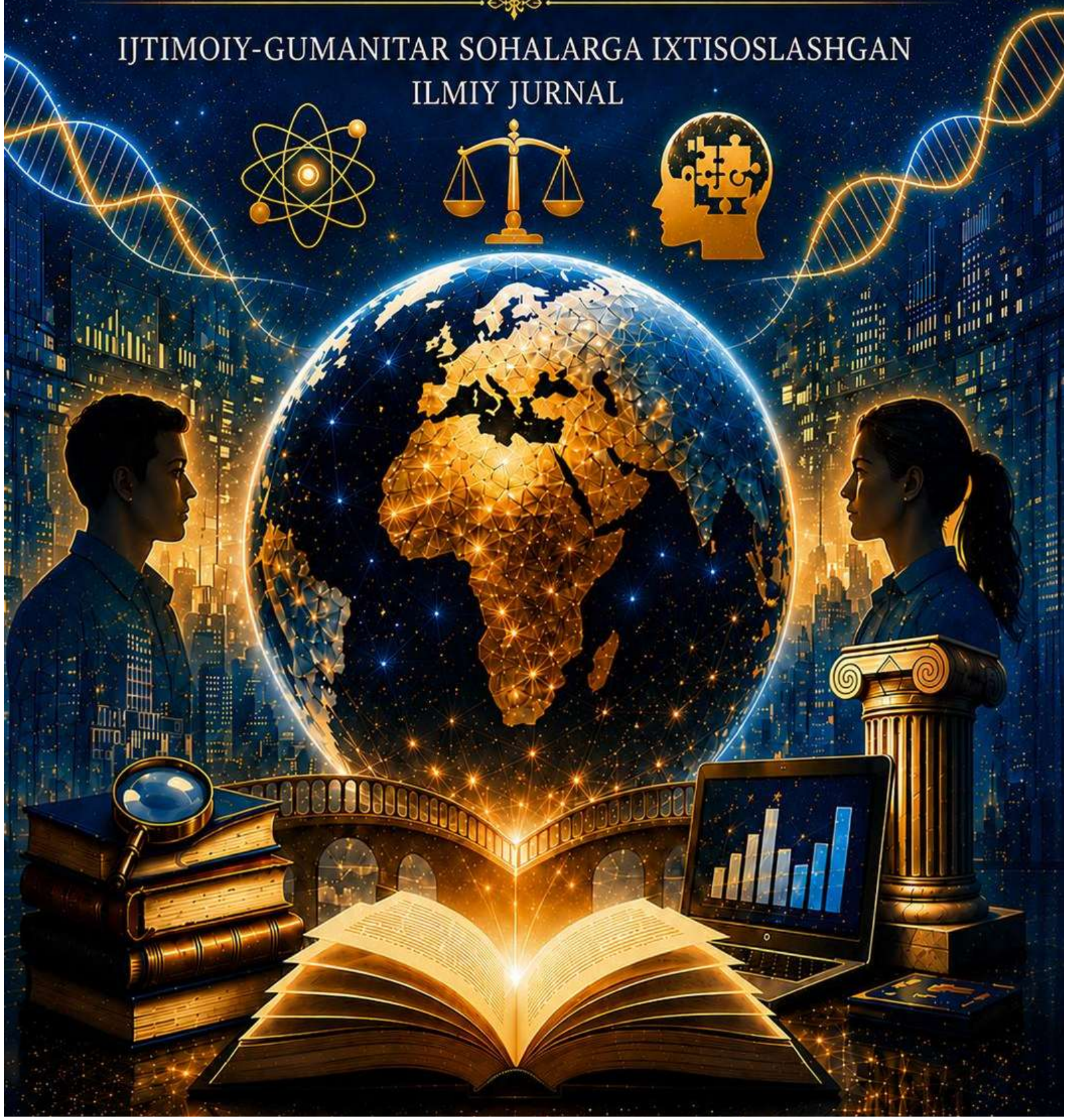
№3 2026

ISSN-L: 3093-9240

FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR

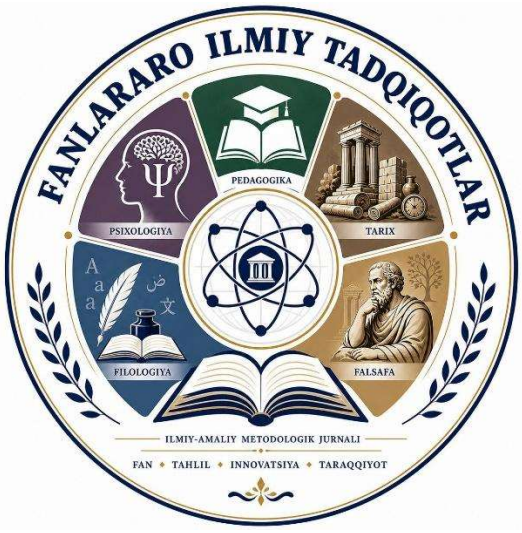
IJTIMOIY-GUMANITAR SOHALARGA IXTISOSLASHGAN
ILMIY JURNAL



FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR
ilmiy-amaliy metodologik jurnal

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
научно-практический и методологический журнал

INTERDISCIPLINARY SCIENTIFIC RESEARCH
scientific-practical and methodological journal



№3 2026

Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Raqamli texnologiyalar vazirligi huzuridagi Axborotlashtirish va telekommunikatsiyalar sohasida nazorat inspeksiyasi tomonidan 2026-yil 5-may sanasida davlat ro‘yxatidan o‘tkazilib, 1564147-sonli rasmiy guvohnoma asosida faoliyat yuritadi.

BOSH MUHARRIR:
Ashurov Ramzidin Ramazonovich
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

BOSH MUHARRIR O‘RINBOSARI
Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

TAHRIRIYAT KENGASHI:
Rejep Uzyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Blinova Ye.E. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Abdullayeva B.S. – pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Ibragimova G.N. – pedagogika fanlari doktori, professor
Mamurov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Filippova O.G. – pedagogika fanlari doktori, professor (Rossiya)
Mirzayeva F.O. – pedagogika fanlari doktori(DSc), professor
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Umarova N.Sh. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Ismoilova N.Z. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Abdullayeva D.U. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Atabayeva N.B. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Jabborov X.X. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Akramov M.R. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Tuychieva S.M. – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Gadoyeva M.I. – filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Rasulov Z.I. – filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Qurbonboyev A.N. – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Taniyeva G. M. – tarix fanlari doktori, professor
Davlatova S.T. – tarix fanlari doktori, professor
Qurbonova M. B. – tarix fanlari nomzodi, professor
Turdiyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Maxmudova D.A. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Yuldashev S.R. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Botirova D.B. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Alimova Ye.G. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Джексембаева Г.С. – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) (Qozog‘iston)
Jalilov N.A.– pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Vahobov A.A. – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Raxmatova M.M. – filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Xalilova R.R. – filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Bobojonov Sh.U. – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Sharipov Sh.F. – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Bo‘tayev J.Sh. – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Bobojonova F. X. – tarix fanlari nomzodi, dotsent

Mas’ul muharrir:
Xayitov Xayotjon Xikmat o‘g‘li

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Ашуров Рамзидин Рамазонович
доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
Исматуллоев Абдулло Насруллоевич
доктор философии (PhD) по психологическим наукам

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
Реджеп Узюрек - доктор психологических наук, профессор (Турция)
Блинова Е.Е. - доктор психологических наук, профессор (Россия)
Стоюхина Н.Ю. - кандидат психологических наук, доцент (Россия)
Абдуллаева Б.С. - доктор педагогических наук (DSc), профессор
Ибрагимова Г.Н. - доктор педагогических наук, профессор
Мамуров Б.Б. - доктор педагогических наук, профессор
Филиппова О.Г. - доктор педагогических наук, профессор (Россия)
Мирзаева Ф.О. - доктор педагогических наук (DSc), профессор
Бафаев М.М. - доктор психологических наук (DSc), доцент
Умарова Н.Ш. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Исмоилова Н.З. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Абдуллаева Д.У. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Атабаева Н.Б. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Джабборов Х.Х. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Акрамов М.Р. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Туйчиева С.М. - доктор психологических наук (DSc), профессор
Гадоева М.И. - доктор филологических наук (DSc), профессор
Расулов З.И. - доктор филологических наук (DSc), профессор
Курбанбоев А.Н. - доктор психологических наук (DSc), доцент
Таниева Г.М. - доктор исторических наук, профессор
Давлатова С.Т. - доктор исторических наук, профессор
Курбанова М.Б. - кандидат исторических наук, профессор
Турдиев Б. - доктор философских наук, профессор
Махмудова Д.А. - доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Юлдашев С.Р. - доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Ботирова Д.Б. - доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Алимова Е.Г. - доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Джексембаева Г.С. - доктор философии (PhD) по психологическим наукам (Казахстан)
Жалилов Н.А. - доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Вахобов А.А. - доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Рахматова М.М. - доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
Халилова Р.Р. - доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
Бобожонов Ш.У. - доктор философии (PhD) по историческим наукам, доцент
Шарипов Ш.Ф. - доктор философии (PhD) по историческим наукам
Бутаев Ж.Ш. - доктор философии (PhD) по историческим наукам
Бобожонова Ф.Х. - кандидат исторических наук, доцент

Ответственный редактор
Хайитов Хаётжон Хикмат угли

EDITOR-IN-CHIEF
Ashurov Ramzidin Ramazonovich
Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF
Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich
Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences

EDITORIAL BOARD
Rejep Uzyurek - Doctor of Psychological Sciences, Professor (Türkiye)
Blinova Ye.E. - Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)
Stoyukhina N.Yu. - Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor (Russia)
Abdullaeva B.S. - Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor
Ibragimova G.N. - Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Mamurov B.B. - Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Filippova O.G. - Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Russia)
Mirzaeva F.O. - Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor
Bafaev M.M. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Associate Professor
Umarova N.Sh. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Ismoilova N.Z. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Abdullaeva D.U. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Atabayva N.B. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Jabborov Kh. Kh. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Akramov M.R. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Tuychieva S.M. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor
Gadoeva M.I. - Doctor of Philological Sciences (DSc), Professor
Rasulov Z.I. - Doctor of Philological Sciences (DSc), Professor
Qurbonboev A.N. - Doctor of Psychological Sciences (DSc), Associate Professor
Tanieva G.M. - Doctor of Historical Sciences, Professor
Davlatova S.T. - Doctor of Historical Sciences, Professor
Kurbonova M.B. - Candidate of Historical Sciences, Professor
Turdiev B. - Doctor of Philosophy Sciences, Professor
Makhmudova D.A. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor
Yuldashev S.R. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor
Botirova D.B. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor
Alimova Ye.G. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor
Dzheksembayeva G.S. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences (Kazakhstan)
Jalilov N.A. - Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences, Associate Professor
Vahobov A.A. - Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences, Associate Professor
Raxmatova M.M. - Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Khalilova R.R. - Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Bobojonov Sh.U. - Doctor of Philosophy (PhD) in Historical Sciences, Associate Professor
Sharipov Sh.F. - Doctor of Philosophy (PhD) in Historical Sciences
Butayev J.Sh. - Doctor of Philosophy (PhD) in Historical Sciences
Bobojonova F.X. - Candidate of Historical Sciences, Associate Professor

Managing Editor
Xayitov Xayotjon Xikmat ugli

TALABALARDA OPTIMIZM XUSUSIYATI VA MUAMMONI HAL QILISH QOBILIYATINING RIVOJLANISHIDAGI PSIXOLOGIK XUSUSIYATLAR

Ko‘chkinova Zulxumor Shohobiddin qizi
Toshkent menejment va iqtisodiyot instituti
Ijtimoiy gumanitar fanlar kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabalarda optimizm xususiyati hamda muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda optimistik dunyoqarash talabalarning murakkab hayotiy va ta’limiy vaziyatlarni ijobiy baholashi, muammolarga konstruktiv yondashishi hamda samarali yechimlarni izlashga yo‘naltiruvchi muhim psixologik resurs sifatida yoritilgan. Shuningdek, optimizm, muammoni hal qilish qobiliyati, o‘ziga ishonch, emotsional barqarorlik, stressga bardoshlilik va qaror qabul qilish jarayonlari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik nazariy va amaliy jihatdan asoslab berilgan.

Tadqiqot natijalari optimizmning rivojlanishi talabalarda muammoli vaziyatlarda faollik, mas’uliyat, mustaqil fikrlash, moslashuvchanlik hamda samarali qaror qabul qilish ko‘nikmalarini kuchaytirishini ko‘rsatdi. Mazkur yondashuv oliy ta’lim muassasalarida talabalarning psixologik salohiyatini rivojlantirish va ularni hayotiy hamda kasbiy muammolarni samarali hal etishga tayyorlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: optimizm, talaba, muammoni hal qilish qobiliyati, psixologik xususiyatlar, ijobiy tafakkur, emotsional barqarorlik, stressga bardoshlilik, o‘ziga ishonch, qaror qabul qilish, konstruktiv yondashuv, psixologik moslashuv, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy faollik, mustaqil fikrlash, psixologik resurs.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ОПТИМИЗМА И СПОСОБНОСТИ К РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В данной статье научно анализируются психологические особенности развития оптимизма и способности к решению проблем у студентов. Оптимистическое мировоззрение рассматривается как важный психологический ресурс, способствующий позитивной оценке сложных жизненных и учебных ситуаций, конструктивному отношению к возникающим трудностям и поиску эффективных способов их преодоления. Обоснована взаимосвязь между оптимизмом, способностью решать проблемы, уверенностью в себе, эмоциональной устойчивостью, стрессоустойчивостью и процессами принятия решений.

Результаты исследования показали, что развитие оптимизма способствует повышению активности студентов в проблемных ситуациях, развитию ответственности, самостоятельности мышления, гибкости поведения и эффективности принятия решений. Представленный подход имеет важное научно-практическое значение для развития психологического потенциала студентов высших учебных заведений и их подготовки к успешному решению жизненных и профессиональных задач.

Ключевые слова: оптимизм, студент, решение проблем, психологические особенности, позитивное мышление, эмоциональная устойчивость, стрессоустойчивость, уверенность в себе, принятие решений, конструктивный подход, психологическая адаптация, личностное развитие, социальная активность, самостоятельное мышление, психологический ресурс.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF OPTIMISM AND PROBLEM-SOLVING ABILITY AMONG STUDENTS

Annotation. This article examines the psychological factors underlying the development of optimism and problem-solving ability among university students. Optimistic thinking is considered an important psychological resource that enables students to positively evaluate challenging academic and life situations, adopt constructive approaches to difficulties, and seek effective solutions.

The study substantiates the relationships among optimism, problem-solving ability, self-confidence, emotional stability, resilience to stress, and decision-making processes. The findings indicate that the development of optimism enhances students' activity in challenging situations, responsibility, independent thinking, cognitive flexibility, and effective decision-making skills. This approach has significant theoretical and practical value for strengthening the psychological potential of university students and preparing them to successfully cope with academic, professional, and everyday life challenges.

Keywords: optimism, university student, problem-solving ability, psychological characteristics, positive thinking, emotional stability, stress resilience, self-confidence, decision-making, constructive approach, psychological adaptation, personal development, social activity, independent thinking, psychological resources.

KIRISH

Bugungi kunda oliy ta'lim tizimida tahsil olayotgan talabalar nafaqat kasbiy bilim va ko'nikmalarni egallashlari, balki murakkab hayotiy vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish, mavjud muammolarni samarali hal etish hamda psixologik

barqarorlikni saqlay olish kabi muhim shaxsiy sifatlarni ham rivojlantirishlari zarur. Zamonaviy jamiyatda axborot oqimining keskin ortishi, raqobat muhitining kuchayishi, kasbiy talablarga qo‘yilayotgan mezonlarning yuksalishi hamda ijtimoiy munosabatlarning murakkablashuvi talabalardan yuqori darajadagi moslashuvchanlik, mustaqil fikrlash va muammoli vaziyatlarga konstruktiv yondashuvni talab etmoqda.

Talabalik davri shaxsning intellektual, emotsional, ijtimoiy va kasbiy jihatdan faol shakllanish bosqichi hisoblanadi. Ushbu davrda yoshlar o‘z hayotiy maqsadlarini aniqlaydi, kasbiy yo‘nalishini belgilaydi, mustaqil qaror qabul qilishni o‘rganadi hamda turli ijtimoiy vaziyatlarda o‘z imkoniyatlarini sinab ko‘radi. Biroq mazkur jarayon har doim ham oson kechmaydi. O‘quv yuklamasi, imtihonlar, vaqtni samarali taqsimlash zarurati, shaxslararo munosabatlar, kelajak kasbiga oid noaniqliklar hamda ijtimoiy bosim talabalarda psixologik zo‘riqishlarni yuzaga keltirishi mumkin. Bunday sharoitda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyati muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo‘ladi.

Optimizm shaxsning kelajakdagi voqea-hodisalarga nisbatan ijobiy kutishlari, muvaffaqiyatga erishish imkoniyatiga ishonishi hamda qiyinchiliklarni vaqtinchalik va yengib o‘tiladigan holat sifatida baholashi bilan tavsiflanadi [1]. Optimistik dunyoqarashga ega bo‘lgan talabalar muammoli vaziyatlarda umidsizlikka berilmasdan, mavjud imkoniyatlarni tahlil qilishga, yechim izlashga va faol harakat qilishga moyil bo‘ladilar. Shu jihatdan optimizm talabalarning muammoni hal qilish qobiliyati rivojlanishida muhim ichki omil sifatida xizmat qiladi.

Muammoni hal qilish qobiliyati esa shaxsning muammoli vaziyatni anglash, uni tahlil qilish, sabablarini aniqlash, muqobil yechimlarni ishlab chiqish, eng maqbul qarorni tanlash hamda uni amaliyotga tatbiq etish jarayonlarini o‘z ichiga oladi [4]. Talabalarda ushbu qobiliyatning rivojlanishi ularning o‘quv faoliyati, ijtimoiy moslashuvi, kasbiy tayyorgarligi va shaxsiy rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, optimizm va muammoni hal qilish qobiliyati o‘zaro bog‘liq psixologik hodisalar bo‘lib, ular talabalarning murakkab vaziyatlarda emotsional barqarorlikni saqlashi, mustaqil qaror qabul qilishi, stressga bardosh berishi hamda hayotiy maqsadlariga erishishida muhim rol o‘ynaydi. Optimistik talaba muammoga tahdid sifatida emas, balki rivojlanish va tajriba orttirish imkoniyati sifatida qaraydi. Bu esa uning muammoni hal qilishdagi faolligi va mas’uliyatini kuchaytiradi.

Mazkur maqolaning maqsadi talabalarda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishidagi psixologik xususiyatlarni nazariy jihatdan tahlil qilish hamda ularning o‘zaro aloqadorligini ilmiy asoslashdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari quyidagilardan iborat: optimizm tushunchasining psixologik mazmunini yoritish; muammoni hal qilish qobiliyatining talaba shaxsida namoyon bo‘lish xususiyatlarini tahlil qilish; optimizm va muammoni hal qilish qobiliyati o‘rtasidagi psixologik bog‘liqlikni asoslash; talabalarda mazkur sifatlarning rivojlanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash; oliy ta’lim jarayonida optimistik tafakkur va muammo yechish ko‘nikmalarini rivojlantirishga oid ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti sifatida talabalarning shaxsiy-psixologik rivojlanish jarayoni belgilandi. Tadqiqot predmeti esa talabalarda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishidagi psixologik xususiyatlardan iborat.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Optimizm muammosi shaxs psixologiyasi, pozitiv psixologiya, stress psixologiyasi va ijtimoiy psixologiya doirasida keng o‘rganilgan. M. Scheier, C. Carver va M. Bridges optimizmni shaxsning kelajakdagi ijobiy natijalarga nisbatan umumlashgan kutishlari sifatida talqin qilganlar [1]. Ularning fikricha, optimistik shaxslar qiyinchiliklarga duch kelganda faol kurashish strategiyalarini qo‘llaydi, maqsadga erishish yo‘lida izchil harakat qiladi hamda muvaffaqiyatsizliklarni vaqtinchalik holat sifatida baholaydi. C. Carver, M. Scheier va S. Segerstrom tadqiqotlarida optimizmning stressga bardoshlilik, subyektiv farovonlik, emotsional barqarorlik, sog‘lom moslashuv va maqsadga yo‘naltirilgan faoliyat bilan bog‘liqligi ilmiy jihatdan asoslangan [2]. Ushbu yondashuvga ko‘ra, optimizm shaxsning shunchaki ijobiy fikrlashi emas, balki uning murakkab vaziyatlarda faol harakat qilishini qo‘llab-quvvatlovchi motivatsion va kognitiv resursdir.

Pozitiv psixologiya vakillaridan M. Seligman optimizmni shaxsning muvaffaqiyatsizlik va qiyinchiliklarni qanday izohlashi bilan bog‘laydi. Uning fikricha, optimistik izohlash uslubiga ega inson salbiy hodisalarni doimiy, umumiy va shaxsiy kamchilik sifatida emas, balki vaqtinchalik hamda o‘zgarishi mumkin bo‘lgan holat sifatida baholaydi [5]. Ushbu yondashuv talabalarda muammoli vaziyatlarga nisbatan konstruktiv munosabatni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Muammoni hal qilish qobiliyati masalasi T. D’Zurilla va A. Nezu tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy muammoni hal qilish nazariyasida chuqur tahlil qilingan. Mazkur nazariyaga ko‘ra, muammoni hal qilish jarayoni shaxsning muammoli vaziyatni idrok etishi, unga munosabat bildirishi, muqobil yechimlarni ishlab chiqishi hamda samarali qaror qabul qilishi bilan bog‘liq murakkab psixologik jarayondir [4]. Ijobiy muammo yo‘nalishiga ega shaxs muammoga tahdid sifatida

emas, balki hal qilinishi mumkin bo‘lgan vazifa sifatida qaraydi. Bu esa optimistik tafakkur bilan bevosita bog‘liqdir.

Stress va moslashuv masalalarini o‘rgangan R. Lazarus va S. Folkman shaxsning stressli vaziyatga munosabati uning kognitiv baholash jarayoni bilan belgilanishini ta’kidlaydilar [6]. Ya’ni, inson vaziyatni qanday talqin qilsa, uning emotsional reaksiyasi va xatti-harakati ham shunga mos ravishda shakllanadi. Optimistik talaba muammoli vaziyatni boshqarilishi mumkin bo‘lgan holat sifatida baholagani sababli stressga kamroq beriladi va muammoning samarali yechimini topishga faol intiladi.

B. Fredricksonning ijobiy emotsiyalar nazariyasida ijobiy hissiyotlar inson tafakkurini kengaytirishi, yangi imkoniyatlarni ko‘rishga yordam berishi va shaxsiy resurslarni rivojlantirishi ta’kidlanadi [7]. Ushbu nazariya talabalarda optimizmning muammoni hal qilish jarayoniga ta’sirini izohlashda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Chunki optimistik kayfiyat talabaning fikrlash doirasini kengaytiradi, muqobil yechimlarni ko‘rish imkoniyatini oshiradi hamda qaror qabul qilish jarayonini faollashtiradi.

Mazkur maqolada nazariy-tahliliy, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, psixologik talqin va ilmiy manbalarni tahlil qilish metodlaridan foydalanildi. Tadqiqot metodologiyasi optimizm, muammoni hal qilish qobiliyati, stressga bardoshlilik, emotsional barqarorlik va psixologik moslashuvga oid ilmiy qarashlarni umumlashtirishga asoslandi. Maqolada talabalarda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishidagi psixologik mexanizmlar ilmiy-nazariy asosda yoritildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Talabalarda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishi bir-biri bilan uzviy bog‘liq jarayon hisoblanadi. Optimizm shaxsning muammoli vaziyatni qanday baholashi, unga nisbatan qanday munosabat bildirishi va qanday yechim izlashi jarayonlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Muammoni hal qilish qobiliyati esa talabaning optimistik munosabatini amaliy harakatga aylantiruvchi psixologik mexanizm sifatida namoyon bo‘ladi.

Talabalik davrida uchraydigan muammoli vaziyatlar turli shakllarda namoyon bo‘ladi. Ular o‘quv faoliyatidagi qiyinchiliklar, imtihon jarayonidagi xavotir, vaqtni rejalashtirishdagi muammolar, kasbiy tanlovdagi noaniqlik, guruhdagi shaxslararo munosabatlar, oilaviy mas’uliyat, moddiy qiyinchiliklar va kelajak haqidagi xavotirlar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Bunday vaziyatlarda talabaning optimistik yoki pessimistik munosabati uning psixologik holati va xatti-harakat yo‘nalishini belgilaydi.

Optimistik talaba muammoga duch kelganda, avvalo, vaziyatni real baholashga harakat qiladi. U muammoni inkor etmaydi, balki uning sabablarini aniqlashga, mavjud imkoniyatlarni ko‘rib chiqishga va yechim variantlarini ishlab chiqishga intiladi. Bunday yondashuv muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Pessimistik talaba esa muammoni ko‘pincha hal qilib bo‘lmaydigan, o‘z imkoniyatlaridan yuqori yoki shaxsiy muvaffaqiyatsizlik belgisi sifatida qabul qilishi mumkin. Natijada unda passivlik, xavotir, o‘ziga ishonchsizlik va muammodan qochish holatlari kuchayadi.

Optimizmning muammoni hal qilish qobiliyatiga ta’siri bir nechta psixologik mexanizmlar orqali izohlanadi. Birinchidan, optimizm kognitiv baholash jarayoniga ta’sir qiladi. Talaba muammoli vaziyatni tahdid sifatida emas, balki hal qilinishi mumkin bo‘lgan vazifa sifatida qabul qilsa, uning fikrlash jarayoni faol va konstruktiv yo‘nalishda kechadi [4]. Ikkinchidan, optimizm motivatsion faollikni oshiradi. Talaba natijaning ijobiy bo‘lishiga ishongan sari muammoni hal qilish uchun ko‘proq harakat qiladi [2]. Uchinchidan, optimizm emotsional barqarorlikni qo‘llab-quvvatlaydi. Ijobiy kutishlar salbiy emotsiyalarni kamaytirib, vaziyatga xotirjam va oqilona yondashishga yordam beradi [3].

Muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishida mustaqil fikrlash alohida ahamiyatga ega. Mustaqil fikrlay oladigan talaba muammoli vaziyatda boshqalarning fikriga to‘liq qaram bo‘lib qolmaydi, balki mavjud ma’lumotlarni tahlil qiladi, turli yechimlarni solishtiradi va eng maqbul qarorni tanlaydi. Optimistik dunyoqarash esa bunday fikrlash jarayonini qo‘llab-quvvatlaydi, chunki u talabaning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchini kuchaytiradi.

Talabalarda optimizmning rivojlanishi o‘ziga ishonch bilan ham chambarchas bog‘liq. O‘ziga ishongan talaba muammoli vaziyatlarda qo‘rquv yoki ikkilanishga kamroq beriladi, o‘z bilim va tajribasidan foydalanishga harakat qiladi. O‘ziga ishonchi past bo‘lgan talabalar esa ko‘pincha muammoni hal qilishga kirishishdan avval muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqadilar. Shuning uchun optimizm va o‘ziga ishonch muammoni hal qilish jarayonida bir-birini to‘ldiruvchi psixologik omillar sifatida namoyon bo‘ladi.

Emotsional barqarorlik ham mazkur jarayonda muhim o‘rin tutadi. Talaba muammoli vaziyatda o‘z his-tuyg‘ularini boshqara olsa, u vaziyatni aniqroq tahlil qiladi va xatolarga kamroq yo‘l qo‘yadi. Kuchli xavotir, qo‘rquv yoki tushkunlik esa fikrlash jarayonini toraytirib, muqobil yechimlarni ko‘rishga xalaqit beradi. Optimistik kayfiyat emotsional zo‘riqishni kamaytiradi va talabaning muammoni hal qilishga yo‘naltirilgan faolligini oshiradi [7].

Talabalarda muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishi bir necha bosqichda namoyon bo‘ladi. Birinchi bosqichda talaba muammoni anglaydi va uni

aniqlaydi. Ikkinchi bosqichda muammoning sabablarini tahlil qiladi. Uchinchi bosqichda mumkin bo‘lgan yechim variantlarini ishlab chiqadi. To‘rtinchi bosqichda eng maqbul yechimni tanlaydi. Beshinchi bosqichda tanlangan yechimni amaliyotga tatbiq etadi va natijani baholaydi. Optimistik munosabat ushbu bosqichlarning har birida talabaning faolligi, qat’iyati va mas’uliyatini oshiradi.

O‘quv jarayonida optimizm va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishi talabaning akademik muvaffaqiyatiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, murakkab fanlarni o‘zlashtirishda qiynalayotgan talaba optimistik munosabatga ega bo‘lsa, bu qiyinchilikni vaqtinchalik holat sifatida baholaydi, qo‘shimcha manbalarni izlaydi, o‘qituvchidan yordam so‘raydi va o‘z ustida ishlaydi. Pessimistik munosabatga ega talaba esa o‘zini qobiliyatsiz deb hisoblab, faol harakat qilishdan voz kechishi mumkin. Demak, optimizm o‘quv motivatsiyasi va muammoni hal qilish strategiyalarining shakllanishida muhim rol o‘ynaydi.

Ijtimoiy munosabatlarda ham muammoni hal qilish qobiliyati muhim ahamiyatga ega. Talabalar guruhdagi kelishmovchiliklar, do‘stlar bilan tushunmovchiliklar, jamoaviy topshiriqlarni bajarishdagi muammolar va kommunikativ qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Optimistik talaba bunday vaziyatlarda murosaga kelish, muloqot qilish, fikr almashish va kelishuvga erishish yo‘llarini izlaydi. Bu esa uning ijtimoiy moslashuvchanligini oshiradi.

Talabalarda optimizm va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishiga ta’sir etuvchi omillar ko‘p qirrali hisoblanadi. Ularga oilaviy tarbiya, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, o‘quv muhitining psixologik iqlimi, pedagogik munosabat, shaxsiy tajriba, o‘zini baholash darajasi, motivatsiya va emotsional barqarorlik kiradi. Ayniqsa, talabaning o‘z kuchiga ishonishi va muvaffaqiyatga erishish tajribasi optimistik dunyoqarashni mustahkamlaydi.

Shu bilan birga, optimizmni haddan tashqari idealistik qarash sifatida emas, balki realistik optimizm shaklida rivojlantirish muhimdir. Realistik optimizm muammolarni inkor etish emas, balki ularni to‘g‘ri baholash, mavjud xavflarni anglash va shunga qaramay yechim izlashga tayyor bo‘lishdir. Bunday optimizm talabalarda mas’uliyatli qaror qabul qilish, tanqidiy fikrlash va muammoli vaziyatlarda barqaror harakat qilish imkonini beradi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, talabalarda optimizm xususiyatining rivojlanishi muammoni hal qilish qobiliyatining shakllanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Optimistik talabalar qiyinchiliklarni yengib o‘tishga, vaziyatga faol yondashishga, muqobil yechimlarni izlashga va natijaga erishish uchun izchil harakat qilishga moyil bo‘ladilar. Shu sababli oliy ta’lim muassasalarida talabalarning optimistik tafakkuri, mustaqil fikrlashi, stressga bardoshliligi va muammoni hal qilish

ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik ishlarni tizimli ravishda tashkil etish zarur.

XULOSA

Talabalarda optimizm xususiyati va muammoni hal qilish qobiliyatining rivojlanishidagi psixologik xususiyatlarni tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, mazkur ikki sifat shaxsning o‘quv, ijtimoiy va kasbiy rivojlanishida muhim o‘rin tutadi. Optimizm talabalarning muammoli vaziyatlarga nisbatan ijobiy va konstruktiv munosabatini shakllantiradi, muammoni hal qilish qobiliyati esa ushbu munosabatni amaliy faoliyatga aylantiradi.

Maqolada olib borilgan nazariy tahlillar asosida quyidagi xulosalarga kelish mumkin: birinchidan, optimizm talabalarda o‘ziga ishonch, ijobiy tafakkur, emotsional barqarorlik va stressga bardoshlilikni rivojlantiradi; ikkinchidan, muammoni hal qilish qobiliyati talabaning vaziyatni tahlil qilish, muqobil yechimlarni ishlab chiqish va oqilona qaror qabul qilish imkoniyatini kengaytiradi; uchinchidan, optimistik dunyoqarash muammoli vaziyatlarda passivlikni kamaytirib, faol harakat va mas’uliyatni kuchaytiradi; to‘rtinchidan, mazkur sifatlarning rivojlanishi talabalarning akademik muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi kasbiy faoliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Talabalarda optimizm va muammoni hal qilish qobiliyatini rivojlantirish uchun oliy ta’lim muassasalarida psixologik treninglar, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish mashg‘ulotlari, stressni boshqarish bo‘yicha seminarlar, o‘ziga ishonchni rivojlantirish dasturlari hamda jamoaviy ishlashga yo‘naltirilgan interaktiv metodlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Shuningdek, talabalar bilan olib boriladigan psixologik xizmat jarayonida ularning realistik optimizmini shakllantirish, o‘z imkoniyatlarini to‘g‘ri baholashga o‘rgatish va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, optimizm va muammoni hal qilish qobiliyati talabalarning shaxsiy rivojlanishi, psixologik salomatligi va kasbiy tayyorgarligini ta’minlovchi muhim psixologik omillardir. Ushbu yo‘nalishda olib boriladigan ilmiy-amaliy ishlar oliy ta’lim tizimida talabalar salohiyatini rivojlantirish va ularni hayotiy muammolarni samarali hal etishga tayyorlashda muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem: A reevaluation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology, 67(6), 1063-1078. https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063

2. Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. Clinical Psychology Review, 30(7), 879-889. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006

3. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale. Depression and Anxiety, 18(2), 76-82. https://doi.org/10.1002/da.10113

4. D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-Solving Inventory. Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2(2), 156-163. https://doi.org/10.1037/1040-3590.2.2.156

5. Seligman, M. E. P. (2006). Learned optimism: How to change your mind and your life. Vintage Books.

6. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company.

7. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56(3), 218-226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

O‘SMIR SPORTCHILARNING STRESS HOLATIGA BARQARORLIGI XUSUSIYATLARI **Abdurasulov Rustam Abduraimovich**	**6**
BO‘LAJAK MUTAXASSISLARNING KASBIY RIVOJLANISHIGA QARATILGAN ILMIY TADQIQOTLAR TAHLILI **Tuychiyeva Saodat Melikuziyevna**	**19**
OLIY TA’LIM MUASSASALARI BITIRUVCHILARIDA SHAXSIY QADRIYATLARNING KASBIY KARYERANI REJALASHTIRISHDAGI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK AHAMIYATI **Xolyigitova Nasiba Xabibullayevna**	**25**
O‘QUVCHILARNING DEMOKRATIK VA AVTORITAR USLUBDAGI O‘QITUVCHILAR SHAXSIGA NISBATAN PSIXOSEMANTIK TASAVVURLARI **Turayeva Dilafruz Rustamboevna**	**32**
NOGIRON FARZANDLI TURLI YOSHDAGI ONALARNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGI BILAN DEPRESSIYA, XAVOTIR VA STRESS O‘RTASIDAGI O‘ZARO BOG‘LIQLIK **Kasimova Xulkar Atabayevna**	**45**
TURLI YOSH DAVRLARIDA PERFEKTSIONIZM VA PROKRASTINATSIYA XUSUSIYATLARINING O‘ZARO ALOQADORLIGI **Nazaraliyeva Marhabo Xayitboyevna**	**52**
SHAXSDA IMPOSTER SINDROMINING INTROVERSIYA, EKSTROVERSIYA, NEVROTIZM VA IJTIMOIY TAQQOSLASH BILAN BOG‘LIQLIGI **Yuldasheva Nilufarxon Sherqo‘zi qizi**	**61**
TALABALARDA OPTIMIZM XUSUSIYATI VA MUAMMONI HAL QILISH QOBILIYATINING RIVOJLANISHIDAGI PSIXOLOGIK XUSUSIYATLAR **Ko‘chkinova Zulxumor Shohobiddin qizi**	**73**
TALABALAR IQTISODIY XULQ-ATVORINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI: GENDER TAHLILI **Yuldosheva Gavhar O‘tkirovna**	**82**

PROBLEMS AND NECESSARY CONSIDERATIONS OF ECOLOGICAL AND BIOPHYSICAL EDUCATION **Tuksanova Zilola Izatulloyevna**	**90**
TA'LIM JARAYONIDA TEXNIK TAFAKKURNI SHAKLLANTIRISH MODELI **Z.F. Amirova**	**95**
XIX ASR OXIRI-XX ASR BOSHLARIDA SAMARQAND VILOYATI SHAHAR AHOLISI VA MA'MURIY BOSHQARUV TIZIMIDAGI O'ZGARISHLAR **Bo'tayev Jonibek Shodiyevich**	**102**
MAQOM SAN'ATINI O'QITISHDA RAQAMLI PLATFORMALAR VA SUN'IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISHNING ZAMONAVIY TENDENSIYALARI **Sunnatillayev Asatillo Sunnatovich**	**108**
O'ZBEK XALQ MAQOLLARI: MILLIY TAFAKKUR VA BADIIY MEROS NAMUNASI **Karimova Muqaddas Abdisamatovna**	**116**

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VAZIRLIGI HUZURIDAGI
AXBOROTLASHTIRISH VA TELEKOMMUNIKASIYALAR SOHASIDA NAZORAT INSPEKSIYASI

ГУВОҲНОМА

№1564147 Фаол

"FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR" MAS'ULIYATI CHEKLANGAN JAMIYAT

Оммавий ахборот воситаси давлат рўйхатидан ўтказилганлиги тўғрисидаги гувоҳнома

ЛИЦЕНЗИЯ РЕЕСТРИ БЎЙИЧА ТАРТИБ РАҚАМИ
C-5669890

СТИР (СОЛИҚ ТЎЛОВЧИНИНГ ИДЕНТИФИКАЦИОН РАҚАМИ)
312386344

АМАЛ ҚИЛИШ МУДДАТИ
05.05.2026дан - - чексиз

ЖОЙЛАШГАН МАНЗИЛИ (ПОЧТА МАНЗИЛИ)
Тошкент шаҳри, Сирғали тумани, Янги Бунёдобод МФЙ, Сергели 6а мавзеси, 8-уй, 148-хонадон

ВАКОЛАТЛИ ОРГАН
Ўзбекистон Республикаси Рақамли технологиялар вазирлиги ҳузуридаги Ахборотлаштириш ва телекоммуникациялар соҳасида назорат инспекцияси

05.05.2026 18:22
TAQDIM ETILGAN SANA

Гувоҳнома **№1564147**

Faoliyat turi

Оммавий ахборот воситаси сифатида фаолиятни амалга ошириш

Qo'shimcha ma'lumotlar

ҚЎШИМЧА МАЪЛУМОТЛАР

Оммавий ахборот воситасининг номи	Fanlararo ilmiy tadqiqotlar
Оммавий ахборот воситасининг тили	o'zbek, rus va ingliz tili
Оммавий ахборот воситасининг тури	Журнал

ТАРҚАТИЛИШ ҲУДУДИ ВА ШАКЛИ

Тарқатилиш ҳудуди ва шакли	Республика миқёсида
Viloyat	
Тарқатилиш шакли	Онлайн

License SYSTEM

05.05.2026 18:22
TAQDIM ETILGAN SANA

Materiallar ko‘chirib bosilganda **“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar”** jurnali manba sifatida ko‘rsatilishi shart.

***

Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.
Ilmiy maqolalar tahririyat tomonidan ko‘rib chiqiladi. Tahririyat a’zolarining jurnal ruknlariga mos kelmagan, ko‘rsatilgan talablarga mos bo‘lmagan maqolalarni nashr qilmaslik huquqi bor.

***

“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar” jurnali 05.05.2026-yildan O‘zbekiston Respublikasi Raqamli texnologiyalar vazirligi huzuridagi Axborotlashtirish va telekommunikatsiyalar sohasida nazorat inspeksiyasi tomonidan 2026-yil 5-may sanasida davlat ro‘yxatidan o‘tkazilib, 1564147-sonli rasmiy litsenziya asosida faoliyat yuritadi.

***

Yuborilgan maqolalarning barchasi “Antiplagiat” tizimida tekshiriladi.
Jurnalda nashr etilgan materiallar va ma’lumotlarning to‘g‘riligiga mualliflar mas’ul.

“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar” ilmiy-amaliy metodologik jurnali barcha ta’lim muassasalari va ilmiy izlanuvchilarni hamkorlikka chorlaydi.

Muassis: “Fanlararo ilmiy tadqiqotlar” MCHJ
Tahririyat manzili: Toshkent shahar Sergili tumani Yangi Bunyodobod MFY 8-uy
https://fanlararotadqiqotlar.uz/