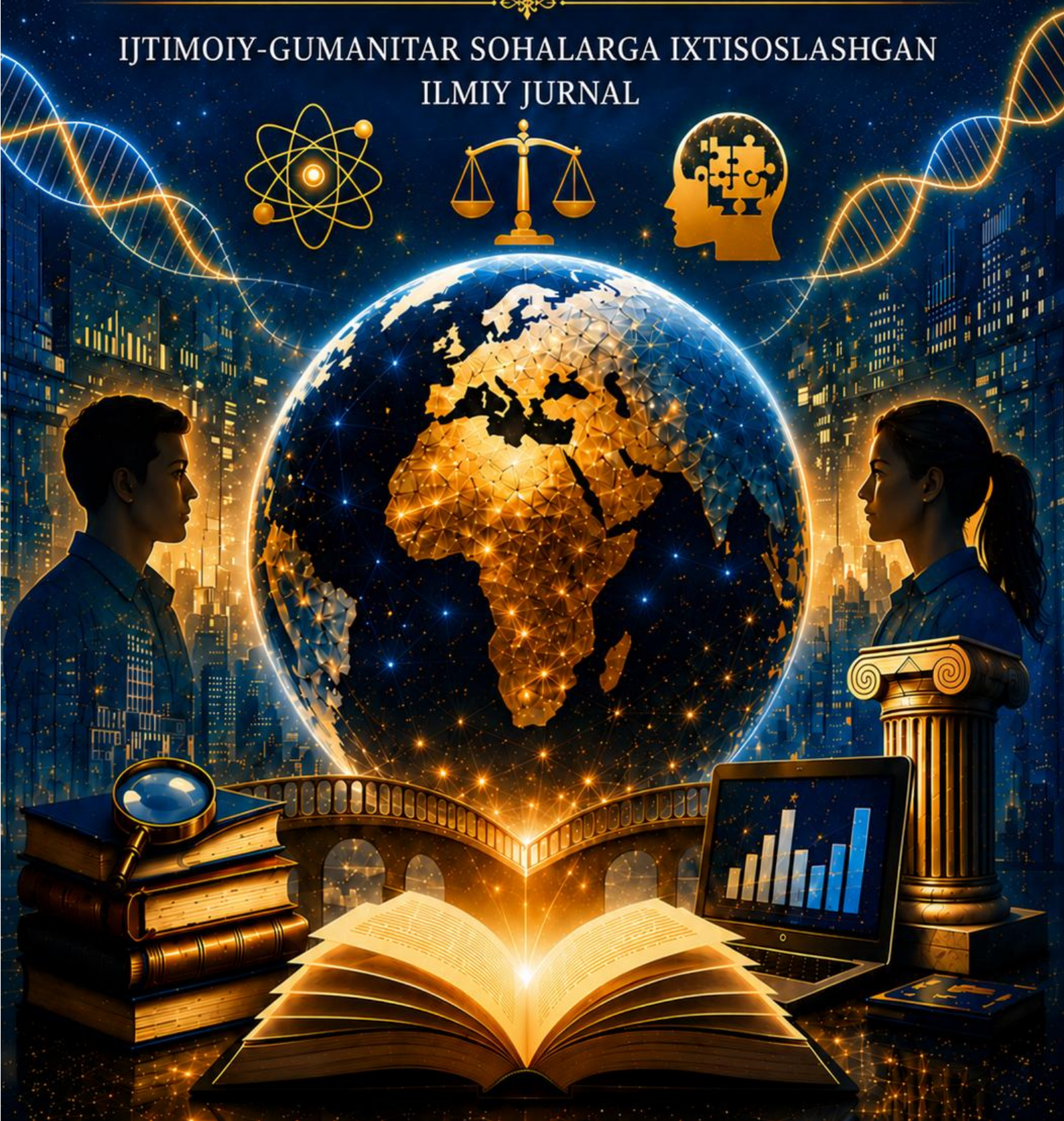
№5 2026

ISSN: 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




# №5 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

**TAHRIRIYAT VA EKSPERT KENGASHI**

**Rejep Uzyurek** – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
**Blinova Yelena Yevgeyevna** – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
**Stoyuxina Natalya Yuryevna**– psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
**Abdullayeva Barno Sayfutdinovna** – pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
**Ibragimova Gulsanam Ne’matovna** – pedagogika fanlari doktori, professor
**Mamurov Bahodir Baxshullayevich** – pedagogika fanlari doktori, professor
**Filippova Oksana Gennadevna**– pedagogika fanlari doktori, professor (Rossiya)
**Abdazimov Azizjan Abdusabirovich -** pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Mirzayeva Faroxat Odiljonovna** – pedagogika fanlari doktori(DSc), professor
**Akramova Gulbahor Renatovna** – pedagogika fanlari doktori(DSc), professor
**Bafayev Muxiddin Muxammatovich** – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
**Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Ismoilova Nurjahon Zuxuriddinovna** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Farfiyeva Kamola Adhamdjanovna** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Atabayeva Nargis Batirovna** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Jabborov Xazrat Xusenovich** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Akramov Mirmuhsin Rustamovich** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Tuychieva Saodat Melikuziyevna** – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Gadoyeva Mavlyuda Ibragimovna–** filologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Rasulov Zubaydullo Izomovich** – filologiya fanlari doktori (DSc), professor
**Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li** – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
**Taniyeva Guldona Mamajonovna** – tarix fanlari doktori, professor
**Davlatova Saodat Tilovberdievna** – tarix fanlari doktori, professor
**Qurbonova Manzila Bozorovna** – tarix fanlari nomzodi, professor
**Turdiyev Bexruz Sobirovich** – falsafa fanlari doktori, professor
**Mirashirova Nargiza Anvarovna** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), professor
**G‘ayipova Nargiza Anorbayevna** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Botirova Dilafruz Bozorovna** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Alimova Yelena Gennadiyevna** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Жексенбаева Гульнур** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) (Qozog‘iston)
**Kudratova Lola Ravshanovna** – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich -** psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
**Jalilov Nodirjon Azamatovich** – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Vaxobov Anvar Abdusattor o‘g‘li** – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Raxmatova Mehriniso Musinovna –** filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Rahmatullayev Sharofiddin Nematullayevich -** filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
**Xalilova Ruxsora Raupovna** – filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Bobojonov Shavkat Ulug‘bekovich** – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
**Sharipov Shoxruz Faxriddin o‘g‘li** – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
**Bo‘tayev Jonibek Shodiyevich** – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
**Bobojonova Feruza Xayatovna** – tarix fanlari nomzodi, dotsent

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

**Texnik muharrir**
Salimova Aziza Zoyirovna

**Ingliz tili muharriri**
Abduraximov Doniyor Abdusaid o‘g‘li

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

**РЕДАКЦИОННО-ЭКСПЕРТНЫЙ СОВЕТ**
**Реджеп Узюрек** – доктор психологических наук, профессор (Турция)
**Блинова Елена Евгеньевна** – доктор психологических наук, профессор (Россия)
**Стоюхина Наталья Юрьевна** – кандидат психологических наук, доцент (Россия)
**Абдуллаева Барно Сайфутдиновна** – доктор педагогических наук (DSc), профессор
**Ибрагимова Гульсанам Неъматовна** – доктор педагогических наук, профессор
**Мамуров Баходир Бахшуллаевич** – доктор педагогических наук, профессор
**Филиппова Оксана Геннадьевна** – доктор педагогических наук, профессор (Россия)
**Абдазимов Азизжан Абдусабирович** – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
**Мирзаева Фарохат Одилжоновна** – доктор педагогических наук (DSc), профессор
**Акрамова Гульбахор Ренатовна** – доктор педагогических наук (DSc), профессор
**Бафаев Мухиддин Мухамматович** – доктор психологических наук (DSc), доцент
**Абдуллаева Дилбар Убайдуллаевна** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Исмоилова Нуржахон Зухуриддиновна** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Фарфиева Камола Адхамджановна** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Атабаева Наргис Батировна** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Жабборов Хазрат Хусенович** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Акрамов Мирмухсин Рустамович** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Туйчиева Саодат Меликузиевна** – доктор психологических наук (DSc), профессор
**Гадоева Мавлюда Ибрагимовна** – доктор филологических наук (DSc), профессор
**Расулов Зубайдулло Изомович** – доктор филологических наук (DSc), профессор
**Курбонбоев Азимбек Назирбой угли** – доктор психологических наук (DSc), доцент
**Таниева Гулдона Мамажоновна** – доктор исторических наук, профессор
**Давлатова Саодат Тиловбердиевна** – доктор исторических наук, профессор
**Курбонова Манзила Бозоровна** – кандидат исторических наук, профессор
**Турдиев Бехруз Собирович** – доктор философских наук, профессор
**Мираширова Наргиза Анваровна** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, профессор
**Гайипова Наргиза Анорбаевна** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
**Ботирова Дилафруз Бозоровна** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
**Алимова Елена Геннадьевна** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
**Жексенбаева Гульнур** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам (Казахстан)
**Кудратова Лола Равшановна** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
**Исматуллоев Абдулло Насруллоевич** – доктор философии (PhD) по психологическим наукам
**Жалилов Нодиржон Азаматович** – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
**Вахобов Анвар Абдусаттор угли** – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
**Рахматова Мехринисо Мусиновна** – доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
**Рахматуллаев Шарофиддин Нематуллаевич** – доктор философии (PhD) по филологическим наукам
**Халилова Рухсора Рауповна** – доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
**Бобожонов Шавкат Улугбекович** – доктор философии (PhD) по историческим наукам, доцент
**Шарипов Шохруз Фахриддин угли** – доктор философии (PhD) по историческим наукам
**Бутаев Жонибек Шодиевич** – доктор философии (PhD) по историческим наукам
**Бобожонова Феруза Хаятовна** – кандидат исторических наук, доцент

**Ответственный редактор**
Хайитов Хаётжон Хикмат угли

**Технический редактор**
Салимова Азиза Зойировна

**Редактор английского языка**
Абдурахимов Дониёр Абдусаид угли

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

**EDITORIAL AND EXPERT BOARD**
**Rejep Uzyurek** – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Türkiye)
**Blinova Yelena Yevgeyevna**– Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)
**Stoyukhina Natalya Yuryevna** – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor (Russia)
**Abdullaeva Barno Sayfutdinovna**– Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
**Ibragimova Gulsanam Nematovna**– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
**Mamurov Bakhodir Bakhshullaevich** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
**Filippova Oksana Gennadevna**– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Russia)
**Abdazimov Azizjan Abdusabirovich**– Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
**Mirzaeva Faroxat Odiljonovna** – Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
**Akramova Gulbahor Renatovna**– Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
**Bafaev Muxiddin Muxammatovich**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Associate Professor
**Abdullaeva Dilbar Ubaydullaevna**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Ismoilova Nurjakhon Zukhuriddinovna**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Farfiyeva Kamola Adhamdjanovna**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Atabaeva Nargis Batirovna**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Jabborov Khazrat Khusenovich** – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Akramov Mirmukhsin Rustamovich** – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Tuychieva Saodat Melikuziyevna**– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
**Gadoyeva Mavlyuda Ibragimovna**– Doctor of Science (DSc) in Philology, Professor
**Rasulov Zubaydullo Izomovich** – Doctor of Science (DSc) in Philology, Professor
**Qurbonboev Azimbek Nazirboy ugli** – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Associate Professor
**Taniyeva Guldona Mamajonovna** – Doctor of Historical Sciences, Professor
**Davlatova Saodat Tilovberdievna** – Doctor of Historical Sciences, Professor
**Qurbonova Manzila Bozorovna** – Candidate of Historical Sciences, Professor
**Turdiev Bexruz Sobirovich** – Doctor of Philosophical Sciences, Professor
**Mirashirova Nargiza Anvarovna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Professor
**Gayipova Nargiza Anorbayevna**– Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
**Botirova Dilafruz Bozorovna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
**Alimova Yelena Gennadiyevna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
**Gulnur Zheksenbaeva** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology (Kazakhstan)
**Kudratova Lola Ravshanovna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
**Ismatulloev Abdullo Nasrulloevich** – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology
**Jalilov Nodirjon Azamatovich** – Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
**Vaxobov Anvar Abdusattor ugli** – Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
**Raxmatova Mehriniso Musinovna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor
**Rahmatullayev Sharofiddin Nematullayevich** – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology
**Khalilova Rukhsora Raupovna** – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor
**Bobojonov Shavkat Ulug‘bekovich** – Doctor of Philosophy (PhD) in History, Associate Professor
**Sharipov Shokhruz Fakhriddin ugli** – Doctor of Philosophy (PhD) in History
**Butayev Jonibek Shodievich**– Doctor of Philosophy (PhD) in History
**Bobojonova Feruza Khayatovna** – Candidate of Historical Sciences, Associate Professor

**Responsible editor**
Khayitov Khayotjon Khikmat ugli

**Technical editor**
Salimova Aziza Zoirovna

**English language editor**
Abduraximov Doniyor Abdusaid ugli

# PEDAGOGLARDA KASBIY SO‘NISH JARAYONINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARINI O‘RGANISH NATIJALARI

**Botirova Dilafro‘z Bozorovna**
Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti,
psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori PhD, “Pedagogika va psixologiya” kafedrasi dotsent v.b.,

**Annotatsiya:** Pedagoglarda kasbiy so‘nish muammosining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish bo‘yicha olib borilgan tadqiqot natijalari yuzasidan o‘tkazilgan ilmiy tadqiqot natijalari asosida: pedagoglarda kasbiy so‘nish jarayonining shakllanishiga ta‘sir etuvchi chidamlilik, mijoz bilan aloqaning chuqurlashuvi, lokus nazorat, teskari aloqa, qarshilik ko‘rsatish uslubi, o‘z-o‘zini baholash, o‘zi faoliyat olib borayotgan muassasadagi munosabatlar, nevrotizm (tashvishlanish), mehnat ob‘ektiga nisbatan bo‘lgan munosabat, ekstroversiya kabi ijtimoiy-psixologik omillar empirik tadqiqotlar asosida aniqlangan.

**Kalit so‘zlar:** kasbiy so’nish, xissiy so’nish, kasbiy stress, kasbiy o’zlik, kasbiy “men” lik, kasbiy malaka, kasbiy hamkorlik, kasbiy layoqat

# РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ

**Аннотация:** На основе результатов проведённого научного visследования по изучению социально-психологических особенностей проблемы профессионального выгорания у педагогов были эмпирически выявлены такие социально-психологические факторы, влияющие на формирование процесса профессионального выгорания у педагогов, как устойчивость, углубление контакта с клиентом, локус контроля, обратная связь, стиль сопротивления, самооценка, взаимоотношения в учреждении, где работает педагог, нейротизм (тревожность), отношение к объекту труда, экстраверсия

**Ключевые слова:** профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, профессиональный стресс, профессиональная идентичность, профессиональное Я, профессиональная компетентность, профессиональное сотрудничество, профессиональная компетентность

# RESULTS OF A STUDY ON THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PROFESSIONAL BURNOUT AMONG TEACHERS

**Abstract:** Based on the results of scientific research conducted to study the social and psychological characteristics of the problem of professional burnout in teachers, several socio-psychological factors influencing the development of professional burnout were empirically identified. These include resilience, depth of interaction with clients, locus of control, feedback, coping style, self-esteem, relationships within the institution where the teacher works, neuroticism (anxiety), attitude toward the object of labor, and extraversion

**Keywords:** professional burnout, emotional burnout, professional stress, professional identity, professional self, professional competence, professional cooperation, professional competence

## KIRISH

Kuzatishlar shuni ko‘rsatadiki, psixologiyada kasbiy so‘nish muammosiga bo‘lgan ilmiy qiziqish nisbatan keyingi davrlarda shakllangan. XX asrning so‘nggi o‘n yilligidan boshlab jamiyat hayotiga bozor munosabatlarining jadal kirib kelishi, mehnat faoliyatining faollashuvi hamda kasbiy faoliyatga qo‘yilayotgan talablarning ortib borishi ushbu muammoni ilmiy jihatdan chuqur o‘rganish zaruratini yuzaga keltirdi.

Surunkali stress fonida rivojlanadigan va mehnat faoliyatida xodimning hissiy, energetik va shaxsiy resurslarining so‘nishiga olib keladigan sindrom kasbiy so‘nish hisoblanadi. Kasbiy so‘nish salbiy his-tuyg‘ularning ichki to‘planishi natijasida paydo bo‘lib, ulardan tegishli “qutulish” yoki “ozod qilinmaslik” bu jarayonning kuchayib borishiga olib keladi. Umuman olganda, kasbiy so‘nish - bu qayg‘u yoki umumiy moslashish sindromining uchinchi - so‘nish bosqichidir.

Chet el adabiyotlarida so‘nish sindromi “burnout” (inglizcha) atamasi bilan ifodalanib, “so‘nish”, “qiziqishning zaiflashishi” ma’nolarini anglatadi. Kasbiy so‘nish fenomeni bilan bevosita yoki bilvosita bog‘liq bo‘lgan ta’riflarni ko‘rib chiqamiz.

Kasbiy so‘nish - bu kasbiy faoliyat jarayonida shaxsning mavjud psixologik tuzilishining yo‘qolishi, o‘zgarishi yoki deformatsiyalanishidir.

Kasbiy so‘nish sindromi - bu psixologik, psixofiziologik va xulq-atvor komponentlarini o‘z ichiga olgan mehnat faoliyatidagi stressga nisbatan salbiy reaksiyadir. Ishdagi stressning oqibatlari og‘irlashgani sayin, insonning ma’naviy va jismoniy kuchi zaiflashadi, u kuchsizlanadi, sog‘lig‘i yomonlashadi. Boshqalar bilan aloqalarning pasayishiga charchoqlik olib keladi va bu, o‘z navbatida, yolg‘izlikning

kuchayishiga sabab bo‘ladi. Ish faoliyatida odamlarning motivatsiyasi pasayadi, ishga befarqlik rivojlanadi, mehnat sifati va unumdorligi sustlashadi. [2]

**MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI**

Kasbiy charchash yoki so‘nish, boshqacha qilib aytganda, bu odam uzoq vaqt davomida o‘rtacha stress ostida bo‘lganligi sababli paydo bo‘ladigan uzoq davom etadigan stress reaksiyasi yoki sindromidir. Shuning uchun ko‘plab tadqiqotchilar o‘qituvchining hissiy charchashini aqliy yoki kasbiy charchoq sindromi deb ham atashadi.

Amerikalik psixiatr G. J. Freydenberger buni ruscha “to‘yganlik” degan ma’noni anglatuvchi “burnout” deb atagan. Ko‘pincha bu so‘z so‘zlashuv ingliz tilida giyohvandlik haqida gap ketganda ishlatiladi. Ular ta’lim sohasi haqida gapirganda, o‘z ishiga juda kuchli kirishib ketgan o‘qituvchilarning qaramligini bildiradi.

Tadqiqotlarga ko‘ra, kasbiy so‘nish ko‘proq yoshi 35-40 yoshdan oshgan odamlarda uchraydi. Bu vaqtda ular tajribali mutaxassis bo‘lib, farzandlari ulg‘ayib, ularga kamroq kuch sarflaydilar. Bu professional yuksalish bo‘lishi kerak bo‘lgan paytga o‘xshaydi, ammo hamma narsa butunlay boshqacha tarzda sodir bo‘ladi. Ya’ni, o‘qituvchi o‘z ishida kamroq faol bo‘ladi, uning motivatsiyasi yo‘qoladi, charchoq kuchayadi. Ko‘pincha juda yaxshi o‘qituvchi kasbiy charchaganligi sababli maktabda ishlashga yaroqsiz bo‘lib qoladi. Bunday vaziyatlarda ayrim pedagoglar o‘z ish joyini ta’lim bilan bog‘liq bo‘lmasligi uchun o‘zgartiradilar, lekin baribir bolalar bilan mashg‘ulotlarni juda sog‘inadilar [2].

Xo‘sh, so‘nish sindromi qanday namoyon bo‘ladi? Agar o‘qituvchining kasbiy so‘nishi o‘z vaqtida sezilmasa yoki uni bartaraf etish uchun ataylab hech qanday chora ko‘rilmasa, bu shaxsning o‘zgarishiga olib kelishi mumkin.

O‘qituvchining kasbiy so‘nishini ko‘rsatadigan asosiy belgilar:

- uyqusizlik;
- charchoq;
- psixosomatik asoratlar;
- maktab o‘quvchilari va hamkasblariga nisbatan salbiy munosabat;
- o‘z kasbiga nisbatan salbiy munosabat, ishlashni istamaslik;
- o‘z vazifalarini bajarishga beparvolik;
- psixostimulyatorlar hajmining oshishi;
- ishtahaning yo‘qolishi yoki ortiqcha ovqatlanish;
- o‘ziga past baho berish;
- tajovuzkorlikning kuchayishi;
- passivlikning kuchayishi;
- aybdorlik hissi.

So‘nish asta-sekin rivojlanadi: birinchi navbatda, hissiy charchoq hissi paydo bo‘ladi, keyin qattiq charchoq yuzaga keladi, bu esa bir muncha vaqt o‘tgach, umidsizlikka aylanadi, o‘qituvchi endi bu kasbga qiziqmasligini va ishga borish istagi yo‘qligini tushunadi [3].

So‘nish sindromining eng keng tarqalgan modeli 1981-yilda K. Maslach va S. Jekson tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, ular hissiy charchashni uchta asosiy komponentga ajratdilar:

1. Emotsional charchoq nochorlik, umidsizlik, tanazzul, charchoq hissi, energiya tonusi va ish sifatining pasayishi, jismoniy kasalliklarning paydo bo‘lishida namoyon bo‘ladi. Ma’lum bo‘lishicha, his-tuyg‘ulari yo‘q shaxs boshqalarda muammolar va umuman his-tuyg‘ularni keltirib chiqarmaydi.

2. Ikkinchi komponent - depersonalizatsiya, bu boshqalar bilan o‘zgargan munosabatlarda kuzatilishi mumkin. Ba’zilar uchun bu boshqa odamlarga qaramlikning ko‘rinishi, kimdir, aksincha, hech kim bilan muloqot qilishni istamaydi va odamlarga salbiy munosabatda bo‘ladi. Depersonalizatsiya rivojlana boshlaganda, o‘qituvchi bolalarni alohida shaxslar sifatida ko‘rishni to‘xtatadi. O‘qituvchi o‘quvchilardan yomonlik kutgani uchun ulardan uzoqlashadi. Salbiy reaksiyalar aloqa qilishni istamaslik, bolalarga nisbatan kamsituvchi munosabat, ularning iltimoslarini e’tiborsiz qoldirishga olib kelishi mumkin.

3. Oxirgi komponent - qisqartirilgan professional amaliyot. Bu salbiy o‘z-o‘zini tanqid qilish, o‘z kasbi va undagi muvaffaqiyatiga, xizmatdagi fazilatlari va mahoratiga salbiy baho berish yoki o‘z qadr-qimmatini kamsitish, o‘z imkoniyatlarini va boshqalar oldidagi majburiyatlarini kamaytirish orqali ifodalanishi mumkin. Kuchlanish bilan kurashish uchun manbalar har bir insonda turli xil resurs profiliga ega bo‘lib, u professional charchashni yengish va uni yengish yo‘llarini topishga yordam beradi [4].

Shunday qilib, inson hayotda ishdan tashqari juda ko‘p qiziqarli va muhim narsalar borligini tushunadi. Va butunlay boshqacha holat - odam doimiy stressda bo‘lsa, u oilada muammolarga duch keladi, bo‘sh vaqt yetarli emas yoki u o‘zini o‘zi yo‘q qilishga sarflaydi va uning resurslari tugaydi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, kasbiy charchash sindromini aniqlashda turli xil yondashuvlar mavjud. Ushbu hodisa bo‘yicha ba’zi xorijiy va MDH mamlakatlari olimlarining fikrlarini ko‘rib chiqamiz.

1. Gerbert Freydenberger. “Xodimlarning so‘nishi” ortib borayotgan hissiy charchoq bilan tavsiflanadigan holatdir. Bunday holat ko‘pincha “odam–odam” sohasida ishlaydigan mutaxassislarda kuzatiladi.

2. Kristina Maslach. Emotsional charchash - o‘z kasbiy burchlariga befarqlik va g‘azablanishning namoyon bo‘lishi, qadrsizlik hissi bilan birga kechadigan

holatdir. Buning asosiy sababi kasbiy muloqotdan kelib chiqadigan ruhiy va jismoniy ortiqcha ish, emotsional ortiqcha yuklanish hisoblanadi.

3. Boyko V.V. Kasbiy charchash - bu insonning energiya zaxiralaridan tejamkorlik bilan foydalanishga imkon beradigan “funksional stereotip”. Kasbiy so‘nish sindromi nafaqat noqulay bo‘lishi, balki so‘nishning o‘zi konstruktiv bo‘lsa ham, uning oqibatlari salbiy-halokatli bo‘lishi mumkin.

4. Ananev B.G. “Hissiy charchash” - bu salbiy hodisa bo‘lib, u doimiy shaxslararo muloqotni talab qiladigan ijtimoiy ish bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan odamlarda kuzatiladi.

5. Orel V.E. “Ruhiy charchash” murakkab psixofiziologik hodisa bo‘lib, u uzoq davom etadigan hissiy stress tufayli yuzaga keladigan ruhiy charchoq va jismoniy charchoq sifatida tavsiflanadi. U uchta rivojlanish darajasiga ega: individual, shaxslararo va tashkiliy.

6. Vodopyanova N.E. So‘nish - bu psixofiziologik va xulq-atvor komponentlaridan tashkil topgan jarayon bo‘lib, u ish stressiga salbiy reaksiyadir. Doimiy ortiqcha yuklamali va uzoq muddatli ish natijasida stresslarning to‘planishi va insonning hayotiy energiya ta’minotining kamayishi bilan birga keladi.

M. Burishning fikricha, kasbiy so‘nish sindromi jarayonli xarakterga ega bo‘lib, bir qancha progressiv bosqichlar va tegishli bosqichlarni bosib o‘tadi.

So‘nggi yillarda so‘nish sindromi, ayniqsa, ta’lim rahbarlari va o‘qituvchilarining e’tiborini tortmoqda. Bu mutaxassislarning, ayniqsa, “yordamchi” kasblarda, shu jumladan o‘qituvchilik sohasida kasbiy so‘nish sezilmasdan boshlanishi va dastlabki bosqichlarda tashkilot uchun jiddiy muammolarni keltirib chiqarmasligi bilan izohlanadi. Biroq, uzoq muddatda bu jiddiy oqibatlarga olib kelishi va muassasa uchun juda qimmatga tushishi mumkin [5].

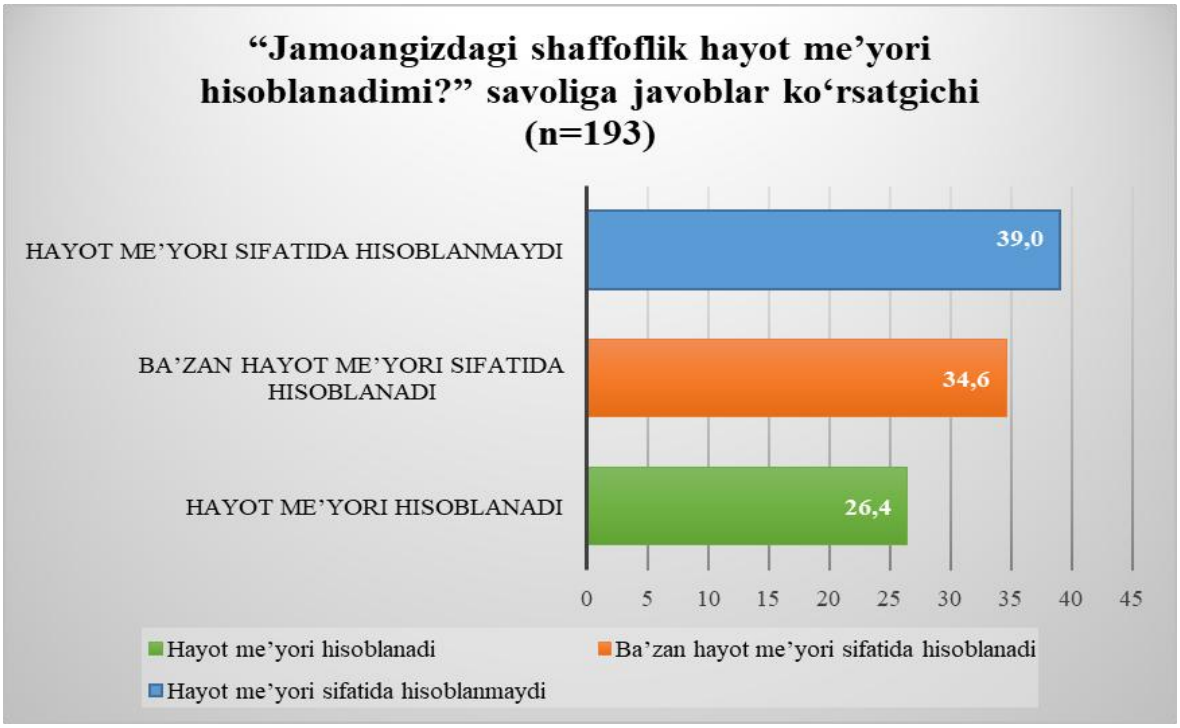
**TAHLIL VA NATIJALAR**

Pedagoglardagi kasbiy so‘nish jarayonini o‘rganish bo‘yicha qator psixometrik metodikalarni o‘tkazdik. Jumladan, kasbiy so‘nish jarayonining ijtimoiy-psixologik omillarini o‘rganish maqsadida o‘zimiz tomonidan ishlab chiqilgan 20 ta savoldan iborat bo‘lgan “Pedagoglarda kasbiy so‘nishning ijtimoiy-psixologik omillari”ni o‘rganish bo‘yicha so‘rovnomadan (IPS) foydalandik.

So‘rovnomadan olingan natijalardan ma’lum bo‘lishicha, pedagoglarda kasbiy so‘nish jarayonining kelib chiqishiga ta’sir etuvchi jamoadagi shaxslararo munosabatlardagi ziddiyatlar, jamiyatda o‘qituvchilik kasbi nufuzining pastligi, maoshning yetarli emasligi, jamoadagi muhitning nosog‘lomligi, jamoa faoliyatida adolatsizliklarning uchrab turishi, jamoadagi shaffoflikning yetarli emasligi, jamoa a’zolaridagi hamkorlikning yetarli emasligi, ish sharoiti, moddiy-maishiy

imkoniyatlarning yaratilmaganligi, pedagogik faoliyatda ish yuklamasining yuqoriligi, o‘quvchilarning tarbiyasi, xulq-atvoridagi nuqsonlar kabi omillar aniqlandi.

Jumladan, “Jamoangizdagi shaffoflik hayot me’yori hisoblanadimi?” savoliga respondentlarning katta qismi “hayot me’yori sifatida hisoblanmaydi” (39,0%) deb baholashgan bo‘lsa, eng past ko‘rsatkichni “ba’zan hayot me’yori sifatida hisoblanadi” (26,4%) javoblari tashkil etgan (1-rasm).




Ko‘rsatkichlarni tahlil qiladigan bo‘lsak, mazkur omillar ham pedagoglarning kasbiy so‘nishiga olib kelayotgan asosiy omillar ekan. Shu sababli biz jamiyatda o‘qituvchilar obro‘-nufuzini oshirishga qaratilgan maqsadli va manzilli targ‘ibot ishlarini kuchaytirishimiz maqsadga muvofiq ekan. So‘rovnoma bo‘yicha qo‘lga kiritilgan empirik natijalarni tahlil qilamiz. Jumladan, “Jamoangizdagi shaffoflik hayot me’yori hisoblanadimi?” savoliga respondentlarning katta qismi “hayot me’yori sifatida hisoblanmaydi” (39,0%) deb baholashgan bo‘lsa, eng past ko‘rsatkichni “ba’zan hayot me’yori sifatida hisoblanadi” (26,4%) javoblarini berishganligi aniqlandi. Yuqoridagi foizlardan ma’lum bo‘lishicha, ko‘pchilik pedagogik jamoalarda shaffoflik, oshkoralik, tanish-bilishchilik va hatto korrupsion holatlarning uchrab turishi holatlari ham pedagoglarda o‘z kasbidan ko‘ngli qolishga, kasbiy so‘nishga olib kelishi mumkinligi ma’lum bo‘ladi.

**XULOSA**

Xulosa qilib aytganda, pedagogik faoliyatdagi kasbiy so‘nish jarayonining ijtimoiy-psixologik omillari muammosini o‘rganish pedagogning kasbiy faoliyati samaradorligiga, qiziqish va motivatsiyasining shakllanishiga imkon beradi va

o‘qituvchilar faoliyatini psixologik-pedagogik jihatdan tashkil etish bo‘yicha tavsiyalarni shakllantirish orqali kasbiy faoliyatda ijtimoiy-psixologik xatarlarning oldini olishga hamda ijtimoiy-psixologik mazmundagi salbiy oqibatlarning oldini olishga yordam beradi.

Shuningdek, pedagoglarning professional o‘zini o‘zi anglashiga, hissiy barqarorlikni ifodalash mas’uliyatini talab qiladigan noaniq vaziyatlarda o‘qituvchining mutanosib qarorlar qabul qilishiga, o‘z-o‘zining ustida ishlash resurslarini shakllantirish orqali o‘qituvchining shaxsiy nizolarini hal qilish bo‘yicha yangi qadriyatlarni egallash jarayonida, ma’naviy va moddiy farovonlikni ta’minlashda, ijtimoiy-psixologik kompetensiyani oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasining “Pedagogning maqomi to‘g‘risida”gi Qonuni, 2024-yil 1-fevral, O‘RQ-901-son // Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. - 2024. - 1-fevral. - № 03/24/901/0082.
2. Botirova D. B. Pedagoglarda kasbiy so‘nish jarayonining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari: psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. - Toshkent, 2024.
3. Botirova D. B. Social Psychological Features of the Process of Professional Stress in Pedagogical Activity // Power System Technology. - 2024. - Vol. 48. - No. 4.
4. Львова Ю. Л. Социально-педагогические проблемы развития профессиональной и общественной активности учителей. - Москва: Сфера, 2012.
5. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа // Вопросы психологии. - 2008.
6. Botirova D. B. Scientific and Theoretical Basics of the Process of Professional Characteristics of the Process of Professional Withdrawal in Educators // Вестник интегративной психологии. - Ярославль, 2023.

| | |
|---|---|
| TA’LIM JARAYONIDA SUN’IY INTELLEKTDAN FOYDALANISHNING IJOBIY VA SALBIY JIHATLARI: TIZIMLI TAHLIL VA STRATEGIK YONDASHUVLAR<br>**Zamira Nishanova** | **6** |
| OG‘ISHGAN XULQLI O‘SMIRLAR BILAN ISHLASHDA MIKRO VA MAKRO MUHIT OMILLARI: MILLIY TARBIYA VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK NAZORAT TIZIMI<br>**Jabborov Xazrat Xusenovich** | **12** |
| XOTIN-QIZLAR MUTAASSIBLIK HOLATINI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK SABABLARI<br>**Akramov Mirmuxsin Rustamovich** | **24** |
| SHAXS INTELLEKTUAL RIVOJLANISHIGA PEDAGOGNING PSIXOLOGIK TA’SIRI<br>**Ashurov Ramzidin Ramazonovich** | **34** |
| PEDAGOGLARDA KASBIY SO‘NISH JARAYONINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARINI O‘RGANISH NATIJALARI<br>**Botirova Dilafro‘z Bozorovna** | **43** |
| OTA-ONA VA O‘SMIRLAR O‘RTASIDAGI O‘ZARO MUNOSABATLARNI GARMONIZATSIYALASHDA AFFILIATSIYA MOTIVATSIYASINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI<br>**Samatova Sevara G‘ayratovna** | **50** |
| STRESSNI YENGIB O‘TISHDA MOTIVATSION VA IRODAVIY RESURSLARNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI<br>**Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich** | **63** |
| NEVROZ TUSHUNCHASINING PSIXOLOGIK TALQINI<br>**Abduraximov Doniyor** | **77** |
| BO‘LAJAK SPORT PSIXOLOGLARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA MOTIVATSION OMILLARNING AHAMIYATI<br>**Rasulov Zokir Pardayevich** | **86** |
| UMUMTA’LIM MAKTABLARI TARIX DARSLARIDA IMMERSIV TEXNOLOGIYALARINI QO‘LLASH<br>**Rasuljon Atamuratov** | **93** |

| | |
|---|---|
| TALABALARIDA AXBOROTNI INTENSIV QABUL QILISH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PEDAGOGIK ZARURATI<br>**Ergashev Bunyod Shokir o‘g‘li** | **100** |
| SIYOSIY NUTQNING O‘RNI VA AHAMIYATI<br>**Xalilova Ruxsora Raupovna** | **110** |
| TALABALARNING SPEAKING KO‘NIKMASINI RIVOJLANTIRISHDA ZAMONAVIY RAQAMLI PLATFORMALARDAN FOYDALANISH<br>**Rasulova Moxira Abdujalilovna** | **117** |
| BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNI MILLATLARARO MULOQOT MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHGA TAYYORLASHNING DIAGNOSTIK MEZONLARI VA KO‘RSATKICHLARI<br>**Atamuratov Dilshod** | **123** |
| USTOZDAN SHOGIRDGA: XALQ OG‘ZAKI IJODINING UZLUKSIZ AN’ANALARI<br>**Karimova Muqaddas Abdisamatovna** | **131** |
| BUXORO AN’ANAVIY ME’MORCHILIGIDA TURAR-JOYLAR<br>**Shamshod Karimov** | **139** |

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

Jurnalda chop etilgan materiallardan to‘liq yoki qisman qayta foydalanilganda **“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar”** ilmiy-amaliy metodologik jurnali manba sifatida ko‘rsatilishi shart.

***

Tahririyatga taqdim etilgan materiallar qaytarilmaydi. Barcha ilmiy maqolalar tahririyat tomonidan dastlabki ko‘rib chiqish, ilmiy ekspertiza va taqriz jarayonidan o‘tkaziladi. Jurnalning mavzu va ilmiy yo‘nalishlariga mos kelmagan, tahririyat tomonidan belgilangan talablar hamda nashr etish mezonlariga javob bermagan maqolalarni nashrga qabul qilmaslik huquqi tahririyatda saqlanadi.

***

**“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar”** ilmiy-amaliy metodologik jurnali O‘zbekiston Respublikasi Raqamli texnologiyalar vazirligi huzuridagi Axborotlashtirish va telekommunikatsiyalar sohasida nazorat inspeksiyasi tomonidan 2026-yil 5-mayda davlat ro‘yxatidan o‘tkazilgan hamda 1564147-sonli guvohnoma asosida faoliyat yuritadi.

***

Yuborilgan barcha maqolalar “Antiplagiat” tizimida tekshiriladi hamda ilmiy ekspertiza va ikki tomonlama anonim taqriz (Double-Blind Peer Review) jarayonidan o‘tkaziladi. Jurnalda nashr etilgan materiallarning mazmuni, keltirilgan ma’lumotlar, ilmiy natijalar va foydalanilgan manbalarning ishonchliligi hamda to‘g‘riligiga muallif(lar) mas’ul hisoblanadi.

***

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

***

**Muassis:** “Fanlararo ilmiy tadqiqotlar” MCHJ
“Fanlararo ilmiy tadqiqotlar” MCHJ nashriyotida nashrga tayyorlandi va jurnalning rasmiy veb-saytiga joylashtirildi
Tahririyat manzili: Toshkent shahri, Sergeli tumani, Yangi Bunyodobod MFY, 8-uy
Rasmiy veb-sayt: https://fanlararotadqiqotlar.uz/index.php/ft
E-mail: publisher@fanlararotadqiqotlar.uz