Nurqulova Gavhar Ergashevna
Termiz davlat universiteti o'qituvchisi*

Kirish. Kichik maktab yoshi – bolaning shaxsiyati, irodaviy sifatlari, ijtimoiy moslashuvi va intellektual qobiliyatlari shakllanadigan muhim davrdir. Bu davrda bola tashqi muhit bilan faol muloqotda bo'ladi va undagi har bir o'zgarish uning ruhiy holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlari ushbu yoshdagi bolalar rivojlanishida tashqi psixologik ta'sirlarning turli shakllarini chuqur o'rganmoqda, chunki ular ta'lim sifati, ijtimoiylashuv darajasi va kelgusidagi hayotiy muvaffaqiyatlar bilan bevosita bog'liqdir.

Asosiy qism. Oila – bolaning birlamchi ijtimoiylashuv maktabidir. Ota-onalarning tarbiya uslubi, oiladagi psixologik iqlim, muloqot madaniyati va qadriyatlar tizimi bolaning emotsional barqarorligi va xulq-atvorini belgilaydi. Ijobiy psixologik muhitda ulg'aygan bola o'ziga ishonchli, irodali, ijtimoiy faolligi yuqori bo'lib shakllanadi. Aksincha, oiladagi mojarolar, beparvolik yoki haddan ortiq qattiqqo'llik bolada xavotir, qo'rquv, o'ziga past baho berish kabi salbiy oqibatlariga olib keladi.

Kichik maktab yoshida bola o'qituvchini nafaqat bilim beruvchi, balki psixologik tayanch sifatida ham qabul qiladi. O'qituvchining xulq-atvori, muloqot uslubi, baholash mezonlari bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi va motivatsiyasiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Rag'batlantirish, qo'llab-quvvatlash va individual yondashuv o'quvchida o'qishga ijobiy munosabatni shakllantiradi. Salbiy tanqid, e'tiborsizlik yoki noto'g'ri baholash esa bolada stress va darslarga befarqlikni yuzaga keltiradi.

Tengdoshlar bilan muloqot – bolaning ijtimoiy ko'nikmalari va jamoaviy ishlash qobiliyatini rivojlantiradi. Guruh ichidagi mavqe, o'zaro yordam, do'stlik va raqobat bolada turli psixologik reaksiyalarni shakllantiradi. Ijobiy guruh muhiti bolaning ijtimoiylashuvini yengillashtiradi, salbiy muhit esa izolyatsiya, agressiya yoki o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin.

Axborot oqimining ortishi, internet, televizor va mobil qurilmalar bolalarning

tafakkurini kengaytirish bilan birga, ularning psixologik holatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ijobiy ta'sir sifatida bilim olish imkoniyatlari, ijodiy ko'nikmalarni rivojlantirish, yangi bilimlarga ega bo'lish keltirilishi mumkin. Salbiy jihatlar esa nazoratsiz kontent, zo'ravonlik sahnalari va haddan ortiq ekran vaqti natijasida emotsional charchoq, diqqatning pasayishi va real muloqotga qiziqishning kamayishi bo'lishi mumkin.

Kichik maktab yoshidagi bolalar tashqi psixologik ta'sirlarga yuqori darajada sezgir bo'ladilar. Ularning ruhiy dunyosi hali barqaror shakllanmaganligi bois, atrof-muhitdagi voqealar, muloqot shakllari, pedagogik yondashuvlar va hatto mayda ijtimoiy signallar ham chuqur iz qoldirishi mumkin.

Bu davrda bolaning hissiy sohasida ijobiy yoki salbiy yo'nalish beruvchi asosiy omillardan biri — shaxsiy o'rnamdir. Ota-ona, o'qituvchi yoki yaqin kattalar tomonidan namoyish etilgan xulq-atvor, odatlar va qadriyatlar bolaning o'zini tutishiga bevosita ko'chadi. Shu sababli bu yoshdagi bolalar bilan ishlaydigan shaxslar o'zining nutqi, intonatsiyasi, hissiy reaksiyalari va muomala madaniyatini ongli ravishda nazorat qilishi talab etiladi.

Shuningdek, kichik maktab yoshidagi bolalarning psixologik rivojlanishida ijtimoiy-emotsional muhitning barqarorligi hal qiluvchi ahamiyatga ega. Agar bola o'zini xavfsiz va qo'llab-quvvatlanayotganini his qilsa, u yangi bilimlarni o'zlashtirishda faolroq, muloqotga ochiqroq va o'z fikrini ifoda etishda dadilroq bo'ladi. Aksincha, doimiy tanqid, psixologik bosim yoki befarqlik hukmron bo'lgan muhitda bola ichki chekinish, passivlik yoki himoya reaksiyalari orqali o'zini yopiqlikka olib keladi. Bu holat kelajakda ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqarishi mumkin.

Tashqi psixologik ta'sirlarning zamonaviy manbalaridan biri — raqamli axborot muhiti. Bolalar internet orqali juda ko'p ma'lumotlarga ega bo'lishadi, biroq bu jarayon ularning kognitiv va emotsional rivojlanishiga qarama-qarshi ta'sir ko'rsatishi mumkin. Nazoratsiz kontent, tezkor va ko'p vazifali axborot oqimi bolalarda diqqat tarqoqligi, sabrsizlik va chuqur tahlil qilish ko'nikmalarining sustlashishiga olib keladi. Shu bilan birga, to'g'ri tanlangan interaktiv o'yinlar, ta'limiy dasturlar va virtual laboratoriyalar ijodiy tafakkur, muammoli vaziyatlarni hal qilish qobiliyati va mantiqiy fikrlashni rivojlantiradi.

Bundan tashqari, maktabdan tashqari faoliyatlar — to'garaklar, sport mashg'ulotlari, ijodiy ustaxonalar — bolalarning tashqi psixologik tajribasini boyitadi. Bu jarayonda bola yangi rollarni sinab ko'radi, o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglaydi, shaxsiy qiziqishlari shakllanadi. Ayniqsa, jamoaviy faoliyatlarda ishtirok etish bolada hamkorlik, liderlik, o'z fikrini himoya qilish va kelishuvga erishish kabi muhim ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi.

Tashqi ta'sirlarning samaradorligi ko'p jihatdan pedagogik va psixologik yondashuvlarning uyg'unligiga bog'liq. O'quv jarayonida qo'llaniladigan interaktiv

metodlar, o'yin texnologiyalari, dramalashtirilgan mashg'ulotlar bolada hissiy tajriba hosil qiladi va bu tajriba keyinchalik xotirada mustahkamlanadi.

Mazkur jarayon hissiy jihatdan boy bo'lsa, bolaning o'zlashtirishi ham shunchalik samarali bo'ladi. Shu sababli, psixolog va pedagoglar tashqi ta'sir vositalarini faqat bilim berish emas, balki shaxsiy rivojlanishga yo'naltirilgan tarzda rejalashtirishlari lozim.

Kichik maktab yoshidagi bolalar psixologik rivojlanishida ijtimoiy muhitning roli beqiyosdir. Oila, sinfdoshlar, qo'shnilar va o'qituvchilar bilan bo'ladigan kundalik muloqot bolalarning shaxsiy xulq-atvori, hissiy barqarorligi hamda o'z-o'zini baholash darajasiga bevosita ta'sir qiladi. Masalan, ota-onaning mehribon va qo'llab-quvvatlovchi munosabati bolada o'ziga ishonchni oshirsa, ortiqcha tanqid va salbiy baholash esa o'zini past baholashga olib kelishi mumkin. Shu jarayonda ijtimoiy muhitdagi qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish, hamkorlikdagi faoliyatlar, oilaviy tadbirlar va sinf jamoasida ijobiy kommunikatsiya madaniyatini shakllantirish muhim ahamiyatga ega.

Bugungi axborot asrida bolalar turli vositalar orqali keng ko'lamli ma'lumotlarga ega bo'lishadi. Televizion dasturlar, internet, ijtimoiy tarmoqlar va mobil ilovalar bolalarning dunyoqarashi, qadriyatlar va xulq-atvoriga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Bu ta'sir ikki tomonlama bo'lishi mumkin: ijobiy — bilim doirasini kengaytirish, ijodkorlikni rag'batlantirish, xorijiy tillarni o'rganishga qiziqishni oshirish; salbiy — noto'g'ri xulq namunalarini o'zlashtirish, zo'ravonlik yoki iste'molchilik kayfiyatini kuchaytirish. Shu bois, axborot oqimini filtrlay olish, bolalarni yoshiga mos va ma'naviy jihatdan foydali kontent bilan tanishtirish psixologik himoya choralaridan biridir.

Xulosa va munozara. Kichik maktab yoshidagi bolalarga tashqi psixologik ta'sirlar ularning shaxsiyati va kelajakdagi rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oila, maktab, tengdoshlar guruhi va raqamli texnologiyalar bolaga bir vaqtning o'zida ham ijobiy, ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli ushbu omillarni ongli ravishda boshqarish, ijobiylarini kuchaytirish va salbiylarini kamaytirish – zamonaviy ta'lim va tarbiya tizimining asosiy vazifalaridan biridir.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Абдуллаева Н. Психология начального школьного возраста. – Т.: Ўқитувчи, 2019. – 256 б.
2. Амонова Д. Болалар психологияси. – Т.: Фан, 2020. – 312 б.
3. Виготский Л.С. Психология развития ребёнка. – М.: Айрис-Пресс, 2018. – 384 с.
4. Davlatov O. Kichik maktab yoshi psixologiyasi. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2021. – 215 b.
5. Piaget, J. Child's Conception of the World. – New York: Littlefield, 2016. – 312 p.

EGOIZM - IJTIMOIIY DESTRUKTIV HODISA SIFATIDA

*Karayeva YulduzXushbakovna,
Termiz davlat universiteti
Psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi, PhD*

Psixologiyada egoizm ijtimoiy destruktiv ahamiyatga ega salbiy xatti-harakat turini keltirib chiqaradigan shaxs xulq atvori sifatida qaraladi va u shaxsda individual tarzda kechadi. Shunga muvofiq psixologik manbalarda egoizmnining quyidagi turlari keltirib o'tilgan: Psixologik egoizm, ahloqiy egoizm, ratsional (oqilona) egoizm.

Psixologik egoizm – bu egoistik xulq -atvor aslida altruizm kabi ko'rinsa ham, uning zamirida shaxsiy manfaatdorlik yotadi, bunday ko'rinishdagi shaxs boshqalarga yordam berishga qaror qilsalar ham o'zlari kutgan shaxsiy foydalari uchungina harakatlarni amalga oshiradi. Ahloqiy egoizm bu – inson faqat o'zining shaxsiy manfaatlari ustun bo'lgandagina maksimal darajada biron bir harakatni amalga oshiradigan va buni ahloqan to'g'ri deb biladigan egoistik xulq dir. Ular boshqalar bilan foyda olish uchungina hamkorlik qilish kerak, degan tamoyilga asoslanadi. Ratsional (oqilona) egoizm - bu insonning har bir harakatlarini shaxsiy manfaatlar hisobiga maksimallashtirsagina, uning tutgan yo'li to'g'ri, ya'ni oqilona bo'ladi, degan tamoyilga asoslanadi va ular bunday harakatni me'yor deb hisoblaydilar. Ratsional (oqilona) egoizm bu odatlar (ahloqiy odatlar) bilan mustahkamlangan me'yorlar va burch tuyg'usi haqidagi bilim sifatida rivojlanadi, shu bilan birga egoizmnining bu ko'rinishi o'zgalarga rahm-shafqat tuyg'usining yo'qligi bilan namoyon bo'ladi. Egoizm g'oyalarini chuqur tahlil qilgan psixoanaliz namoyondalaridan biri Z.Freyd egoizmni tabiatan insonga xos xususiyat deb qaragan. U egoizm tushunchasini keng ma'noda talqin qilib, mazkur xulq -atvorni har bir individning xuddi hayvonlarga xos bo'lgan tabiiy ehtiyojlarini qondirishga bo'lgan mutlaqo odatiy istagiga qiyoslaydi. Z.Freyd ko'proq yosh bolalarda egoizmnning paydo bo'lishiga alohida e'tiborni qaratadi, uning ta'kidlashicha, egoizm namoyon bo'lishi turli yosh davrlari ichida ko'proq bolalarda yaqqol namoyon bo'lib, ular kattalarga o'z istaklarini qondirilishini da'vo qiladilar.

Artur Shopengauerning ta'kidlashicha, egoizm bu - hayvonlarning ham, odamlarning ham xatti-harakatlarining asosidir. Umuman olganda, egoizm, bu shaxs xulq -atvorini salbiy tomonga boshqaruvchi o'z shaxsiy manfaatlarini hamma narsadan ustun qo'yadigan, uning xulq idan atrofdagilar a'ziyat chekayotganligini payqashga qodir bo'lmagan shaxs xislatidir. Shunday qilib, egoistik xulq -atvorli shaxs xususiyatlari quyidagilar:

- o'zini boshqalardan ustun qo'yadi;
- dunyoni o'z manfaatlari va qiziqishlarini amalga oshirishi lozim bo'lgan joy sifatida qabul qiladi;

- boshqa odamlarning his-tuyg'ularini tushunadi, lekin atrofdagilar qayg'urishlari ular uchun ahamiyatsizligi;
- boshqalarga zarar yetkazganini anglasa-da, muayyan vaziyatda buni zarur deb hisoblaydi;
- atrofdagilarning ularga be'etiborligi ularni bezovta qiladi.

Psixologiyada egoizmni kuchli va kuchsiz shakllarga bo'lish qabul qilingan bo'lib, egoizm namoyon bo'lishining kuchli shaklida shaxs faqat o'z manfaatlarini o'ylaydi, bordi-yu kimgadir yordam qo'lini cho'zmoqchi bo'lsa ham harakatlarining asosida o'zining manfaatlarini ustun qo'yadi. Kuchsiz namoyon bo'ladigan egoizmida shaxs boshqalarga o'zining istaklarini amalga oshirishga imkon beradi. Egoist o'zining xudbin intilishlari tufayli nafaqat moddiy maqsadlarga erishish, balki atrofdagilarning nazariga tushish orqali «men» ini ko'rsatishga harakat qiladi. Shaxs xulq-atvoridagi egoizm va uning ko'rinishlarini o'rganish dastlab K.

Muzdibaev tomonidan amalga oshirilgan bo'lib, u egoistik xatti-harakatga ko'proq moyil ijtimoiy guruhlarini aniqlash, ularning professional va ijtimoiy holati, yoshi va gender farqlarini eksperimental o'rgandi. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, egoistlar boshqalar bilan munosabatlardagi shaxsiy aloqalarni buzadigan bir qator xususiyatlarga ega ekanligi aniqlandi. Jumladan, egoistlar - o'z burchiga beparvolik, adovat, hasad, xudbinlik, beadablik, tajovuzkorlik, kurashish, adolatsizlik, qasoskorlik, mag'rurlik kabi salbiy xususiyatlarni o'zlarida mujassam etishadi, shu bilan birga ularda ayni paytda optimistik kayfiyat hamda adolatli dunyoga ishonish hislari ham qayd etilgan.

K.Muzdibaevning fikricha, egoistlar burch, axloq va qonun me'yorlarni inkor qilishga, odamlarga mensimasdan munosabatda bo'lishga moyil bo'lib, ular uchun xulq ning ko'proq tajovuzkor shakllaridan - janjalkashlik, qasos, siyosiy qotillik, jinsiy befarqlik, kabi xulq -atvor ko'rinishlari xos bo'lib, muammoli vaziyatlarda ular qiyinchiliklarni yengishda kam mahsulli taktikalardan xususan, orzu, xomxayol, poyonsiz muhokamalar foydalanadi.

Egoistik xulq -atvorli shaxslar atrofdagilarni o'zlarining «Men»i orqali baholaydi va ularning maqsadi o'z ehtiyojlarini qondirish hisoblanadi. Shunday ekan, yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib, biz egoistlarni quyidagi o'ziga xos xususiyatlar bilan ajralib turishlarini farqladik: birinchi xususiyati egoistning maqsadi faqat o'ziga qaratilganligi bo'lsa, ikkinchidan, ushbu maqsadlarga erishishda har bir shaxsning huquqlarini himoya qiladigan va jamiyatda adolatni ta'minlaydigan umume'tirof etilgan me'yorlarga mos kelmasligidadir. Aynan shu ikki asosiy xususiyat egoistik xulq -atvorli shaxsda o'zaro bog'liq bo'lmagan, ba'zan esa g'ayriijtimoiy xususiyatlarning butun majmuasini shakllantirishga olib keladi. K.Muzdibaev egoizmning eng muhim bo'lgan quyidagi xususiyatlarini tavsiflab beradi:

Egoizmning haddan tashqari o'ziga nisbatan individual yo'nalganlik xususiyati - bu xususiyatni egoizm o'zining hayotiy printsipiga aylantirib oladi, u altruizm

tushunchasiga qarama qarshi o'laroq, boshqalarning his-tuyg'ulari va manfaatlarini butunlay e'tiborsiz qoldirganda namoyon bo'ladi, shuning uchun altruizm ahloqini ijtimoiy, egoizm ahloqini esa ijtimoiy bo'lmagan deb atash mumkin.

Demak, shaxsiy manfaatni o'ylaydigan egoist shaxsning motivlari faqat o'z ehtiyojlarini, individual intilishlarini aks ettiradi. Shuningdek, u o'zining barcha kognitiv qobiliyatlarini faqat o'z his-tuyg'ulari va ehtiyojlariga, huquqlari, burchlariga qaratadi hamda ularni eng muhim deb biladi, egoist uchun yagona voqelik faqat o'z «Men»i hisoblanadi. M. Shtirner shunday deb yozgan edi: «Egoist uchun uning oldida o'zini kamtar qiladigan darajada baland narsa yo'q, uning uchun yashaydigan qadrli bo'lgan va o'zini qurbon qilishi uchun muqaddas bo'lgan narsa ham yo'q».

Bundan ko'rinib turibdiki, egoistning jamiyatdagi shaxslararo munosabatlar tizimida faqat o'zini o'ylab, boshqalarning manfaatlari va qarashlariga e'tibor bermasligi natijasida uni atrofdagilar bilan ziddiyatli munosabatga keltirib qo'yadi.

Egoizm muammosi xorij olimlari tomonidan o'rganilgan bo'lib, ushbu fenomen haqidagi turli nazariyalar, turli-tuman psixologik yondoshuvlarda shaxsning eng kam o'rganilgan xususiyatlaridan biri bo'lishiga qaramasdan, o'zini yaxshi ko'rish, o'zini yoqtirishga yo'naltirilgan, o'z shaxsiy manfaatlarini boshqalarnikidan yuqori qo'yish, jamiyat va atrofdagilar istaklarini e'tiborga olmaslikka qaratilgan destruktiv xulq atvor sifatida tadqiq etilgan. Yuqoridagi fikr-mulohazalardan kelib chiqib shuni aytish mumkinki, egoizm muammosini bilan bog'liq hal etilmagan masalalar juda ko'p. Ularni nafaqat nazariy muammo sifatida, balki amaliy jihatdan o'rganish, u yoki bu darajada egoizm yuqori bo'lgan insonlarga psixologik ko'mak berish, uni kamaytirishning eng samarali usullarni ishlab chiqish va tatbiq etish hozirda psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlari olidda turgan dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Штирнер М. Единственный и его собственность. Харьков, 1994. С.306-307
2. Марсель Г. Быть и иметь. Новочеркасск, 1994
3. Сартр Ж.П. Бытие и ничто: Опыт феноменологической онтологии. М., 2000.
4. Фромм Э. Иметь или быть? М., 1986.С. 32
5. Штирнер М. Единственный и его собственность. Харьков, 1994.С.245
6. Юм Д. Трактат о человеческой природе, или Попытка применить основанный на опыте метод рассуждения к моральным предметам // Юм Д. Соч.: В 2 т. М., 1966.С.701
7. Штирнер М. Единственный и его собственность. Харьков, 1994.С.285
8. Лаут Р. Философия Достоевского в систематическом изложении. М., 1996.С.166

AYOLLAR MA'NAVIY-PSIXOLOGIK QIYOFASINI O'RGANISH TARIXI

*Shamaeva Muxabbat Baratovna
Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali o'qituvchisi*

Kishilik jamiyati paydobo'lganidan buyon ayollar ham erkaklar kabi xulq-atvor va mustaqil aqliy faoliyatga ega bo'lib, shunga mos ravishda ularning hayot faoliyati shakllangan bo'lsada, uzoq yillar davomida ayollar psixologiyasi paydo bo'lgunga qadar, ayol psixikasi haqida juda kam tadqiqotlar ayollarning psixologik xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan, ayollarning psixologik muammolari adekvat, ilmiy psixologik e'tiborga olinmagan. Ayol psixologiyasi AQShda 1970-yillarning boshlarida jadal rivojlanayotgan ayollar harakati fonida paydo bo'lib, unga bo'lgan qiziqish va o'rganish quyidagi jarayonlarni bosib o'tgan uzoq tarixga ega.

Ayol psixologiyasi va ma'naviyati muammosi bugungi kundagi eng dolzarb muammolardan xisoblanadi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati haqida gap ketganda bugun hayotimizning tubdan o'zgarayotganligi, yurtimizda shahar va qishloqlarining chiroy ochib borayotganligi, yashash sharoitimizning kundan kunga yaxshilanayotgani bilan boqlash joiz. Albatta bularni, «bir qo'li bilan beshikni, bir qo'li bilan dunyoni tebratib kelayotgan» ayollarimizsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Sharqda ayollar yorug' hayot, baxt, to'kin-sochinlik, fayzu baraka, tinch-totuv hayot ramzi deb ulug'lanishi bejiz emas chunki, aksariyat ayollar shunday e'tiroflarga munosib.[2]

Ammo, hayot o'zining yozilmagan qonunlariga ham ega. Bugungi globallashuv jarayonlari tufayli ayollar ham turli qiyinchiliklarga duch kelishi tabiiy. Tabiatan zukko, teran fikrli, tadbirkor, mushohadali, zamon bilan hamnafas ayollar albatta, tezda vaziyatga moslashib, faoliyatini shunga muvofiqlashtirib, jamiyatni ham, oilasini ham to'g'ri yo'lga qo'ya oladilar. Chunki, ro'zg'or yuritish san'ati, tejamkorlik, chuqur mulohaza, oilasi, farzandlariga cheksiz muhabbat, sadoqat, andisha, ibo kabi xislatlar bilan ayolni tabiatning o'zi siylagan.[1]

Yuqoridagilardan kelib chiqib, zamonaviy ayolning ma'naviy qiyofasi yuksak bo'lishi kerakligini alohida e'tirof etish joiz. Mamlakatimizda ayollarning o'z iqtidorini namoyon qilishi uchun barcha sharoitlar yaratilgan.

Ana shu imkoniyatlardan foydalanish darajasi esa har bir ayolning o'ziga bog'liq. Agar ayol o'zini nafaqat ayol, balki inson sifatida jamiyatda o'rnini anglasa, Oilasi, halol mehnati bilan jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo'shishi lozimligini hayotining maqsadi deb bilsa, albatta bu ayol hayotidan qanoatlana oladi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati faqat zamonaviylikka xos sifatlari bilangina emas, balki o'z yurtining milliy va ma'naviy qadriyatlarini yuksaltirishga xizmati bilan ham belgilanadi.

Psixologiyada yangi davrni ochib bergan V.Vundt asosan ayol psixologiyasini

o'zining konstruktivistik tizimidan chetda qoldirdi. 19-asrning 2-yarmida Darvin evolyutsion nazariyasi ta'sirida funksional psixologlar organizmlarning atrof-muhitga moslashish psixologiyasi yoki funksiyalarini o'rganishda jinsiy farqlar psixologiyasini o'rgandilar, lekin birinchi bo'lib Darvin evolyutsion nazariyasini psixologik tadqiqotlar bilan birlashtirgan ingliz psixologi F.Galton bo'lib, u psixologiya inferentsiyasiga asos solgan.

Keyinchalik, esa amerikalik funksional psixologiya namoyandalari ayollarning psixologik xususiyatlarini tavsiflashni to'ldirish uchun testlardan foydalana boshladilar. Ammo, bu davrdagi tadqiqotlar tarqoq bo'lib, ayol psixologiyasi mavzusiga alohida murojaat qilmadi.

Ayollar psixologiyasining eng tizimli va ta'sirli tadqiqotlaridan biri Z.Freydning psixoanalitik nazariyasi hisoblanadi. Ushbu nazariya odatda "phallosentrik" bo'lib, erkaklar ustunligiga katta e'tibor berilgan. Z.Freyd ayollarda narsisizm, nomukammallik kompleksi, bema'nilik, rashk va passivlik kabi shaxsiy zaifliklarga ega bo'lib, bu zaifliklar fallik fiziologiyaning yo'qligi bilan belgilanadi deb hisoblagan. Bizning nazarimizda bularning barchasi Z.Freyd nazariyasi aniq erkaklarga ustunlik berilganligining ifodasi xisoblanadi. Z.Freydning ayol psixikasini o'rganishi, birinchi navbatda, uning psixoanalitik nazariyasiga xizmat qilib, mazkur nazariya ijtimoiy-madaniy determinantlarning rolini butunlay o'chirib tashladi va ayol psixikasining xususiyatlari va qonuniyatlarini ilmiy tushunishga birmuncha salbiy ta'sir ko'rsatdi.

1960-yillarda Amerika Qo'shma Shtatlarda ayollar psixologiyasi bilan bog'liq kurslar tashkil etildi, bu esa psixologiya sohasida ayollar psixologiyasini o'rganishga qiziqishning ortishiga olib keldi. 1969 yilda AQShda ayollar psixologlari uchun birinchi akademik tashkilot - Psixologiyada ayollar federatsiyasi tashkil etildi. 1970-yillarga kelib, ayollar psixologiyasi psixologik fan sifatida tan olindi va 1973 yilda Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi, Amerika Qo'shma Shtatlaridagi milliy psixologiya organi o'zining 35-bo'limi - Ayollar psixologiyasi bo'limini tashkil etdi. 1976 yilning kuzida ayollar va gender masalalariga bag'ishlangan ikkita psixologiya jurnali, xususan, Ayol psixologiyasining choraklik va gender rollari asos solinib, nashr etilgan.

Buning ortidan dunyoning boshqa mamlakatlarida, ayollar psixologiyasini o'rganish va rivojlantirish boshlandi. Bundan tashqari, folklor, madaniyat, sotsiologiya sohasidagi ayrim nopsixolog olimlar, hatto ayollar psixologiyasi nazariyotchilari tomonidan ayollarshunoslikka oid ko'plab tadqiqotlar, jumladan, ayollar ta'limi, ayollar odob-axloqi, ayollar sotsiologiyasi bo'yicha olib borilgan ishlar psixologlarning xotin-qizlar psixologiyasini o'rganish zarurligini anglashiga xizmat qildi.

Ayollar psixologiyasi ayol psixikasi bilan bog'liq barcha hodisalarni va bu psixologik hodisalarning paydo bo'lishi, rivojlanishi va o'zgarishini tartibga soluvchi qonuniyatlarni o'rganadi. Ayollar muammolarini o'rganishda psixologiyaning asosiy tamoyillarini qo'llash va ayollarning psixologik muammolarini gender va ijtimoiy omillarni birlashtirish orqali tekshiradi. Uning tadqiqotlari natijalari jamiyatning barcha

jabhalarida qo'llaniladi, ayollarning yashash va rivojlanish sharoitlarini yaxshilashga yordam beradi, shuningdek, ayollarning hayot sifati va samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Xususan, ayollar psixologiyasi jinslar o'rtasidagi psixologik farqlarni, ayollarning o'ziga xos psixologiyasi va ularning ijtimoiy psixologiyasini o'rganadi.

Psixologik hodisalar yakka holda yuzaga kelmaydi, balki ijtimoiy, tarixiy va madaniy sharoitlar bilan chambarchas bog'liqdir. Ayol ijtimoiy psixologiyasi ayol psixologiyasining muhim qismi bo'lib, u nikoh va oilaning ayol psixologiyasi, shaxslararo munosabatlarning ayol psixologiyasi, ayol ruhiy salomatligi, jinoyatchilikning ayol psixologiyasi va ayol liderlik psixologiyasini o'z ichiga oladi.

Ayollar psixologiyasining o'ziga xosligini erkaklar psixologiyasi bilan taqqoslash orqali o'rganish mumkin.

Masalan, erkaklar va ayollarning fikrlash jarayonlari bir-biridan farq mavjud. Erkaklar odatda keng miqyosda o'ylashadi, o'zlarini yaxshi yo'naltiradilar. Erkaklar tafakkuri aniqroq va mantiqiy tafakkurning umumiy qonuniyatlariga bo'ysunadi.

Ayollar ko'pincha mantiq nuqtai nazaridan ko'pincha emotsional fikr yuritadilar, ko'proq o'zlarining his-tuyg'ulari va sezgilariga tayanadilar.

Erkak tafakkurining zamirida "ratsionallik" so'zi bo'lsa, ayol o'rnida esa "hissiylik" so'zi turadi.

Aynan shu erkak va ayol o'rtasidagi farq tufayli tushunmovchiliklar paydo bo'ladi. Biroq, ko'pincha bu farq nafaqat vaziyatning o'zi, balki unga bevosita yoki bilvosita taalluqli bo'lgan hamma narsani o'ylash kerak bo'lganda, ayollarning fikrlashini erkaklarnikiga qaraganda ancha foydali qiladi.

Xulosa qilib aytsak, psixologiya va jamiyatning o'zgarishi ayollar psixologiyasining inson psixikasini yanada to'g'ri va har tomonlama tushunish uchun kontseptual va uslubiy chegaralaridan ongli ravishda chiqib ketishini talab qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, so'nggi 30 yil ichida ayollarning etakchiligi, ayollar va gender bo'yicha nashrlar, ilmiy jurnallar, dissertatsiyalar, tadqiqot mavzulari va ijtimoiy siyosat ilovalari oqimi psixologlarning psixologik tadqiqotlar paradigmasini o'zgartirishga bo'lgan qat'iyati va ishonchini ko'rsatadi.

Jamiyatning tayanchi bo'lgan oila mustahkamligi ko'proq ayollarga bog'liq bo'lishi tan olinadi.

Bugungi kunda oila institutining zamonaviy tendentsiyalar ta'siriga bardoshlilikini oshirish talab etilayotgan bir vaqtda ayollar psixologiyasini o'rganish, ularning oila mustahkamligiga mas'ulligini yanada oshirishga qaratilgan tadqiqotlarga ehtiyoj juda katta.

Adabiyotlar ro'yxati

1.Самаров Р.С. Оилавий ҳаёт мувозанати жамият тараққиётининг асоси // Соғлом оила — одоб маҳалла негизи. Республика «Оила» илмий-амалий марказининг мақолалар то'плами. —Тошкент, 2003. — Б. 65-72.

2. Саифназарова Ф. О'збек оиласи: ижтимоий ва маънавий қадриятлар. – Тошкент: «YURIST –MEDIA» маркази, 2007. – 123 б.

3. Ташмухамедова Д.Г., Акрамова Ф.А. Ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш: Бахтли оила сари. –Т.: «NORI» МЧЖ, 2019. – 47 б.

TA'LIM JARAYONIDA O'QITUVCHINING O'QUVCHILARGA QADRIYATLI MUNOSABATI

*Muxiddinova Dilrabo Baxriddinovna
Termiz davlat universiteti o'qituvchisi*

Jahon ta'lim tizimida elementar bilimlar bilan qurollantirish qamda savodxonlikni oshirishda muhim bosqich hisoblangan boshlang'ich ta'limga aloqida e'tibor qaratib kelinmoqda. Boshlang'ich ta'limga, ta'lim jarayoniga individual munosabat muammosiga turli mamlakatlar ta'lim sohasi vakillarida turlicha munosabat amalga oshirilayotganligini kuzatishimiz mumkin.

Xususan, bugungi kunda rivojlangan mamlakatlar ta'lim tizimida bola shaxsiga qaratilgan ta'lim texnologiyalari, erta bolalik davridan ta'lim berish muammosi, o'quvchilarning individual psixologik xususiyatlarini inobatga olish, ta'lim mazmunini belgilashda ularning qiziqishlari qamda ehtiyojlariga tayanish tendentsiyalari ustunlik qiladi. Asosiy maqsad esa boshlang'ich ta'limdanoq shaxsga qaratilgan ta'lim texnologiyalarini tatbiq etishdan iboratdir.

Dunyo ta'lim tizimi qamda ta'lim sohasiga doir amalga oshirilayotgan ilmiy tadqiqotlarda muhim yangilanishlar ko'zga tashlanadi. Bolalarning bilish faoliyatini shakllantirish, ularning o'qishga, ta'lim olishga bo'lgan intilishlarini oshirish, ushbu jarayonda ularni faollikka undash ushbu yangilanishlarning aloqida ko'rinishi hisoblanadi. kichik maktab yoshidagi bolalarda bilishga bo'lgan qiziqish, intilish va shaxsiy faollik bo'lmas ekan, u bilan olib borilgan qar qanday pedagogik faoliyat o'zining samarali natijasini berishi aslo mumkin emas.

Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'ziga bo'lgan munosabatning shakllanish bosqichi, boshqalarning e'tibori va e'tirofiga, ma'qullashi va qo'llab-quvvatlashiga bo'lgan ehtiyojlarning yuqori darajaga ko'tarilishi va albatta o'zini namoyon etishga intilishi kabi xususiyatlarini inobatga olganda pedagoglarning ta'lim jarayonida o'quvchiga qadrlil va muhim xisoblangan narsa-xodisa va jarayonlarga e'tiborli bo'lib, qo'llab-quvvatlash, zarur xollarda raqbatlantirish pozitsiyasida turishlari maqsadga muvofiqdir.

Xorijlik pedagog D.Feldshteynning «O'zgarayotigan dunyoda o'zgarayotgan bola: yangi maktabning psixologik-pedagogik muammolari» nomli asarida: yosh avlodning qadriyat yo'nalishi bo'yicha moddiy-pragmatik munosabatga o'tish jarayonida vijdonlilik, adolat, burch, odob, mas'uliyat, meqnatsevarlik, yoshi

kattalarga hurmat kabi axloqiy fazilatlarida salbiy jiqatlari ko'payib borish qavfi kuchli hisoblanishi ta'kidlanadi. Shaxsiy-qadriyatli yondoshuvga asoslangan ta'limda o'qituvchi o'quvchilarning qiziqishi, ehtiyojlari va shaxsiy qadriyatlari borasidagi izlanishlar muhim aqamiyatga ega.

Mamlakatimiz taraqqiyoti har tomonlama barkamol insonlar shaxsini shakllantirish masalasi bilan bog'liq.

Buning uchun esa avvalo ularning ongida yangicha dunyoqarashni, mustaqil fikrlashni, mustaqil yashashni, mustaqil ishlashni qamda axloqiy fazilatlarini yuksak darajada shakllantirish kerak. Shu bilan birga ularda sharqona odob-axloqqa xos bo'lgan barcha xislatlar, fazilatlar jumladan: kattalarga hurmat, shirin so'z, mehribonlik, yurti e'zozlash, saxiylik va ilm egallash kabilar mujassam bo'lmog'i lozim. Bu borada bizga asosiy manba bo'lib millatimizga xos bo'lgan axloqiy qarashlar, tartib-qoidalarni o'zida mujassam etgan milliy qadriyatlar hisoblanadi.

Tadqiqot ishida boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishga doir bir qator komponentlar o'rganilib tahlil qilindi. Ta'kidlash joizki, boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining shaxsiy qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishda ularning faoliyatida xulq-atvor kechinmalariga e'tibor qaratishlari, faoliyat jarayonida qissiy-emotsional, kognitiv xususiyatlarning me'yoriy darajalari aniqlandi.

Tadqiqot ishimizda yuqorida boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishga doir bir qator komponentlar o'rganilib tahlil qilindi. Boshlang'ich sinf o'qituvchi va o'quvchilarining shaxsiy qadriyatli munosabati xususiyatlarini shakllantirishda ularning faoliyatida xulq-atvor kechinmalariga e'tibor qaratishlari, faoliyat jarayonida hissiy-emotsional, kognitiv xususiyatlarning me'yoriy darajalari aniqlandi.

Dastlab, tadqiqot ishimizda ishtirok etgan o'qituvchilar bilan boshlang'ich sinf o'quvchilariga shaxsiy qadriyatli yondoshuv bo'yicha ko'nikma va malakalari darajasini aniqlashga mo'ljallangan so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnomaga quyidagi beshta savol kiritildi:

1. Siz uchun o'qitish jarayonida muhim:

- a) o'quvchining qiziqishlari,
- b) o'quv materialining o'zlashtirishi,
- b) darsdagi davomat

2. Agar o'quvchi darsda boshqa ish bilan shug'ullansi, u sizningcha:

- a) o'qituvchi qiziqitira olmayapti
- b) o'quvchining aqli zaif
- b) o'quvchi tarbiyasiz

3. O'qituvchi sizningcha qanday xususiyatlarga ega bo'lishi kerakq

- a) bag'rikeng, samimiy
- b) bilimli, maxoratli

b) talabchan, qattiqqo'l

4. Darsda o'quvchilar o'zaro janjallashib qolganda sizning harakatingiz:

a) ularni tinchlantiraman va yarashtirib qo'yaman

b) ogohlantirib, nasihat qilaman

b) jazolayman

5. O'quvchilar bilan munosabatda siz birinchi navbatda nimalarni hisobga olasiz:

a) odob-axloqi, iqtidorini

b) o'qishi va o'zlashtirishini

b) oilaviy sharoiti, ota-onasining mavqeyini

Mazkur so'rovnoma bo'yicha respondentlarning bergan a javoblar 3 ball, b javoblar 2 ball, v) javoblar 1 ball bilan baholandi va natijalar quyidagi mezon bo'yicha baholandi:

1.15-11 ballar shaxsiy qadriyatli munosabati yuqori;

2. 10-6 ballar shaxsiy qadriyatli munosabati o'rta;

5 va undan kam ballar shaxsiy qadriyatli munosabati past

.

1-jadval

Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining qadriyatli munosabati darajalari

Ko'rsatkichlar n=68	Tadqiqot boshida		Tadqiqot oxirida	
	Soni	Foizi		
15-11 ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi yuqori	20	14,5%	28	41,17%
10-6 ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi o'rta	23	69,0%	32	47%
5 va undan kam ballar shaxsiy qadriyatli yondoshuvi past	25	16,5%	8	11,7%

Shuningdek, boshlang'ich sinf o'qituvchilari va o'quvchilarining "O'z-o'ziga", "O'qituvchiga", "Vatanga" qadriyatli munosabati anglashi va his eta olish kabi omillar etakchilik qilayotganligi ko'zga tashlandi. Biz ushbu holatlarning ishonchligini aniqlash boshlang'ich sinf o'quvchilari qadriyatli munosabatining pedagogik-psixologik xususiyatlarini shakllantirishga yordam beruvchi trening mashg'ulotlaridan foydalanishni lozim topdik. Har bir rolli o'yinning o'ziga xos vazifasi bo'lib, o'quvchilar tomonidan ularni bajarish davomida ijobiy tomonlar bilan birga emotsional holatlarning o'zgarishi, berilgan ma'lumotlarni etarlicha idrok eta olmasligi,

tasavvurlarning sayozligi, qadriyatli munosabat darajasining sekinlik bilan ko'tarilishi, ayniqsa, ularni tasdiqlovchi, qo'llab-quvvatlovchi motivlar berilgandan so'ng qadriyatli munosabatlar shakllanib borishi kuzatildi. O'ylaymizki, bu holat o'qituvchilar tomonidan mashg'ulot o'tkazishni samarali yo'lga qo'yilganligidan dalolat beradi. Tajribaga tayanib aytish mumkinki, trening mashg'ulotlari va rolli o'yinlarni amaliyotga ko'proq qo'llash, kundalik hayot bilan bog'lash o'quvchilarda qadriyatli munosabatlarni shakllantirib borishda muhim ahamiyatga ega ekanligini bevosita e'tirof etish mumkin. Boshlang'ich sinf o'quvchilarda qadriyatli munosabatlarni shakllantirishga qaratilgan pedagogik-psixologik trening mashg'ulotlarining yakunlanishi bilan ishning samaradorligini aniqlash uchun o'quvchilarda psixodiagnostik ishlarni qayta nazorati ham olib borildi.

Adabiyotlar

1. Мясищев В.Н. Психология отношений. Под ред. А.А. Бодалева. М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2003.
2. Исаев Е.И., Слободчиков В.И. Становление субъективности в образовательных процессах: Учебное пособие /– М.:Изд-во ПСТГУ , 2013. -432 с.
3. Фармонова М. Қадриятлар – маънавий камолот асоси. Илмий-услубий қўлланма. Тошкент, “TASVIR NASHRIYOT UYI”, 2019. 3-4 бетлар.

O'SMIR SIBLING MAQOMI – TADQIQOT PREDMETI SIFATIDA

G'ayibova Nargiza Anorbayevna

*O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
Din psixologiyasi va pedagogika kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Oila - jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy va demografik rivojlanishiga poydevor bo'ladigan asosiy ijtimoiy institut hisoblanib, bunda oilaviy munosabatlar shaxs shakllanishining asosi sanaladi. Oilaviy munosabatlar – bu er-xotin, ota-ona va farzandlar, farzandlar o'zaro munosabatlari va h.k. munosabatlarni o'z ichiga qamrab oluvchi keng tizimdir.

Oila bolaning ilk ijtimoiy munosabatlarga kirishadigan maskani bo'lib, uning sibling maqomi va sibling munosabatlari ijtimoiylashuv jarayoniga kuchli ta'sir qiluvchi omil hisoblanadi. Bola aka-uka, opa-singillari bilan muloqot qilishi asosida ma'lum ma'noda jamiytdagi murakkab o'zaro muomala holatlarida o'zini qanday tutishga o'rganadi.

Psixologik adabiyotlarda sibling maqomi – tug'ilishdagi tartib, muayyan insonning muayyan oilada tug'ilishi, jinsi va tug'ruqlar orasidagi rasmiy farqni ifodalovchi

tushuncha sifatida keltirilgan. Sibling, sibs soʻzi (sibling, sibs) inglizcha soʻz boʻlib, u bir ota-onaning farzandlari, oiladagi akalar va opalar maʼnosini bildiradi. Ilmiy adabiyotlarda sibling maqomi tugʻilishdagi tartib bilan uygʻun holda, shartli ravishda 4 turga: toʻngʻich, oʻrtancha, kenja va yolgʻiz farzandga ajratib koʻrsatilgan.

Oilalarda farzandlarning oʻzaro sibling munosabatlari maxsus psixologik tadqiqotlar predmeti sifatida oʻrganilishi dastavval gʻarb olimlari ishlarida kuzatiladi. Individual psixologiya asoschisi A.Adler ilk bor oilada bolaning tugʻilish tartibi, farzandlar oʻrtasidagi oʻzaro munosabatlar individning hayot uslubini shakllanishiga muhim taʼsir koʻrsatishini oʻrgandi. Adler oiladagi hayot tarzining oʻzgarishi farzandlarning har biriga turlicha taʼsir koʻrsatadi, deb hisobladi. Oilada bolaning oʻz oʻrnini qanday idrok qilishi, uning oʻziga va boshqalarga baho berishiga yordam beradi. Bu baho esa uning ijtimoiy ustanovkasiga taʼsir qilib, uning hayot yoʻlini belgilashida muhim ahamiyatga egadir. Adlarning taʼkidlashicha, har bir bola avvalo, oilada soʻngra esa jamiyatda insonlarga bogʻliq, kerakli va sevimli boʻlishni istaydi. Olim oiladagi hayot tarzi farzandlarning har biriga turlicha taʼsir koʻrsatadi, deb hisobladi. Bir xil oilada tarbiyalanayotgan bolalar uchun ijtimoiy vaziyat turlicha boʻladi, chunki har bir sibling maqomining oʻziga xos taraflari va har bir maqomga xos boʻlgan vaziyatlar mavjud. Oilada har bir keyingi farzandning tugʻilishi, oldingi farzandlar hayot tarzining oʻzgarishiga (ota-onalar munosabatlari, oiladagi bolalar oʻzaro munosabatlari va boshqalar) sabab boʻladi [1].

R.B.Felson siblinglar oʻzaro munosabatlaridagi agressivlikni oʻrganib, oiladagi yolgʻiz jinsli bolaga nisbatan (jinsidan qatʼiy nazar) boshqa bolalarning jismoniy va verbal agressiv harakatlar koʻproq qilishlarini aniqladi. Felson fikricha, shaxsning agressiv hulq-atvoriga uning oilasidagi shaxslararo munosabatlar qatorida, sibling maqomi va siblinglar soni ham ahamiyatli taʼsir koʻrsatadi. Bolalikda siblinglar oʻzaro munosabatlarida agressiv harakatlarning koʻp boʻlganligi keyinchalik ularning shaxslararo munosabatlarda turli agressiv harakatlarni qilishlariga sabab boʻlishi mumkin ekan [2].

Oʻzbekistonda sibling maqomi va uning shaxs shakllanishiga taʼsiri borasidagi maʼlumotlar mamlakatimiz taniqli psixolog olimi V.M.Karimovanning “Oila psixologiyasi” darsligida keltirilib, bu boradagi tadqiqot ishlari ham ilk bora Karimovanning shogirdlari ishlarida kuzatiladi [3]. Xususan, mazkur muammo doirasida oʻtkazilgan tadqiqot ishida biz turli sibling maqomidagi oʻsmirlarning guruhdagi shaxslararo munosabatlarini oʻrganar ekanmiz, ularning oʻziga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini ham tadqiq etdik [4].

Bizning tadqiqot ishimizda ishtirok etgan oʻsmirlar ichida toʻngʻich farzandlar T.Liri metodikasi natijalariga koʻra, shaxslararo munosabatlarda hukmronlik uslubiga moyillik jins boʻyicha yolgʻiz boʻlgan toʻngʻich farzand maqomidagi oʻsmirlarga xosligi kuzatildi [4]. Toʻngʻich oʻgʻil bolalar qizlarga nisbatan, toʻngʻich jinsi boʻyicha yolgʻiz oʻgʻil bolalar esa ukalari bor tengdoshlariga nisbatan atrofdegilarga hukmron

munosabatda bo'lishga moyil, ularda mustaqillik, o'zini yaxshi ko'rish, tajovuzkorlik, qiziqqonlik kabi xususiyatlar mavjud ekan. Shu bilan birga, ularda mas'uliyatlilik, atrofdagilarga g'amxo'rlik qilish xususiyatlari ham kuzatildi. Tadqiqotda to'ng'ich farzandning oiladagi shaxslararo munosabatlarda, nizoli vaziyatlardagi xulq uslubining o'ziga xosligini "Oilangizda nizoli vaziyatni bartaraf etishda birinchi bo'lib kim yonbosadi?" degan savolimizga berilgan javobdan ham ko'rish mumkin. To'ng'ich farzand maqomidagi o'smirlar bu savolga boshqa sibling maqomidagilarga nisbatan ikki baravar ko'proq "o'zim" javobini belgilaganlar. Bu to'ng'ich farzandlarning bolaligidan ota-onasining munosabatlarini yomon tomonga o'zgarishidan xavotirlanishini, ota-onalarining qistovi yoki farzandlarning kattasi ekanidan nizoli vaziyatni bartaraf etishni vazifasi, deb bilgani uchun kichiklarga yonbosib o'rganganligini ko'rsatadi [5].

Tadqiqotimizda o'rtancha farzand sibling maqomidagi o'smirlar natijalarida ahamiyatli farqlar kuzatildi. Ularda o'ziga ishonch va o'zini yaxshi ko'rish, shaxslararo munosabatlarning raqobatchilik uslubi to'ng'ich va kenja farzandlarga nisbatan ustun ekanligi kuzatildi. Shuningdek, o'rtancha farzand maqomidagi o'smirlarda o'z so'zida qattiq turish, maqsadga erishish yo'lida qat'iylikni, qaysarlikni namoyon etish, ishonchsizlik kabi sifatlar mavjud ekan. Oilada ham o'rtancha farzand maqomidagi o'smirlar boshqa sibling maqomidagi o'smirlarga nisbatan siblinglari bilan ko'proq tortishuvga borishlari aniqlandi. Ular o'zidan kichik siblingga nisbatan o'zidan oldingi sibling bilan ko'proq nizoga borishar ekan. Ushbu xulq uslubi o'rtancha, ammo jins bo'yicha yolg'iz o'g'il bolalarga nisbatan aka-ukalari bor o'g'il bolalarda yuqori ekanligi aniqlandi. Psixolog olim G.T.Xomentauskasning fikricha, o'rtancha farzandlar ko'pincha o'zlarini ota-onasining e'tiboridan chetda qolgan deb hisoblashlari atrofdagilarga nisbatan boshqaruvchilik, hukmron munosabatlarni o'rnatishlariga sabab bo'ladi, ular haqsizliklarga chidolmaydigan, adolat uchun kurashuvchi bo'lishadi [6]. Bizningcha ham, o'rtancha farzand doimo farzandlar orasida ajralib turishga, oldinda bo'lishga intiladi, bu bolada raqobatchilik ruhini, kishilarga hukmron munosabatda bo'lish kabi sifatlarni tarbiyalaydi. Fikrimizning dalili sifatida tadqiqot ishimizda qo'llanilgan T.Liri metodikasidan olingan natijalarni keltirish mumkin. Tadqiqot natijalariga ko'ra, oiladagi o'rtancha farzandlar boshqa sibling maqomidagi o'smirlarga nisbatan atrofdagilarga hukmron, boshqaruvchilik munosabatida bo'lishlari, raqobat qilishni yoqtirishlari aniqlandi [4].

Tadqiqotda ishtirok etgan kenja farzandlar oilada va tengdoshlari davrasida mas'uliyatni zimmalariga olishni yoqtirmasliklarini bildirishgan. Shunday bo'lsa-da, sotsiometriya natijalariga ko'ra, kenja farzand maqomidagi o'smirlar kommunikativ liderlikni aniqlash bo'yicha berilgan savolda ko'p tanlov olganlar. Bu ularning kishilar bilan munosabatlarga intilishi va muloqotmand ekanliklaridan dalolat beradi. Shuningdek, ular to'ng'ich va o'rtancha farzandlarga nisbatan oiladagi sibling munosabatlarni ijobiy baholashgan. Bizning fikrimizcha, ota-onalarning, kattalarning kenja farzandlarga sabrli munosabatda bo'lishlari ularda kishilar bilan munosabatda

ehtiyotkorlik, kechirimlilik, do'stonalik bilan muomala qilish malakalarini rivojlantirgan bo'lishi mumkin. Albatta, bunda oilaning ma'naviy, ijtimoiy va iqtisodiy ahvoli, ota-onalarning ma'lumotlilik darajasi va ularning farzandlarga munosabatlari kabi omillar ham muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, kenja yolg'iz o'g'il bolalarda akalari bor tengqurlariga nisbatan atrofdagilarga hukmron, boshqaruvchilik munosabatda bo'lish yuqori ekan, kenja yolg'iz qizlarda ishonchsizlik, tez xafa bo'lish kabi sifatlar yuqori ekan. Demak, kenja farzandlar kishilar bilan do'stona munosabatda bo'lishga intilishadi, muloqotchan, kirishimli, kechirimli bo'lish bilan bir qatorda, ularga mas'uliyatsizlik ham ma'lum ma'noda xos ekan [5].

Tadqiqotimiz natijalariga ko'ra, yolg'iz farzandlarning tengdoshlari bilan munosabatlarida ayrim qiyinchiliklar borligini ko'rish mumkin. Zero, ulardan 70% ga yaqini "O'qishni tamomlagandan so'ng sinfdoshlaringizdan kim bilan birga, bir joyda ishlash yoki o'qishni hoxlaysiz?" degan savolimizga "hech kim bilan", deb javob berganlar. Shuningdek, nizoli vaziyatlarda murosasiz kelishuvga kelish xislati yolg'iz farzandlarda boshqa sibling maqomidagi o'smirlarga nisbatan past ekanligi aniqlandi. Demak, oilada aka-uka, opa-singillarining bo'lishi va ular bilan munosabatlarda yonbosish, murosasizlik xislatlarining tarkib topganligi ma'lum ma'noda tengdoshlar bilan nizoli vaziyatlarda murosaga kelishga sabab bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot natijalariga ko'ra, sinaluvchi o'smirlar ichida to'ng'ich farzandlar nizoli vaziyatni bartaraf etishda boshqa sibling maqomidagilarga nisbatan ko'proq mas'uliyatni bo'yulariga olishlari, oiladagi o'rtancha farzandlar boshqa sibling maqomidagi o'smirlarga nisbatan atrofdagilarga hukmron, boshqaruvchilik munosabatida bo'lishlari, kenja farzandlar esa oilada va tengdoshlari davrasida mas'uliyatni bo'yniga olishni yoqtirmasliklari aniqlangan [4].

Demak, oilada siblinglar o'zaro munosabati va sibling maqomi shaxs shakllanishiga va kishilar bilan bo'ladigan munosabatlariga ma'lum ma'noda o'z ta'sirini ko'rsatadi. Shunday ekan, bu omilni ilmiy jihatdan mahalliy sharoitlarda o'rganib, bu borada tegishli taklif va tavsiyalar ishlab chiqish mamlakatimizda ijtimoiy psixologiya sohasida yangidan-yangi tadqiqotlar istiqbolini aniqlashga va barkamol shaxsni tarbiyalash borasida ma'naviy-ma'rifiy ishlarning ta'sirini oshirishga ko'maklashadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Адлер А. Как управлять стремлением к превосходству / Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов – М.: "Академия", 2000. – 624 с.
2. Крейг Г. Психология развития.– СПб.: Питер, 2000.– 992с.
3. Karimova V. Oila psixologiyasi: Pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik. – T.: 2008 – 152 b.
4. G'ayibova N.A. Sibling maqomi va uning o'smir shaxslararo munosabatlariga ta'siri. Monografiya. – T.: 2020 – 114 b.

5. Гайибова Н. А. Технология воспитания детей с девиантным поведением //International scientific review. – 2020. – №. LXXIV.

6. Хоментаскас Г.Т. Семья глазами ребенка: Дети и психологические проблемы в семье. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2010. 233 с.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF MANAGEMENT DECISIONS IN THE LEADER'S ACTIVITY

Nazarov Azamat,

Associate Professor of the
International Islamic Academy of Uzbekistan (PhD)
(Tashkent, Uzbekistan)

Management decision is the main activity of a manager. It creates the direction, form and content of the work of a collective of subordinates. The smallest gaps in management decisions can result in losses both for the employees of the workforce and, ultimately, for society.

Competent professional management reacts in the form of managerial decisions, primarily to the emergence of a new one, to special situations in the economic, political, socio-psychological spheres. The need for a managerial decision arises where a contradictory situation develops.

The managerial decision depends on many factors: on the state of affairs in the controlled area, on the state of the labor collective, on staffing, etc. In addition, management makes special demands on the personal qualities of a leader, on his mental abilities, on his ability to predict and analyze emerging managerial situations.

The very process of making a managerial decision is difficult to study. This is due to the fact that the course of the decision-making phases is, for the most part, hidden from direct observation. It is very difficult to create an experimental situation in which it is possible to trace the birth of a decision, since the real conditions in which a managerial decision is made are of great importance. Most managers, carrying out this type of activity, rather intuitively take into account many factors affecting the management situation, and, as a rule, cannot say how they do it.

Another important aspect of making a managerial decision is the receipt and use of information in communication situations.

The professional life of any leader, any manager takes place in conditions of intense communication. As a rule, experienced leaders are true masters of communication, knowing and using the mechanisms of productive relationships and interactions.

For a leader, as a rule, social order is valuable, including in his own team. Therefore, most managers respect and take into account in their work role expectations, status

positions, various social norms and rules of work and behavior among people. Maintaining authority is also an important feature of leaders. Probably for this reason, managers really do not like to be tested by psychologists, fearing that the information will go outside the office.

Since obtaining information about the course of management processes, and making management decisions, in particular, is very difficult, we considered it possible, when setting up our experiment, to focus on the self-reports of managers and subordinates, believing it is possible to identify significant differences in subjective indicators and use their interpretation for assumptions and objective statements.

Each person during his life makes a large number of decisions that affect, first of all, himself and the few people associated with him.

However, in organizations, the decision-making process plays a more significant role than in the private life of the individual. The stakes are much higher here. The decisions made in the organization, firstly, affect the lives of not only the employees of the organization, but also many other people. If an organization is powerful enough, its decisions can change not only the environment in which the organization operates, but even the course of human history. Secondly, the decisions made in organizations are characterized by significant complexity, since it is necessary to take into account a huge number of various factors: the future state of the market, the competitiveness of products or services, the volume of capital investments, etc.

In addition, the efficiency of enterprises' activities depends on the quality of management decisions. This determines the importance of mastering by each responsible employee of the management apparatus, and even more so by managers, theoretical knowledge and skills in the development of management decisions. A defining place in the composition of the reasons for ineffective decisions is taken by ignorance or non-compliance with the technology of their development and organization of implementation.

The organizational aspect is manifested in the organization, both in the development and implementation of management decisions. At the same time, a number of its functions are implemented, namely, guiding, coordinating and motivating.

The guiding function of decisions is manifested in the fact that they are made on the basis of a long-term development strategy of the enterprise, are concretized in a variety of tasks. At the same time, decisions are the guiding basis for the implementation of general management functions - planning, organization, control, motivation, which are implemented through decisions.

The coordinating role of decisions is reflected in the need to coordinate the actions of the executors for the implementation of decisions within the approved time frame and of appropriate quality.

The motivating function of decisions is realized through a system of organizational measures (orders, decrees, orders), economic incentives (bonuses, allowances), social

assessments (moral and political factors of labor activity: self-affirmation of the individual, creative self-realization).

The effectiveness of each management decision largely depends on the performance and ratio of these functions, both during its preparation and at the stage of implementation.

Taking all this into account, the management decision becomes a real instrument for achieving the set goals.

Control occupies a special place among the factors ensuring the implementation of the decisions made, including the strength of its socio-psychological impact. The psychology of behavior must be taken into account both in relation to the tested and in relation to the performer. In the course of monitoring, difficulties are often found. For example, it can be difficult to get to the truth, to avoid bias and subjective interpretations, in addition, the influence of ordinary human weaknesses, excusable in other cases, but not in the case of monitoring the implementation of the decision, cannot be belittled. Excessive gullibility, superficial observations, fear of offending a respected person by too deep study, a desire to justify the expectations of a senior boss can act as such weaknesses. Lack of competence, limited time for deeper analysis, and lack of civic courage to tell the truth can also complicate control.

The question arises, what gives control to subordinates? It is designed to inform performers about the progress of work, its compliance with the plans of the head. The performer is interested in that his efforts were noticed by others and appreciated. Recognition serves as an additional incentive for further efforts in the work, especially of respected people, recognized authorities. The very fact of control (in a delicate form) serves as an argument that increases the prestige of the task performed by the performer, adds self-esteem and confidence in one's own affairs.

Compliance with certain conditions of a psychological nature increases the effectiveness of control. Namely: when a person works enthusiastically, selflessly and faithfully, you should not distract him, since internally he will accept control as a hindrance. Control should be exercised in a situation when the employee is in doubt, or when a certain stage of work has been completed and he is ready to share the results himself.

Questions, often supervised, reflect a particular meaning in the minds of the performers. What falls out of the controllers' attention goes into the shadows of the performer as well. Therefore, control should be carried out systematically. Everything should be checked, although not equally deeply.

Rational organization of the implementation of managerial decisions and systematic monitoring of compliance with the norms and conditions for high-quality implementation is a real prerequisite for ensuring their effectiveness.

Designing and implementing solutions that deliver consistently high performance is a challenge for experienced executives too. For various reasons, the effect may not be

as expected. However, there should be a constant striving to maximize the effect, since insufficient efficiency qualifies as a “marriage” in the work of a manager.

So, the performance of the enterprise depends on the quality of management decisions. They must meet certain requirements, proceed from the prevailing economic conditions, and be adopted in compliance with organizational and psychological prerequisites.

Organization and control of the implementation of managerial decisions, and control over their quality (and, accordingly, their effectiveness) can be called one of the most important prerequisites for ensuring the competitiveness of products and firms in the market, the formation of rational organizational structures, the implementation of the correct personnel policy and work, regulation of social and psychological relations at the enterprise, creating a positive image, etc.

REFERENCES

1. Mengboevich U. B., Sottarovich N. A. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE LEADER IN THE IMPLEMENTATION OF MANAGEMENT DECISIONS //Science Time. – 2021. – №. 10 (94). – C. 31-35.

2. UMAROV B. M., NAZAROV A. S. PSYCHOLOGICAL MODELS OF BEHAVIOR OF MANAGERS IN THE PROCESS OF MAKING MANAGEMENT DECISIONS.

3. Nazarov A. S. DECISION MAKING AS A KEY PART OF MANAGEMENT ACTIVITY //Международный научно-практический электронный журнал «МОЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КАРЬЕРА». Выпуск № 33 (том 1)(февраль, 2022). Дата выхода в свет: 28.02. 2022. – С. 77.

4. Sottarovich N. A., Zilola K. PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR MAKING MANAGERIAL DECISIONS IN MANAGEMENT ACTIVITIES //Science Time. – 2022. – №. 2 (98). – C. 27-33.

AQLIY VA JISMONIY MUVOZANAT: INSON SALOMATLIGINING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Rasulova Nilufar,

*O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi,
“Din psixologiyasi va pedagogika” kafedrasida dotsenti v.b.,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Hayotning zamonaviy ritmi, doimiy axborot oqimi, muvaffaqiyatga intilish va ijtimoiy bosim psixik salomatlikka g'amxo'rlik qilishni umumiy farovonlikning muhim jihatiga aylantiradi. Biroq, jamiyatda birinchi navbatda jismoniy farovonlikka e'tibor qaratib, psixik salomatlikning ahamiyatini past baholash tendentsiyasi mavjud. Ayni paytda, bu ikki jihat bir-biri bilan chambarchas bog'liq va ajralmasdir.

Nima uchun psixik salomatlik muhim? Psixik salomatlik — bu insonning hissiy, psixologik va ijtimoiy farovonlik holati bo'lib, u odamning qanday fikrlashi, his qilishi va harakat qilishiga ta'sir qiladi. Bu bizning kundalik stresslarga qarshi kurashish, munosabatlar qurish, qarorlar qabul qilish va maqsadlarga erishish qobiliyatimizni belgilaydi. Agar ushbu jihatni e'tiborsiz qoldirsak, quyidagi oqibatlar yuzaga kelishi mumkin:

- xavotirli buzilishlar va depressiya rivojlanishi;
- stress darajasining oshishi tufayli jismoniy sog'likning yomonlashishi;
- samaradorlikning pasayishi va muloqotdagi qiyinchiliklar;
- umuman hayot sifatining yomonlashishi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, psixik va jismoniy salomatlik bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Surunkali stress, xavotir va depressiya quyidagilarga olib kelishi mumkin:

1. Yurak-qon tomir kasalliklari — Qon bosimining oshishi va yuqori kortizol darajasi yurak faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.
2. Immunitet tizimining zaiflashishi — Doimiy taranglik organizmni infeksiya va kasalliklarga nisbatan ko'proq moyil qiladi.
3. Uyqu buzilishlari — Yomon uyqu stressni kuchaytiradi va umumiy energiya darajasini pasaytiradi.
4. Ovqat hazm qilish tizimining buzilishi — Xavotir va stress ko'pincha oshqozon va ichak bilan bog'liq muammolarga olib keladi.

Aksincha, yaxshi psixik salomatlik jismoniy holatni mustahkamlashga yordam beradi: barqaror hissiy fon uyqu, ishtaha va immunitetni yaxshilaydi.

Psixik salomatlikka g'amxo'rlik qilish — bu vaqt va e'tibor talab qiladigan ongli jarayon. Bir nechta amaliy tavsiyalarni berib o'tamiz:

1. Muloqot. O'z his-tuyg'ularingizni yaqinlaringiz, do'stlaringiz yoki mutaxassislar bilan baham ko'rishdan tortinmang. Atrofdagilarning qo'llab-quvvatlashi muhim rol o'ynaydi.

2. Jismoniy faollik. Muntazam mashqlar kayfiyatni yaxshilaydigan va stress darajasini pasaytiradigan endorfinlarni ishlab chiqarishni rag'batlantiradi.

3. Uyqu. Uyqu rejimini saqlash kuchlarni tiklashga va hissiy zo'riqishlarga qarshi kurashishga yordam beradi.

4. Onglilik amaliyotlari. Meditatsiya, yoga va nafas olish mashqlari xavotir darajasini kamaytiradi va hozirgi lahzaga e'tibor qaratishga yordam beradi.

5. Yordam so'rash. Agar o'zingizni mustaqil ravishda boshqara olmayotgandek his qilsangiz, psixolog yoki psixoterapevtga murojaat qilish muhim.

Rus psixologlaridan Yu.M.Orlov ham insonning sog'lom fikrlashi, sog'lom dunyoqarashi, sog'lom tafakkur qilish qobiliyati haqida o'ziga xos yondashuv yaratgan bo'lib, bunday qarashlarni uning “Sanogen tafakkur” nomli asarida uchratish mumkin. Muallifning ta'rificha, sanogen tafakkur – insonning ijobiy fikrlash qobiliyati va

konstruktiv xulq-atvorining mazmunini tushuntiruvchi, shu bilan birga, sog'lom ustanovkalari va his-tuyg'ularining kuchini ko'rsatuvchi, shuningdek, o'z rejalarini boshqara olish kabi sifatlarni xarakterlovchi keng qamrovli tushunchadir.

Ushbu yondashuvga muvofiq, insonlar patogen fikrlovchi yoki sog'lom fikrlovchi tiplarga bo'linib, unda asosiy masala norma va patologiyani ajratishga qaratiladi. Agarda insonda patogen fikrlash turi uzoq davom etsa, u keyinchalik ong sohasida yuzaga keluvchi ayrim buzilishlarga sabab bo'ladi. Shu bois ham patogen tafakkur yoki fikrlashda reproduktiv ong xususiyatlari boshqa buzg'unchi g'oyalar va mafkuralar bilan almashadi. Va bu oxir-oqibat, shaxs hayoti va uning kelajak taqdiri bilan bog'liq ko'plab ko'ngilsiz voqealarning sodir bo'lishiga zamin yaratadi.

Tadqiqotchi J.Kexonning aniqlashicha, fanda ijobiy fikrlash yoki sog'lom g'oya yuritishning uch jihati ajratiladi:

1. Obyektiv tasdiqlar ongimizning o'ziga xos sohasi hisoblanib, unda sog'lom ongning vazifasi – yangi dasturlarni ishlab chiqish, ilg'or o'y-fikrlarni topish hamda hayotiy yangi vaziyatlar, rejalarini tuzishga qaratiladi;
2. Ijobiy munosabat inson hayoti uchun muhim bo'lgan masalalar bilan bog'liq hodisa sanalib, unda ong – inson uchun muhim sanalgan vazifalar, topshiriqlar, maqsadlar, istaklarga keng e'tibor qaratib, e'tibordan chetda bo'lgan yoki ahamiyatsiz sanalgan maqsadlardan insonni uzoqlashtiradi;
3. Vizualizatsiya qonuni insonning sezgi organlariga ko'rinadigan va ko'rinmaydigan tasvirlarni mazmunan aniqlashtiradi, noma'lum vaziyatlarga yechim topadi.

Inson o'zining psixik salomatligiga e'tibor berishi, hayotining barcha jabhalarida aks etadi. Ishchanlik oshadi, ijtimoiy aloqalar mustahkamlanadi, o'ziga ishonch paydo bo'ladi va oldinga intilish istagi kuchayadi. Psixik salomatlikka g'amxo'rlik qilish zaiflik belgisi emas, aksincha, farovonlik uchun javobgarlik va yetuklik ko'rsatkichidir.

Psixik salomatlikka g'amxo'rlik qilish jismoniy faollik va to'g'ri ovqatlanish bilan bir qatorda kundalik hayotimizning ajralmas qismiga aylanishi kerak. Faqat tana va aql uyg'unligi bizga haqiqiy baxt va muvozanatga erishishga imkon beradi.

Psixik salomatlikka ta'sir qiluvchi asosiy omillardan biri bu ijobiy fikrlashdir.

Ijobiy fikrlash psixik salomatlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi, chunki u optimistik hayotiy pozitsiyani shakllantirishga yordam beradi va hayotning ijobiy tomonlarini ko'rishga yordam beradi. Bu bizga stressni yaxshiroq boshqarish, farovonligimizni mustahkamlash va shaxs sifatida rivojlanishimizga yordam beradi. Ijobiy fikrlash har qanday vaziyatda yechim va imkoniyatlarni izlashga undaydi, bu bizga qiyinchiliklarni yengishga va hayotda ko'proq qoniqishga erishishga yordam beradi.

Ijobiy fikrlash orqali psixik salomatlikni ta'minlashga ongni rivojlantirish va fikrlaringizni boshqarish qobiliyati orqali erishish mumkin. Salbiy fikrlarni o'z vaqtida aniqlash va ularni ijobiy fikrlar bilan almashtirish muhimdir. Buning uchun minnatdorchilik amaliyoti, ijobiy voqealar jurnalini yuritish, tasdiqlash va meditatsiya

kabi usullardan foydalanish mumkin. Bunday amaliyotlar miyani ijobiylikka qayta dasturlashga yordam beradi va aqliy chidamliligimizni kuchaytiradi.

O'z-o'zini hurmat qilish va o'z taqdirini o'zi belgilash psixologik farovonlikni ta'minlashda va hayot sifatini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Bizning ruhiyatimiz va his-tuyg'ularimiz salomatligi o'zimizni, qobiliyatlarimiz va yutuqlarimizni qanday qabul qilishimizga bog'liq. O'z qadr-qimmatimizni aniqlash bizning farovonligimizga ijobiy ta'sir ko'rsatishi va psixologik farovonlikning rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin.

O'z-o'zini baholash-bu bizning qobiliyatlarimiz, yutuqlarimiz va ichki resurslarimizni hisobga olgan holda o'zimizga beradigan baho. O'z-o'zini to'g'ri baholash sevgi, hurmat va muvaffaqiyatga loyiq ekanligimizni anglashga yordam beradi. Bu bizga o'zimizga bo'lgan ishonchni va hayotdagi qiyinchiliklarni samarali engish qobiliyatini beradi. O'z taqdirini o'zi belgilash, o'z navbatida, hayotning qadriyatlari, ehtiyojlari va maqsadlarini tushunishdir. Bu biz uchun haqiqatan ham muhim bo'lgan narsalarga e'tibor qaratishimizga va ichki e'tiqodlarimiz va qadriyatlarimizga muvofiq yashashimizga yordam beradi.

O'z-o'zini hurmat qilish va o'z taqdirini o'zi belgilashning ma'nosi shundaki, ular bizning potentsialimizni tan olish va rivojlantirishga yordam beradi. O'zimizga va imkoniyatlarimizga ishonganimizda, hayotda muvaffaqiyat va qoniqishga erishish uchun yanada g'ayratli bo'lamiz. Bu energiya darajasiga, kayfiyatga va umumiy farovonlikka ta'sir qiladi.

Psixologik farovonlik darajasini yaxshilash o'z-o'zini hurmat qilish va o'z taqdirini o'zi belgilashni rivojlantirish orqali mumkin. Buni ijobiy fikrlashni mashq qilish, metaforik "kuchli tomonlaringizni" aniqlash va ularga e'tibor qaratish, aks ettirish va o'z-o'zini o'rganish va o'zingizni takomillashtirishni rag'batlantirish orqali amalga oshirish mumkin. Shuni yodda tutish kerakki, o'z – o'zini hurmat qilish va o'z taqdirini o'zi belgilash vaqt va kuch talab qiladigan jarayonlardir, ammo ular bizning hayotimiz sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi va psixologik farovonlikka erishishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Шайх Мухаммад Содик Мухаммад Юсуф. Рухий тарбия 1-жуз «Покланиш». – Т.: «Hilol-Nashr» нашриёт-матбааси, 2023. – 480 б.
2. Абдирахмонова З.А. Ўсмир ёшдаги ўқувчиларда саноген тафаккурни ривожлантиришнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Дисс. автореф. 2020. – С.22-23.
3. Михайлов И.Ф. К гиперсетевой теории сознания // Вопросы философии. 2015. № 11. – С.65-69.
4. Орлов Ю.М. Саногенное мышление: Метод, пособие для обучения.- М.: Ин-т проблем сознания, 1993. – С.25.

5. Расулова Нилуфар Тулкуновна 2024. Психогенетика: глубины генетических корней психического развития. European Journal of Interdisciplinary Research and Development . 26, (Apr. 2024), 212–215.

ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ ТАРАҚҚИЁТИДА ДИНИЙ ҚАДРИЯТЛАРГА ДОИР АЙРИМ МУЛОҲАЗАЛАР

Ғойибназаров Раҳматилла

Ўзбекистон халқаро исломшунослик академияси доценти,
Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD)

Бугунги кунда давлат ўз миллий тараққиёти жараёнида жамият қонунлари ва ҳуқуқий нормаларидан, фан-техника, маданият ютуқлари ва умуминсоний ва диний қадриятлардан тўла фойдаланиш масалаларига эътибор қаратади. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеясининг 72- сессиясидаги нутқида таъкидлаганидек: Бугунги кунда Ўзбекистон жадал ривожланмоқда, биз аждодларимизнинг донишмандлик анъаналарига амал қилиб, теран англаган ҳолда, қатъий ислоҳатларни амалга оширмоқдамиз, мамлакатимизнинг янги қиёфасини шакллантириш йўлидан бормоқдамиз. Жамиятимизда сиёсий фаоллик ортиб бормоқда. Барча соҳаларда чуқур ислоҳатлар амалга оширилмоқда. Улардан кўзланган мақсад Инсон манфаатлари ҳамма нарсадан устун деган оддий ва аниқ — равшан тамойилни амалга ошириш устувор аҳамиятга эга бўлган демократик давлат ва адолатли жамият барпо этишдан иборат”.

Президентимиз урғу берганларидек, инсон манфаатлари ҳамма нарсадан устун деган оддий ва аниқ равшан тамойилни амалга ошириш устувор аҳамиятга эга бўлган демократик давлат ва адолатли жамият барпо этилар экан ,албатта биз бундай миллий келажак тараққиётига барча илғор мамлакатлар сингари дунёвий давлат қуриш орқали боришимизни унутмаслигимиз даркор.. Дунёвий давлат тараққиётида диний ғоялар муҳим ўрин тутди. Диний қарашлар ҳам жамиятдаги бошқа ғоявий қарашлар, маънавий йўналишлар билан бир қаторда ҳалоллик,тинчлик,осойишталик, фаровонликни таъминлашга хизмат қилади. Шу нуқтаи- назардан олиб қараганда ,бугунги кунда Ўзбекистонда Президент Ш. М. Мирзиёев раҳнамолигида диний қадриятларни тикланишига катта аҳамият берилаётганлиги ва бу борадаги амалга оширилаётган диний ислоҳатлар бежиз эмас, албатта.

Ўзбекистон Конституциясига мувофиқ, барча фуқаролар миллатидан, иркидан, диний эътиқодидан қатъий назар виждон эркинлиги қафолатланган. Чунки, Ўзбекистонда турли миллат ва элатлар истиқомат қилиб, динлари ҳам

хилма-хил. Улардан ҳар бирининг ўзига хос мафкураси, тартиб қоидалари ҳаёт тарзи ва дунёқараши, ўзининг фалсафий қараши, талаб ва эҳтиёжлари мавжуд. Шунга мувофиқ, ҳар бир инсон ҳоҳлаган динига эътиқод қилиш ёки ҳеч қайси динга эътиқод қилмаслиги мумкин. Биз диндан юксак маданият ва маънавият қуроли сифатида фойдаланишга ҳаракат қилишимиз зарур. Ундан бузғунчилик, ҳокимият учун қурол сифатида фойдаланишга йўл қўймаслигимиз лозим. Диний қадриятларни миллий қадриятлардан ажратиб ўрганиш ёки таҳлил қилиш қийин. Чунки, миллий қадриятлар диний қадриятлар билан қўшилиб кетиб, мукаммал ҳақиқий инсоний қадриятларга айланган. Ўзбекистон халқлари ўзларининг қадимий ва ижобий қадриятларига бой тарихида кўпгина динларга ҳурмат билан қараганлар ва ўз даврларига мансуб илғор ижобий қадриятларни шакллантириш борасида улардан унумли фойдалана билганлар. Кўп асрлик миллий ва диний қадриятларимизни асраб-авайлаш, дунё илмфани ва маданияти ривожига улкан ҳисса қўшган аجدодларимизнинг бебаҳо меросини ўрганиш, унинг асосида ёшларни қонил инсон этиб тарбиялаш жамиятда барқарор ижтимоий-маънавий муҳитни таъминлашнинг муҳим шартларидан бири ҳисобланади. Сўнгги йилларда мамлакатимизда ташкил этилган Ислом цивилизацияси маркази, Исломшунослик академияси, Мир Араб олий мадрасаси, Имом Бухорий ва Имом Термизий халқаро илмий-тадқиқот марказлари, бой илмий-тарихий меросимизни ўрганиш ва тарғиб қилишга хизмат қилаётганлиги фикримиз исботидир. Шу билан бирга, дунёда рўй бераётган воқеа-ҳодисалар ва ижтимоий-сиёсий вазиятнинг таҳлили диний-маърифий соҳадаги фаолият самарадорлигини оширишни ва малакали кадрлар тайёрлашнинг яхлит тизимини яратишни тақозо этмоқда.

Ижобий қадриятлар юзага келган жараёнда диний қадриятлар, маросимлар, ибодатлар муҳим омил бўлиб хизмат қилган. Дин, хусусан ислом билан боғлиқ қадриятларни ўрганиш ва улардан фойдаланиш борасида фақатгина ислом ғоялари ва маросимларини ўрганиш билан чекланиб қолиш етарли эмас. Айни замонда дин билан боғлиқ қадриятларни ўрганиш динпарастлик билан боғланмаслиги керак. Динпарастлик ҳеч қаерда, ҳеч қачон ижобий қадрият ҳисобланмаган. қолаверса, Ўзбекистон халқлари тарихида муҳим аҳамиятга эга бўлган ва нисбатан узок тарихий даврларда мавжуд бўлган зардуштийлик, буддавийлик, исовийлик динларининг тарихини ўрганмасдан туриб, ислом дини тарихининг ўзини ҳар томонлама билиш мумкин эмас. Кейинги йилларда зардуштийлик, тариқатчилик, суфизм ғоялари билан узвий боғлиқ бўлган жихатларни ўрганишга ва ундан диний-ахлоқий қадриятларимизни қайта тиклаш, шунингдек, улардан миллий тараққиётимиз учун оқилона фойдаланишга катта эътибор бермоқдалар. Ўзбекистон миллий тараққиётида диний қадриятларни моҳият масаласи таҳлил этилар экан, қадрият ўз табиатида кўра, ижтимоий-тарихий хусусиятга эга бўлиб, миллат тараққиёти жараёнида ўзгариши ва

такомиллашишини такидлаш лозим.

Ҳозирги илғор давлатлар ҳаётининг демократик тамойиллари ҳам кадрини нечоғли юксакликка кўтариши билан баҳоланади. Мамлакатимиздаги туб ўзгаришлар, ислохотларнинг моҳияти ана шу тамойилдан келиб чиқади. Уни амалга оширишда миллий ва диний қадриятлар уйғунлигига асосланган янгича дунёқараш, соғлом тафаккурни шаклланиши катта аҳамият касб этади. Хусусан, демократия моҳиятан инсоннинг ҳар томонлама камол топиши учун берилган имконият, шахс билан жамият манфаатларидаги уйғунликни таъминловчи омилдир. Ҳар қандай омиллар миллат тараққиётига қўшаётган ҳиссаси билан ўлчанади. Шу жihatдан олиб қараганда, диний қадриятларимиз ҳам ўз ижобий самараси билан ўлчанади. Таъкидлаш жоизки, миллий ва диний қадриятларни қарама-қарши қўйишмиллий худбинликка, миллатлараро низолабга олиб келиши натижасида бутун башарият ривожига тўсиқ бўлиши муқаррар. Мустақил республикаимизда миллий ва диний қадриятлар муштараклигига, халқимизнинг жаҳон ҳамжамияти билан бирга ривожланиш йўлидан бораётганлигига алоҳида аҳамият берилаётганлиги сабаби ҳам шундандир. Халқимизга азал-азалдан хос бўлган маърифатпарварлик, бағрикенглик, меҳр-мурувват, бунёдкорлик каби эзгу фазилатлар ва диний қадриятларимизни кенг тарғиб қилиш, жамиятда ижтимоий-маънавий муҳит барқарорлигини таъминлашда диний-маърифий соҳа вакиллариининг ўрни ва иштирокини ошириш ҳамда 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Харакатлар стратегиясига мувофиқ; қуйидагилар: диний-маърифий соҳа фаолиятини тубдан такомиллаштиришнинг устувор йўналишлари этиб белгиланди: -"жаҳолатга қарши маърифат" улуғвор ғоя асосида диннинг асл инсонпарварлик моҳиятини, эзгулик, тинчлик ва инсонийлик каби фазилатлар азалий қадриятларимиз ифодаси эканлигини кенг ёритиш ва бу соҳадаги илмиймаърифий фаолиятни жадал ташкил этиш; -ислом ва жаҳон цивилизациясига бебаҳо ҳисса қўшган аجدодларимизнинг бой маданий меросини чуқур ўрганиш асосида ёшларнинг онгу -тафаккурини шакллантириш; инни зўравонлик ва қон тўкиш билан бир қаторга қўядиган бузғунчи ёт ғояларнинг асл моҳияти ва мақсадлари ҳақида аҳолининг, айниқса, ёшларнинг хабардорлик даражасини ошириш; -жамиятда миллий ва диний қадриятларимизга ёт бўлган ғояларга нисбатан тоқатсизлик муҳитини шакллантириш; -жамиятда бағрикенглик, ўзаро ҳурмат, меҳр-оқибат, тинчлик ва тотувликни, ижтимоий-маънавий муҳит барқарорлигини таъминлашда диний-маърифий соҳа вакиллариининг дахлдорлик ҳисси ва иштирокини янада ошириш; -диний-маърифий ташкилотларнинг моддий-техника таъминотини мустаҳкамлаш, соҳа вакиллари меҳнатини муносиб рағбатлантириш ва ижтимоий ҳимоясини кучайтириш; -глобаллашув шароитида жамиятимиздаги ижтимоий-маънавий муҳит барқарорлиги ва эътиқод эркинлигига таҳдид туғдириши мумкин бўлган

омилларни барвақт аниқлаш ва олдини олишга қаратилган ахборот-таҳлилий фаолиятни кучайтириш; -диний ва дунёвий билимлар уйғунлигини ривожлантириш асосида таълим сифатини ошириш, диний-маърифий соҳада малакали кадрларни тайёрлаш, қайта тайёрлаш ва малакасини оширишнинг яхлит тизимини яратишдан иборатдир. Малумки, Давлат ва диний ташкилотлар ўртасидаги муносабат масаласига 61 - моддада аниқлик киритилганидек: Диний ташкилотлар ва бирлашмалар давлатдан ажратилган ҳамда қонун олдида тенгдирлар. Давлат диний бирлашмаларининг фаолиятига аралашмайди. Масаланинг иккинчи томони ҳам бор "Конституцион тузумни зурлик билан ўзгартиришни мақсад қилиб қўювчи, республиканинг суверенитети яхлитлиги, фуқороларнинг конституцион ҳуқуқ ва эркинликларига қарши чиқувчи, урушни, ижтимоий, миллий, иркий, ва диний адоватни тарғиб қилувчи, халқнинг солиғи ва маънавиятига тажоввуз қилувчи, шунингдек харбийлаштирилган бирлашмалар тузиш ва фаолият юргозиш таъқиқланади".(31-модда) Ҳар қандай дин сингари ислом дини ҳам - бу эътиқод, иймон, ички сиёсат эмас. Динни сиёсатга аралаштириш ислом таълимотига, моҳиятига тўғри келмайди. Зеро, Давлатнинг дин билан муносабатлари тамойилларини қуйидагича белгилаш мумкин: (диндорларнинг диний туйғусини ҳурмат қилиш; (диний эътиқодларни фуқороларнинг ёки улар уюшмаларининг хусусий иши деб тан олиш; (диний қарашларга амал қилувчи фуқороларнинг ҳам ҳуқуқларини тенг қафолатлаш, ҳамда уларни таъқиб қилишга юл қўймаслик;

(маънавий тикланиш, умуминсоний ахлоқий қадриятларни қарор топтириш ишида диний уюшмаларнинг имкониятларидан фойдаланиш учун улар билан мулоқот қилиш юлларини излаш зарурияти; (диндан бузгунчилик мақсадида фойдаланишга юл қўйиб бўлмаслиги эътироф этилган.

ХУЛОСА

1. Президентимиз Ш.Мирзиёевнинг динлараро тотувлик ва бағрикенгликни таъминлаш, диний қадриятлардан ижобий мақсадда фойдаланиш борасидаги саъй —ҳаракатларини қўллаб —қувватлаш;

2. Жамоат ва диний ташкилотлар ходимларининг республикада конфессиялараро ҳамкорлик ва бағрикенглик тарғиботи бўйича амалга оширилаётган ишларни кенг тарғиб этиш учун хорижий сафарларини ташкил этиш.

3. Ўзбекистоннинг дипломатик ваколатхоналарига мамлакатимизда экстремизм ва терроризмнинг олдини олиш, динлараро тотувлик ва бағрикенгликни мустаҳкамлаш борасида амалга оширилаётган ишлар ҳақидаги материалларни, жумладан, аудиовизуал материалларни ОАВларида ёритиш учун тақдим этиб бориш.

4. Давлат, жамоат ва диний ташкилотлар веб-сайтлари, ижтимоий тармоқларда виждон эркинлигини таъминлаш, бағрикенглик муҳитини

мустаҳкамлаш борасида қилинаётган ижобий ишларни кенг тарғиб этиш.

5. Жамоат ва диний ташкилотлар ходимларининг республикада конфессиялараро ҳамкорлик ва бағрикенглик тарғиботи бўйича амалга оширилаётган ишларни кенг тарғиб этиш учун хорижий сафарларини ташкил этиш.

6. Ўзбекистоннинг дипломатик ваколатхоналарига мамлакатимизда экстремизм ва терроризмнинг олдини олиш бағрикенгликни таъминлаш борасидаги тажрибани халқаро, динлараро тотувлик ва бағрикенгликни мустаҳкамлаш борасида амалга оширилаётган ишлар ҳақидаги материалларни, жумладан аудиовизуал материалларни хорижий ОАВ ларида ёритиш учун тақдим этиб бориш.

7. Давлат, жамоат ва диний ташкилотлар веб-сайтлари, ижтимоий тармоқларда виждон эркинлигини таъминлаш, бағрикенглик муҳитини мустаҳкамлаш борасида қилинаётган ижобий ишларни кенг тарғиб этиш.

8. Хорижий ОАВда Ўзбекистоннинг тарихи, маданияти, урф-одатлари, шунингдек, виждон эркинлигини таъминлаш борасида қилинган ишлар ҳақидаги кўрсатув ва роликлар намоишини ташкил этиш мақсадга мувофиқдир.

Адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеясининг 72-сессиясидаги нутқи

2. Фалсафа ва ҳуқуқ. Ижтимоий- сиёсий, маънавий- маърифий, фалсафий — ҳуқуқий журнал. Т. 2017.

3. Ўзбекистон Республикаси Конституцияси. Т. Ўзбекистон. 2014.

4. 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисидаги фармони. Т. 2017 —йил.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ С СКЛОННОСТЬЮ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Сафарова Ануша Суреновна

Студентка 4-курса направление

Психология (Социопсихология религии) МИАУз

Научный руководитель: **Насимджанова М.М.**

И.о доцент (PhD) кафедры

Психология религии и педагогика МИАУз

Девиантное поведение подростков – это, с одной стороны, отражение процессов, происходящих в обществе, а с другой стороны, изменения, связанные с системой отношений с ближайшим окружением подростка (с друзьями, в семье,

с одноклассниками) и в референтной группе. Исследование девиантного поведения подростков разных национальностей позволит нам выявить культурные различия в психологических особенностях подростков, склонных к девиантному поведению, а также определить тенденции развития девиантного поведения как социального межкультурного феномена [1].

Девиантное поведение изучается довольно давно, однако его исследование не теряет своей актуальности и в наше стремительно меняющееся время. Причиной склонности к девиациям может послужить нарушение адекватных связей подростка с основными социальными институтами – семьей, школой, СМИ и интернетом. Социальные институты вносят серьезный вклад в формирование личности подростков, что, в свою очередь, предопределяет процесс социализации и то, насколько успешно они научатся взаимодействовать со средой, как будут выстраивать свое взаимодействие с другими людьми, какие пути выхода из стрессовых ситуаций будут выбирать выстраивать свое взаимодействие с другими людьми [2].

Традиционно исследователи выделяют следующие факторы, детерминирующие отклоняющееся поведение подростков (А. Бандура и Р. Уолтерс, Л. Берковиц, И.Б. Бойко, Р. Бэрон, С.Н. Ениколопов, О.А. Карабанова, В.С. Собкин, Г.У. Солдатова и А.И. Чекалина).

1. Индивидуально-психологические факторы – черты характера, обусловленные как социально, так и психологически.
2. Социально-психологические факторы – специфика взаимоотношений с ближайшим окружением, нарушения социализации.
3. Социальные факторы – негативное воздействие социальных, культурных, экономических и экологических факторов.
4. Социально-педагогические факторы – травмирующие события и явления в семье и в школе, общий низкий уровень культуры.

Моббинг и боссинг – специфика педагогического и психологического террора в кругу сверстников, в школе, в семье. Чаще всего появление девиантного поведения вызвано не одним, а группой детерминант, комплексно влияющих на становление личности в подростковом возрасте.

По этой причине работа с поведенческими девиациями требует системного подхода как в проведении профилактических мероприятий, так и психолого-педагогической коррекции личностных качеств и деструктивных форм поведения, в предоставлении своевременных консультаций родителям подростков и реализации социальной реабилитации детей и подростков группы риска.

В психологической литературе под девиантным поведением толкуется:

1. Поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам, «будь

то нормы психического здоровья, права, культуры или морали».

2. Социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам. В первом значении, толкующемся в отечественной литературе, девиантное поведение является преимущественно предметом общей и возрастной психологии, педагогики, психиатрии. Во втором же значении — предметом социологии и социальной психологии.

О.С. Осипова выделяет три группы факторов, которые влияют на поведение подростков:

1. Социальные — они определяются социально — экономическими условиями существования общества;

2. Социально — психологические — это близкое окружение подростка, ошибки воспитания, как в школе, так и в семье;

3. Индивидуально — психологические — это особенности самой личности.

Поведение некоторых подростков обращает на себя внимание нарушением нравственных, а в некоторых случаях и правовых норм. Оно включает в себя, антисоциальные, аутоагрессивные, антидисциплинарные поступки [3]. Мы можем выделить распространенные виды девиантного поведения у несовершеннолетних.

1. Злоупотребление алкоголем и ранний алкоголизм, обуславливается тем, что подросток стремится к экспериментированию и желает показать свое «Я» в окружении своих сверстников.

2. Употребление наркотиков, токсикомания — как и пьянство, подростковый наркотизм связан с психическим экспериментированием, поиск новых ощущений. Токсикомания — заболевание которое вызвано потреблением токсических веществ (таблетки транквилизаторы, вдыхание ароматических веществ бытовой химии).

3. Компьютерная зависимость — в нашем современном мире эта проблема занимает первое место, также проявляется игромания и интернет — зависимость. Подростки часто прогуливают школу, становятся замкнутыми и не желают общаться со сверстниками.

4. Агрессия — это причинение морального, физического и материального вреда другим людям. Агрессия часто выражается в семейных потасовках, либо в избиении слабых, неуверенных в себе людей. Подростковая агрессия, чаще всего следствие общей озлобленности и понижение самоуважения в результате пережитых неудач.

5. Воровство — выражается не недостаточностью воспитанности или же большой избалованности. Подросток хочет получить то, что ему возможно не смогли купить или дать родители.

6. Бродяжничество или побег из дома, они совершаются коллективно или же под влиянием своих товарищей.

7. Суицидальное поведение — это любая активность, целью которой становится прекращение своей жизни.

Главными психологическими особенностями подростков, для которых характерно девиантное поведение, являются особенности, проявляющиеся в их неадекватном поведении — агрессии и конфликтности. Кроме того, для подростков с девиантным поведением характерны такие особенности эмоционально-волевой сферы, как повышенная тревожность, дефектность ценностной системы, особенно в области целей и смысла жизни. Они, как правило, импульсивны, раздражительны, вспыльчивы, агрессивны, конфликтны, что затрудняет общение таких подростков с окружающими и создает значительные сложности при их воспитании. Исходя из этого, для подростков с девиантным поведением характерен более высокий уровень склонности к совершению агрессивных поступков, а также к совершению противоправных действий. В этой связи сегодня серьезное значение придается социально-психологической профилактике и девиантного поведения среди детей и подростков

Список литературы

1. Федулова А.В. Социокультурные составляющие девиантного поведения несовершеннолетних. М.: ООО «Макс-Пресс», 2010.
2. Глушкова О.В. Использование возможностей учебного коллектива для профилактики и коррекции девиантного поведения // Психологическая наука и образование. 2007. №
3. Анфалов, И.В. Особенности и противоречия социальной адаптации подростков девиантного поведения: социологический анализ: Екатеринбург, 2017.

№	Иштирокчи ФИИШ ва мавзу номи	Бетлар
Васила Каримова ўқишлари		
1.	Umarov B. Zahmatkash va fidoyi olima!	3
2.	Melbaeva R. Ustozlarning ustози Karimova Vasila mamasirovna hayoti va ijodiga bir nazar	4
3.	Тураева Д. Қалбимга илм чароғини ёққан Устозим...	8
4.	Жўраев Н. Устознинг ҳар бир сабоғи келажакка қўйилган пойдевор	10
5.	Akramova F. Oilada sog‘lom psixologik muhit yaratish – dolzarb muammo sifatida	11
6.	Ibodullayev Z. O‘zbekistonda klinik psixologiyani o‘qitish va shu soha mutaxassislarini tayyorlashga oid	15
7.	Safayev N. Shaxsda o‘z-o‘zini anglashning psixologik mexanizmlari	16
8.	Илхамова Д. Социально-психологические детерминанты хронических соматических заболеваний у детей как объект психологических исследований	19
9.	Рўзиев А. Устозга эҳтиром!	24
10.	Abayev A. O‘smirlarda smartfonlardan foydalanish natijasida yuzaga keladigan kognitiv charchashning psixologik jihatlar	26
11.	Abdinazarova Z. Psixologik treninglarning rivojlantiruvchi ta’sirining psixologik-pedagogik jihatlar	31
12.	Abdukayumova Sh. Ekstralingvistik omillarning bolalar nutqiga ta’siri o‘yin va muloqot vositalarining tahlili	38
13.	Abdullayeva A. O‘quvchilarni milliy ma’naviy meros asosida axloqiy tarbiyalash texnologiyalari	41
14.	Abdullayeva A. Oila qurish ostonasida turgan yoshlarni nikoh yoshi haqidagi tasavvurlariga ta’sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	45
15.	Abdullayeva D. Ona va bola munosabatlari oilaviy emotsional holat omili sifatida	48
16.	Abdullayeva N. Ayollarning o‘ziga beradigan bahosiga ijtimoiy-psixologik omillarni ta’siri	52
17.	Abdullayeva R. Hayot sifatini oshirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmini qo‘llash	56
18.	Abdullayeva Sh. Ta’lim jarayonida pedagog kasbiy kompetentligining ijtimoiy-psixologik poydevori	61
19.	Abdurasulov J. Maktabgacha yosh davri psixologiyasi	64
20.	Abduraximova Sh. Stressni boshqarish talabalarda shaxsiy o‘rish omili sifatida	69
21.	Abdusamatova Sh. Talabalik davrida tolerantlik psixologik omil sifatida	72
22.	Abdusamatova Sh., Choriyev J. Ijtimoiy-kognitiv jarayonlar	76

	asosida tolerantlikni shakllantirish	
23.	Ablakulov Sh. Pedagoglarda ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarni rivojlantirishda shaxsning kreativligi	80
24.	Ahmedov D. Talabalarda kognitiv jarayonlarni rivojlantirishning o‘quv motivlari	82
25.	Alimirzayev N. Bolalarga tibbiy yordam ko‘rsatishda individual psixologik xususiyatlarning ahamiyati	87
26.	Amirqulov J. Talabalar iqtidorini tadqiq etishning psixologik o‘ziga xosliklari	91
27.	Askarova N. The influence of the mother with the psychopathic character on the development of the psyche of the child	95
28.	Asranboyeva M. Oilada bola tarbiyasiga oila muhitining ta’siri	99
29.	Atabayeva N., Nusratova M. Bo‘lajak psixologlarda altruistik xulq motivlarini rivojlanganligining gender farqlari	103
30.	Atadjanov M. Millatning ma’naviy salohiyati ijtimoiy va shaxsiy farovonlik manbai	112
31.	Axmedova N. O‘smir xulq-atvoridagi salbiy o‘zgarishlarning ijtimoiy va psixologik omillari	115
32.	Ayyubkhon T. The importance of culturally adaptable materials in english instruction in Uzbekistan	118
33.	Badritdinova M. Boshqaruv tizimida ayollar va erkaklar o‘rtasidagi gender xususiyatlarning ahamiyati	121
34.	Barotov Sh. Bojxona xizmatchilariga stress holatida psixologik yordam ko‘rsatish nazariyasi va amaliyoti	125
35.	Barotova Sh., Rasulova U. Oilada o‘smirlar xulq-atvorining shakllanishida etnopsixologik omillarning ta’siri	128
36.	Baykunosova G. Bolaning ijtimoiylashuvdagi psixologik va ijtimoiy omillar	130
37.	Begjanova A. Polilingvizm va shaxsning psixologik rivojlanishi: o‘zbekiston sharoitida til o‘rganishning kognitiv, ijodiy va madaniy jihatlar.	132
38.	Bekmirzayeva D. Oilaviy zo‘ravonlikni oldini olishda mahalla va jamoa institutlarining ijtimoiy-psixologik funksiyalari	135
39.	Beknazarova L. Ma’naviy merosimiz oilada bola tarbiyasining muhim manbai sifatida	137
40.	Bekova Sh. Bolalar kommunikativ qobiliyati shakllanishida nutqning o‘rni	141
41.	Bobirov D. O‘spirinlarda axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish masalalari	143
42.	Boboyeva F. Ijtimoiy tasavvurlarni shakllantirish orqali o‘smir shaxsida qadriyatlarni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari	146
43.	Boboyeva M. Bo‘lajak shifokorlarda kasbiy faoliyatga qiziqish motivatsiyasining psixologik xususiyatlari	150
44.	Boboyorov Sh. Sportchilarda kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish mexanizmlari	152
45.	Burxanova M. Muloqot madaniyatini shakllantirishda ota-	154

	onalarning roli	
46.	Burxanova M. Oila dinamikasining ijtimoiy xulq-atvorga ta'sirini	159
47.	Dawkeeva A. O'ziga ishonch muammosini psixologik jihatdan o'rganilishi	163
48.	Dilshodova M. Ko'krak saratoni bilan og'rigan ayollarda psixologik yordam ko'rsatishning o'ziga xosligi	167
49.	Dumarov M. Psixolog qanday bo'lish kerak: Erik Bern tranzakt taxlil asosida	170
50.	Ergashev P. Xudoyqulova Z. Bolalarda me'yor hissi shakllanishida oila muhitining roli	174
51.	Ergasheva N. Zamonaviy mehnat sharoitida hissiy charshoq sindromi: psixologik asoslar, shaxsiy determinantlar va baholash metodlari	176
52.	Ergasheva N., Rahmatilleyev B. Tezkor-qidiruv faoliyatida psixologik aloqalarning mohiyati va maqsadi	180
53.	Ergasheva N., Rayimjonova N. Operativ xodim tomonidan muayyan shaxsni psixologik o'rganish sxemasi	183
54.	Ergasheva S. Umumiy o'rta ta'lim muassasasini boshqarishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	187
55.	Eshnayevev N. Zamonaviy ta'lim tizimida mobil mutaxassislarni tayyorlashning psixologik strategiyalari	192
56.	Farfiyeva K. Talabalarning ilmiy tafakkurini rivojlantirish masalalari	195
57.	Fatidonova D. Raqamli davrda onlayn qimor o'yinlarining ommalashuvi	199
58.	Fayziyeva M. O'zbekiston psixologlari tomonidan yoshlar muammosining o'rganilishi	203
59.	G'ofurov A. Sport turizmiga oid motivlarini shakllanganligini tadqiq qilish metodologiyasi	206
60.	G'ulomov N. Ixtisoslashtirilgan ta'lim muhitida o'quvchilar shaxsini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash zaruriyati	211
61.	G'aniyeva X. Oilada gender tenglikning ijtimoiy psixologik asoslari	214
62.	G'iyosiddinov M. Ijtimoiy tarmoqlarda psixologik xavfsizlik va xavf omillari	216
63.	Gafurova N. Психологические проблемы современной узбекской семьи и их решения	218
64.	Ganjiyev F. Ingliz tili fani o'qituvchilarida kasbiy so'nish muammosini oldini olishning psixologik xususiyatlari	221
65.	Haydarov Sh. Uyushmagan yoshlar guruhi psixodiagnostikasi va psixokorreksiya	226
66.	Husanov B. Oilada psixologik nosog'lom muhit va nlp ning o'rni	229
67.	Ibodova G. Kiberbulling va o'spirinlik davri: psixologik xususiyatlar va oqibatlar	233

68.	Ibragimova O. Mahramiyat va shaxsiy hudud: bolalar tarbiyasida zamonaviy yondashuv	237
69.	Ikramova Sh. Harbiy xizmatchilar oilasida ota-onalar va farzand o‘rtasidagi munosabatlarning ijtimoiy psixologik xususiyatlari	243
70.	Ikromov O. Globallashuv sharoitida talabalarda fidoiyligni shakllantirish omillari	245
71.	Ikromova S. Frustration tolerance as a determinant of mental health in later life	249
72.	Imomaliyeva S. Taraqqiyot psixologiyasi mavzusida ilmiy tezis	252
73.	Isabayev A. Ichki ishlar xodimlarida hissiy bezovtalik holatining namoyon bo‘lishida ta’sir ko‘rsatadigan psixologik omillar	255
74.	Isakova M. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash – talabalarning ruhiy salomatligi omili sifatida	260
75.	Islamova D. Ota-ona qaramog‘isiz qolgan bolalarni hayotga integratsiyalashuvlarida psixolog-mutaxassislarning mashg‘ulotlar tizimi	263
76.	Ismoilova M. Tanglik holatiga tushgan bolalarga psixologik yordam ko‘rsatish yo‘llari	269
77.	Ismoilova N. Maktab o‘quvchilarida stressga barqarorlikni oshirishda trening mashg‘ulotlarining ahamiyati	272
78.	Ismaylova R. Oilaviy zo‘ravonlik holatida ijtimoiy psixologik yordam	279
79.	Ismoilova Sh. Oila mustahkamligida uning tiplari va psixologik ustanovkalar muammosi - ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida	282
80.	Isroilov S. Pedagoglarda hissiy charchoq sindromi namoyon bo‘lishining asosiy ijtimoiy-psixologik omillari	291
81.	Jabborov I. Oilaviy qadriyatlarning namoyon bo‘lish jihatlari	294
82.	Jalilova S. Yosh oilalarda er-xotin o‘rtasidagi nizolar namoyon bo‘lish xususiyatlari	300
83.	Jamolova L. Yosh avlod ta’lim-tarbiyasida ahmad donish merosining ilmiy-nazariy asoslari va zamonaviy didaktik ahamiyati	305
84.	Jo‘rayev B. Yoshlarda huquqiy tushunchalar shakllanishining metodologik muammolari	308
85.	Jo‘rayev S. Akademik litseylarda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda psixologik xizmatlarning o‘rni	312
86.	Jumabayeva D. Talabalarda kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishning o‘ziga xos jihatlari	316
87.	Jumanova N. Bolalarda irodaviy sifatlarni tarbiyalashda ota-onaning vazifalari	320
88.	Jumanova N. Oilada shaxslararo munosabatlar	322
89.	Jumanova U. Pedagogik faoliyatdagi stressning determinantlari	324
90.	Kamoldinov A. O‘smirlik davrida diniy identifikatsiyaning hissiy-irodaviy sohaga ta’sirining psixologik xususiyatlari	329
91.	Kamolova A. Kasbiy faoliyat jarayonida o‘quvchilarda yuzaga keladigan kasalliklar va ularni oldini olishda pedagogik texnikalarning o‘rni	333

92.	Kamolova S. O‘smirlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik determinantlari	336
93.	Karatayeva L. Bolaning maktab ta’limiga psixologik tayyorgarligi	342
94.	Karatayeva L. XXI asr globallashuv davrida bugungi kun yoshlarining oilaviy hayotga tayyorligi. muammosi	346
95.	Karimova G. Tibbiy operatsiyalardan so‘ng dori vositasidan keyingi bilish jarayonlarini tiklanishi	351
96.	Karimov X. O‘zbek oilalarida er-xotin nizolari va uni bartaraf etishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	352
97.	Karimova N. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarga chet tili o‘rgatishning psixologik asoslari	358
98.	Karshiyeva D. Kasbiy stressning oila va pedagogik faoliyatdagi o‘rni	361
99.	Khamidova S. Psychological foundations for developing students’ intercultural competence	364
100.	Khasanova S. Contemporary manifestations of anxiety in preschool-aged children	368
101.	Khudaiberdieva D. Psychological aspects of obsessive – compulsive disorder in adolescents and research analysis	371
102.	Kurbanova N. Eskapizm omil va strategiya sifatida shaxsning psixologik moslashuvi	374
103.	Kurbanova Z. Kasbiy tayyorgarlikda mustaqil bilish faoliyati motivatsiyasining rivojlanishi	377
104.	Kushakova N. Oilalarda internetga tobelikning bugungi kundagi holati	381
105.	Latibjonov R. Pedagoglarda samarali muloqot ko‘nikmalarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik asoslari	384
106.	Madgapilova N. Maktab va maktabgacha ta’lim tashkilotlari integratsiyasida pedagogik-psixologik hamkorlikning ilmiy-amaliy va strategik asoslari	389
107.	Majidov J. O‘smirlar o‘rtasida o‘zaro hamkorlikni rivojlantirishning psixologik usullari	395
108.	Mamaraimov R. Women in originally male sports	402
109.	Mamatova N. Yoshlarda reproduktiv ustanovkalarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	410
110.	Mamatqulova Z. O‘quvchilarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda kelajakka g‘amxo‘rlik masalalari	417
111.	Maturazova Z. Qoraqalpoq talaba yoshlarning etnik o‘zini anglashini muvofiqlashtirishning empirik xususiyatlari	419
112.	Maxamatova N. Zamonaviy psixologiyada shaxsdagi ijtimoiy xohish muammosi	425
113.	Maxsudova M. Oilaviy nizolar va ularni bartaraf etish yo‘llari	428
114.	Meyliyeva M. Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq madaniyatini rivojlantirishda multimedia texnologiyalarining o‘rni	431
115.	Mirashirova N. Davlat va nodavlat oliy ta’lim muassasalari	435

	imijining ijtimoiy psixologik omillari	
116.	Mirsidikova A. Jamiyatda gender tenglik muammosi	441
117.	Mirzajonova E. O‘quvchilarda o‘zini anglash va komillikka intilish darajasini baholashda “ideal men – real men” metodikasining amaliy ahamiyati	444
118.	Mirzarahimov O, Shamsiddinov B. Manifestation of Defense Mechanisms in the Individual Characteristics of Youth	446
119.	Mirzayeva N. Путь к эмоциональному благополучию в раннем детстве	448
120.	Mirzayeva S. Zamonaviy oilada ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta’minlovchi omillar	454
121.	Mirzayeva Sh. Psychological mechanisms of critical thinking formation in medical students in the digital age	459
122.	Mo‘minov D. Oilaviy muhitning farzandlar kasb tanlashiga ta’siri	462
123.	Mustafayeva D. O‘yin faoliyatining kichik maktab yoshidagi bolalar psixologiyasiga ta’siri	465
124.	Mustafoev Sh. Inson kapitalini shakllantirishda ta’lim metodikasining pedagogik va psixologik asoslari	468
125.	Mutalipova F. Kichik maktab yoshidagi bolalarda oilaviy nizolarning agressiyaga sabab bo‘luvchi omil sifatida profilaktika qilish	474
126.	Muxamedova D., Zuxurova D. Talaba qizlarda mas’uliyatni idrok etish va “men” konsepsiyasi o‘rtasidagi psixologik munosabatlar	477
127.	Muxiddinova D. Ta’lim jarayonida o‘qituvchining o‘quvchilarga qadriyatli munosabati	482
128.	Muydinov T., Toshpulatov A. Talabalardagi stress holatlarini bartaraf etish yo‘llari	485
129.	Najmiddinova M. Oilaviy nizolarini bartaraf etishda shaxsning adekvat qaror qabul qilishi	487
130.	Nakhalboeva N. The socio-psychological factors in forming psycho-emotional stability in military personnel's spouses	490
131.	Narmetova Yu. Psixologiya va tibbiyotda psixosomatik yondashuvlar	493
132.	Nazarov A. Uyushmagan yoshlarning ijtimoiy-psixologik moslashganligi va hayotiy strategiyasi orasidagi bog‘liqlikning o‘ziga xos xususiyatlari	496
133.	Nasimdjanova M. Ijtimoiylashish va inkulturatsiya etnopsixologik tadqiqotlar obyekti sifatida	502
134.	Norboyeva S. Shaxs qobiliyatlarini eksperimental o‘rganish	506
135.	Normurodova Z. Ikki va undan ortiq tilni biluvchi talabalarning kasbiy karyerasidagi psixologik qiyinchiliklari	508
136.	Norqo‘ziyeva D. Kasbiy “kuyish” sindromining va ijtimoiy-psixologik hodisalari	512
137.	Nuraliyeva D. Millatlararo nikohlarning ijtimoiy, falsafiy, pedagogik, sotsiologik, etnopsixologik xususiyatlari	518
138.	O‘rolova S. Yosh oilalarda er-xotin munosabatlarida yuzaga	522

	keladigan nizolarning psixologik tahlili va muammolarni hal etish usullari	
139.	Omonov Sh. O‘zbekistonda reklama psixologiyasi bo‘yicha olib borilgan tadqiqotlar, uning istiqbollari va soha rivojida psixologiya fanlari doktori, professor V.M.Karimovaning o‘rni	526
140.	Omonova S. Shaxsda hissiy jarayonlar buzilishiga ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri	528
141.	Oribboyeva D. Bulling hodisasining o‘smir taraqqiyotiga fiziologik va psixologik ta’siri	531
142.	Oripova M. Bolani shaxs sifatida shakllanishini ba’zi psixologik muammolari	536
143.	Oskinbaeva G. Talabalik davrida o‘zini o‘zi rivojlantirish va o‘zini o‘zi faollashtirish o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik	539
144.	Ostanov Sh. Sun’iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta’siri	543
145.	Otajonova O. O‘smirlarda shakllanadigan jinsiy identifikatsiyaning gender xususiyatlari	548
146.	Otajonova O. Oilada ma’naviy sog‘lom muhitni tashkil etishning psixologik omillari	552
147.	Ozodqulov O. O‘smirlik davridagi psixik holat	556
148.	Parpiyeva Sh. Xulqi ogishgan o‘smir qizlarda himoya mexanizmlarning ko‘rinishlari	561
149.	Pulatova G., Umrzaqova G. Yangi O‘zbekistonda psixologik ta’limni tashkil etish tendensiyalari	564
150.	Pulatov J. Ajrim yoqasidagi oilalar va xotin-qizlar bilan ishlash, psixologik ko‘mak ko‘rsatish	569
151.	Qayumjonov J. Zamonaviy jamiyatda oila rishtalarini zaiflashtirayotgan yashirin omillar	572
152.	Qiyomxo‘jayeva M. Harbiy oilalarda psixik o‘zini-o‘zi boshqarish rivojlanishiga gender omillarining ta’siri	575
153.	Qo‘chqarov M. Shaxsning ekologik ongning shakllanishida ijtimoiy psixologiyaning ahamiyati	578
154.	Qodirova D. Talabalarda professional identifikatsiya jarayonining psixologik determinantalari	584
155.	Qodirova M. O‘quv faoliyati motivlari va uning nazariy asoslari	589
156.	Quliyev Yo. Daxldorlik xodimlarni boshqarishda motivatsiya elementi sifatida	592
157.	Rahimova I., Mansurova J. Homilador ayol psixologik holatining ilmiy tadqiqotlarda talqini	596
158.	Rahmonova O. O‘smirlar agressiv xulq atvor xususiyatlari	598
159.	Rajabov M. Qora va yorqin uchlik konstruktларining motivatsion va ijtimoiy determinantalari	604
160.	Rakhimova K. Media ta’lim metodlari orqali o‘quvchilarni kreativ fikrlashga o‘rgatish mexanizmlarini pedagogik tajriba-sinov ishlarini tashkil qilish va uning samaradorlik darajasi.	608
161.	Rasulov A. Oila psixodiagnostikasi: muammo va yechimlari	614

162.	Ravshanova X. Ijtimoiy intellekt va uning eshitishda nuqsoni bo‘lgan shaxslar hayotidagi ahamiyati	618
163.	Ravshanova Z. Tadbirkorlik faoliyati rivojlanishiga ta’sir etuvchi omillar	622
164.	Raximova G. Maktab ta’limi tizimida ayollar rahbarlik qobiliyati va imkoniyatlarining psixologik xususiyatlari	625
165.	Raximova X. Media ta’lim texnologiyasi asosida ta’lim sifatini oshirish imkoniyatlari.	628
166.	Raxmanova D. Kiberbullingning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	634
167.	Raxmanova D. Shaxs intellektual faoliyatini tadqiq qilishning metodologik tamoyillari	637
168.	Raxmanova D. Talaba intellektual faoliyatini tadqiq qilishning metodologik tamoyillari	641
169.	Raxmonova M. Innovatsion yondashuv asosida pedagoglarda ijtimoiy-madaniy kompetentlikni rivojlantirish	645
170.	Rizayeva Sh. Alohida yordamga muhtoj bo‘lgan bolalarni inklyuziv ta’lim jarayoniga moslashtirish va bunday bolalarning psixologik holatlari	648
171.	Roziqova M. Millatlararo nikohlarda farzand tarbiyasining psixologik xususiyatlar: imkoniyatlar va muammolar	653
172.	Rustamova G. Vasila Karimovaning oila psixologiyasi bo‘yicha ilmiy qarashlari asosida noto‘liq oilalarda ulg‘ayayotgan bolalar ijtimoiy-psixologik rivojining dolzarb muammolar	655
173.	Rustamova M. Oilaning inson psixologik rivojlanishidagi o‘rni	658
174.	Sadatova N. Voyaga yetmaganlarda jinoiy xulq-atvor shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar	660
175.	Sagindikova N. Shaxslarning o‘z-o‘ziga bo‘lgan ishonch hissida tanqidning tutgan o‘rni	663
176.	Saidov Kh. Mukhtorova G. Lexical and grammatical features of advertising discourse in english and uzbek	666
177.	Saidova N. Bo‘lajak pedagoglarda kasbiy yo‘nalganlik namoyon bo‘lishiga ta’sir etuvchi omillar	670
178.	Salomov Sh. Raqamli muhitda o‘spirinlarning kommunikativ qiyinchiliklarini yengishda psixoterapevtik yondashuvlar.	673
179.	Saliyeva D. O‘smirlik davrida texnik ijodkorlik qobiliyatlarini rivojlantirishning psixologik jihatlari	677
180.	Saribayeva U. O‘zbek oilasi er-xotin gender tenglik munosabatlarini takomillashtirishning psixologik imkoniyatlari va muammolari	681
181.	Sirliyev E. Yoshlarda harbiy-vatanparlik tuyg‘usini takomillashtirishning psixologik yechimlari	684
182.	Satimbayeva D. Tazyiq va zo‘ravonlikka uchragan xotin-qizlar bilan ishlash psixologiyasi	687

183.	Satvaldiyev A. Tadbirkor faoliyati banklari tomonidan xotin-qizlarning qo‘llab-quvvatlanishi	689
184.	Shamayeva M. Ayollar ma‘naviy-psixologik qiyofasini o‘rganilish tarixi	693
185.	Shamsiddinov B. Psixoterapiyani qollashda psixologik yondashuvlar	696
186.	Sharipov A. Irodaning psixologik mazmuni va shaxsning irodaviy sifatleri tizimi	701
187.	Sharipov J. Affiliatsiya motivi-o‘smir ma‘naviyatini shakllanishining asosiy omili sifatida	706
188.	Sharipov S. Ichki ishlar organlari xodimlarining kommunikativ kompetentligini oshirishning o‘ziga xos xususiyatlari	709
189.	Shoyimova Sh. O‘zbekistonda klinik psixologiyaning dolzarb muammolari va rivojlanish istiqbollari (psixosomatika va kasallikka munosabat)	711
190.	Shukurova D. Maktabgacha ta‘lim tashkiloti tarbiyachisining psixologik qiyofasi	719
191.	Shukurova I. Ko‘p avlodli oilada tarbiya jarayonlarining boladagi shaxsiy va emotsional shakllanishiga ta’siri	723
192.	Sirojiddinov A. Boshqaruvda faoliyat motivlarining namoyon bo‘lishi	726
193.	Sirojiddinova F. Xotin-qizlar mehnat samaradorligini takomillastirish muammosi	728
194.	Sobiroya I. Deviant xulq-atvor shakllanishida oilaviy munosabatlarning ta’siri	732
195.	Soliyev F. Kadrlar tanlash texnologiyasida vizual psixodiagnostikaning ahamiyati	735
196.	Temirov A. O‘smirlarning kompyuter o‘yinlariga nisbatan tobeligining shakllanishi	743
197.	Tillayeva N. Oilaviy nizolarda farzand tarbiyasida ota – onalarning ro‘li	748
198.	Toshpulatova U. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlanishining psixologik tomonlari	751
199.	Turamov M. Ta‘lim muassasalarida psixologik xizmat muammolari	752
200.	Turayeva D. Zamonaviy ta‘limda o‘qituvchilarning uslubiy xulq-atvorini uyg‘unlashtirish yo‘nalishlari	756
201.	Turdimatov J. Shaxsning ijtimoiy imiji va uning psixologik mexanizmlari	761
202.	Turdimatova E. O‘qituvchining kasbiy muvaffaqiyatida oilaviy muhit va psixologik qo‘llab-quvvatlashning roli	764
203.	Turg‘unboyeva A. Bola shaxsiyati shakllanishida oilaviy muhitning o‘ziga xos ijtimoiy-psixologik omillari	766
204.	Tursunbayev S. Sport maktablari trenerlarning professional faoliyati samaradorligiga ta’sir etuvchi psixologik omillar	770
205.	Umarova Sh. Migrant oilalarida qadriyatlar o‘zgarishining	773

	ijtimoiy -psixologik determinantlari	
206.	Umrzaqova G. Klinik psixologiya va bolalarga tibbiy yordam ko‘rsatish psixologiyasi	776
207.	Ungboyeva U. Oilaviy nizolar va zo‘ravonlikning kelib chiqish sabablari	780
208.	Usmonov Sh. Talabalarning intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish va salohiyatli kadrlarni tayyorlashning psixologik determinantlari	782
209.	Usmonova D. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining psixologik savodxonlikni oshirishning zamonaviy usullari	786
210.	Usmonova Sh. Psixologik ta‘limda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarinig integratsiyasi	790
211.	Usmonova M. Aliddinova M. O‘spirinlarda xulq-atvor og‘ishishlarining ijtimoiy-psixologik ildizlari: oila, maktab va muhit ta’siri tahlili	793
212.	Usta-Azizova D. Современные тенденции развития педагогики и психологии образования	797
213.	Uzoqov A. Sportchi muvaffaqiyatiga hissiy emotsional holatlarning ta’siri	802
214.	Xaydaraliyev A. O‘zbekiston respublikasining davlat siyosatida vatanparvarlikning o‘rni va ahamiyati	802
215.	Xaytmatova G. Педагогический потенциал гуманитарных наук в формировании нравственных и профессиональных качеств будущего врача	812
216.	Xolnazarova M. Imom al-Buxoriy hadislarida farzand oila va jamiyat tushunchalari	818
217.	Xudayberdiyev O. Umumta’lim maktabi o‘quvchilarida konfliktologik madaniyatni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik muammolari	821
218.	Xudayberdiyev O. Safarboyeva S. Oilaviy nizolar oldini olishda yosh oila quruvchilarning konfliktologik madaniyatini rivojlantirish	824
219.	Xudayberdiyeva S. Oilaviy hayot siklida oilaviy nizolarni bartaraf etish usullari	829
220.	Xudoyqulova G. Rahbar ayollar muvaffaqiyatga erishishining ijtimoiy va psixologik xususiyatlari	833
221.	Xusanbayeva Z. Ota-onaning stress omillari va ularning bola ruhiyatining shakllanishiga ta’siri	836
222.	Xusanboyeva Sh. O‘qishga bo‘lgan intilishlarni oshirishda qiziqishlarning ahamiyati	838
223.	Xusanova N. Bolalar ijtimoiylashuviga individual xususiyatlarining ta’sir mexanizmlari	841
224.	Xusanova N. Maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishida kuzatiladigan psixologik o‘zgarishlar: muammo va yechimlar	844
225.	Yorlaqobov H. Ergash G‘oziyevning yondashuvi asosida shaxs rivojlanishini o‘rganish	846
226.	Yuldasheva M. Jamoaviy qarorlar samaradorligining ijtimoiy-	849

	psixologik asoslari	
227.	Yuldasheva S. Kasbiy faoliyatning psixologik va pedagogik jihatlar	853
228.	Yuldasheva S. Maktabgacha yosh davrda psixik rivojlanish xususiyatlari	856
229.	Yunusova G. Oilaviy psixologik konsultatsiya va uning usullari	859
230.	Zakirova M. Psixologik xizmatni tashkil etishda psixogimnastika usulini qo‘llash	862
231.	Абдукадирова Л. Научные взгляды В. М. Каримовой о социализации и социальной адаптации и семейной жизни в условиях глобальных изменений в обществе	868
232.	Алимова Г. Формирование операций мышления у детей дошкольного возраста	874
233.	Алимова Е. Психологическая поддержка семьи как фактор гармоничного развития ребенка	876
234.	Арифджанова М. Социально-психологические особенности профессионального выгорания	879
235.	Асанова Г. Барьеры, связанные с реасоциализацией родителей детей, больных онкологией	882
236.	Асанова Г, Абдуллина А. Значение семейных отношений в развитии эмоциональной стабильности ребёнка	884
237.	Асрарханова Э. Теоретические основы детского аутизма: факторы, проявления, проблемы.	887
238.	Аскарлова Г, Султонмуродова М. Особенности копинг-стратегий педагогов в стрессовых ситуациях	892
239.	Аскарлова Г. Социально-психологические особенности копинг-стратегий у обучающейся молодежи	896
240.	Аскарлова Г, Рахимова Р. Роль коммуникативной компетентности в становлении профессиональных качеств будущих педагогов-психологов	901
241.	Буриева К. 4к-навыки для будущей профессии	905
242.	Буриева К. Интеграция интерактивных технологий в развитие 4к-навыков при изучении литературы	907
243.	Джолымбетова М. Тафаккур психологиясининг шарк мутафаккирлари асарларида ёритилиши	910
244.	Жолдошева А. Проблема коррекции, компенсации и обращенности последствий эмоциональной депривации у детей	913
245.	Жўраев Н. Устознинг ҳар бир сабоғи келажакка қўйилган пойдевор	920
246.	Зотова Е. Эмоциональный интеллект как фактор результативности соревновательной деятельности спортсменов	922
247.	Исмайлова Р. Оилавий зўравонлик ҳолатида ижтимоий-психологик ёрдам	929
248.	Клычева З. Роль психологического тренинга в формировании личности в общении в подростковом возрасте	932
249.	Лутфуллаева И. Развитие познавательных процессов детей	938

	дошкольного возраста путем игровых ситуаций	
250.	Мамараимова Р. Женщины в изначально мужских видах спорта	940
251.	Махмудов И. Давлат хизмати фаолиятига ижтимоий-психологик ёндашув	950
252.	Махмудова Д. Особенности проявления тревожности у детей жертв торговли людьми	954
253.	Миркосимова Х. Психические состояния у учащихся начальной школы	957
254.	Миркосимова Х. Психологические факторы взаимоотношений учитель-ученик в начальном классе	961
255.	Мухамеджанова Р. Использование кукольного театра для развития коммуникативной компетенции на уроках английского языка: психолого-педагогический аспект	967
256.	Нахалбоева Н. Ҳарбий хизматчилар турмуш ўртоқларида психоэмоционал барқарорликни шакллантиришнинг ижтимоий-психологик омиллари	970
257.	Нишанбекова Ж. Типы абьюзивных отношений	975
258.	Нишанбекова Ж. Эстетическая культура личности	978
259.	Нишанова З. Характерные черты манипулятора	982
260.	Ниязметова Г. Касбий чарчашнинг хусусиятлари ва уни бартараф қилиш имкониятлари	985
261.	Одилова Н. Социально-психологические аспекты становления нравственного самосознания подростков	992
262.	Озодходжаева А. Психологические особенности восприятия компьютерной графики при изучении иностранного языка	998
263.	Рафикова Р. Steam – образование как интегративная педагогическая технология	1002
264.	Расулова Ф. Агрессивность как проблема поведения у детей	1007
265.	Рахмонова Д. Возрастные и социокультурные особенности развития и формирования эмоционального интеллекта у подростков	1010
266.	Саттаров Э., Шамшиметов Р. Проблема взаимовлияния служебной деятельности и семейных отношений сотрудников органов внутренних дел	1018
267.	Сулётбаева Э. Психологические факторы готовности молодежи к созданию современной каракалпакской семьи	1027
268.	Султанова А. Региональные особенности суицидального поведения в Узбекистане общественное восприятие и исследовательские вызовы	1031
269.	Туракулова А. Феномен семьи в формировании этнической идентичности: междисциплинарный анализ	1034
270.	Umarov B. Huquqshunos shaxsining o'ziga xos individual-psixologik xususiyatlari	1037

271.	Умурзоков Д. Этнические взаимоотношения как важный фактор обеспечения межнациональной стабильности	1041
272.	Усманова М. Психологическая наука в эпоху перемен: переосмысление и развитие подходов	1048
273.	Хайдарова Х. Шахс ижтимоийлашуви ва рухий соғломлигида оила институтининг ўрни	1057
274.	Халикова Ш. Ўсмирларнинг ўз - ўзига бўлган муносабатини шакллантиришда ижтимоийлашувнинг аҳамияти	1064
275.	Худойкулова Д. Психологические особенности развития лингвистических способностей у детей	1069
276.	G‘aniyev M. Raqamli axborot iste’molining yoshlar ongida ijtimoiy-normativ buzilishlarga olib keluvchi psixologik omillari	1073
277.	O‘rolova S. Yosh oilalarda er-xotin munosabatlarida yuzaga keladigan nizolarning psixologik tahlili va muammolarni hal etish usullari	1077
278.	Jumaniyozova Nasiba. Kasbiy salomatlikni ta’minlashda psixologik farovonlik strategiyalari	1083
279.	Baxriddinov N. Dunyodagi oliy ta’lim dargohlarida kredit-modul tizimiga o‘tishning talabalar psixologiyasiga ijobiy xususiyatlari.	1088
280.	Nazarova D. Abdusalomova S. Bolalarga Ta’lim Berishda O‘yinlarning Afzalliklari	1093
281.	Saidov A. Axmedov A. Xorijlik talabalarning moslashuv darajasini aniqlash bo‘yicha o‘tkazilgan psikodiagnostik tadqiqotlar tahlili	1095
282.	Саидов А. Ахмедов А. Ўзбек оилаларида миллий кадриятлар асосида соғлом авлодни тарбиялашнинг ижтимоий-психологик масалалар таҳлили	1098
283.	Axrоров V. Talabalar psixologik salomatligini ta’minlashga yo‘naltirilgan psixologik xizmatni takomillashtirishga doir	1106
284.	Kushanova M. O‘smirlardagi agressiv xulq-atvorni psixokorreksiyalash imkoniyatlari	1114
285.	Nazarova M. bo‘lajak pedagoglarda bag‘rikenglik va madaniyatlararo muloqotni shakllantirish	1119
286.	Nomozova R. Xotin-qizlar huquqlarini shakllantirishning psixologik strategiyalari.	1122
287.	Salaxutdinova M. Shaxsning iste’molchi sifatida namoyishkor motivlari	1126
288.	Саидов А. Авулхаиров Ф. Здоровый образ жизни и кросс-культурные различия: как разные культуры понимают и реализуют зож (здоровый образ жизни)	1130
289.	Авулхаиров Ф. Здоровый образ жизни как фактор профилактики профессионального выгорания у педагогов	1136
290.	Xalbayeva G. Bolalarni maktabga innovatsion tayyorlash jarayonini takomillashtirish mexanizmi	1139
291.	Ishonkulova N. Oilaviy munosabatlarda destruktiv nizolarning	1142

	psixologik tavsifi	
292.	Mamayusupova I. O‘smirlarning gender identifikatsiyasi va uni psixodiagnostik tadqiq etish	1147
293.	Ibragimova Sh Stress psixologiyasi haqida tushuncha.	1151
294.	Umrzaqova G. Klinik psixologiyaning zamonaviy muammolari	1154
295.	Karimova N. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarga chet tili o‘rgatishning psixologik asoslari	1158
296.	Abdurayimov S. O‘zbek psixolog olimlari tomonidan oila va oilaviy munosabatlar muammosining o‘rganilish holati	1162
297.	Abdurayimov S. Sharq allomalarining oila va turmush munosabatlariga oid qarashlari	1166
298.	Qabulov Q. Oilaviy nizolar va ularni bolalar psixologiyasiga ta’siri	1170
299.	Kushakova B. Yuridik psixologiya va ilk bolalik hamda ota-onalik davrida ular qonuniy xavfsizligini ta’minlash psixologiyasi	1173
300.	Кулмамамова Ф. Факторы формирования деструктивного поведения у молодежи	1177
301.	Abdullayeva Z. Iqtidorli bolalar qobiliyati psixodiagnostikasi.	1183
302.	Almardanova S. Oliy ta’limda pedagoglar innovatsion faoliyatida koping strategiya xususiyatlari	1187
303.	Choriyeva S. Zamonaviy oilalarda rolli munosabatlar identivligida ustanovkaning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	1190
304.	Haydarova S. Talabalar ijtimoiy mavqeyining psixologik omillari	1194
305.	Sattorova M. Pedagoglarda tolerantlik namoyon bo‘lishining psixologik xususiyatlari	1198
306.	Sharafutdinova X. Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi psixologiya metodi sifatida	1203
307.	Xoliyorova M. Disfunksional oila – munosabatlar va oqibatlar	1208
308.	Xudoynazarova N. O‘smirlar xulq-atvorida altruizm psixodiagnostikasi	1211
309.	Alimova N. Oilada farzand tarbiyasi eng katta mas’uliyat	1217
310.	Sattarova Sh. Zamonaviy pedagoglarda ijobiy fikr rivojlanishida optimizmning namoyon bo‘lishi	1220
311.	Akramov M. Shaxsda ekologik ong shakllanishining psixologik mexanizmlarini shakllantirishning kontseptual muammolari	1227
312.	Sultanova S. Xorij olimlarining aybdorlik hissi borasidagi fikrlari.	1231
313.	Jumayeva G. Keksalik davrida hayot mazmunini anglashning psixologik xususiyatlari	1233
314.	Kayumova G. Yoshlarning oila qurishda nikoh motivlarining oila mustahkamligiga psixologik ta’siri	1240

315.	Эргашев Н. Муסיкий таълимда ўқитувчи шахсининг ўрни	1243
316.	Нормуминова Д. Хавотирланиш ҳолатида когнитив хатолар	1246
317.	Nurqulova G. Kichik maktab yoshidagi bolalarga tashqi psixologik ta'sirlar tahlili	1250
318.	Karayeva Y. Egoizm - ijtimoiy destruktiv hodisa sifatida	1253
319.	Shamaeva M. Ayollar ma'naviy-psixologik qiyofasini o'rganish tarixi	1256
320.	Muxiddinova D. Ta'lim jarayonida o'qituvchining o'quvchilarga qadriyatli munosabati	1259
321.	G'ayibova N. O'smir sibling maqomi – tadqiqot predmeti sifatida	1262
322.	Nazarov A. Socio-psychological determinants of management decisions in the leader's activity	1266
323.	Rasulova N. Aqliy va jismoniy muvozanat: inson salomatligining psixologik asoslari	1269
324.	G'oyibnazarov R. O'zbekiston milliy taraqqiyotida diniy qadriyatlarga doir ayrim mulohazalar	1273
325.	Сафарова А. Психологические особенности подростков с склонностью к девиантному поведению	1277