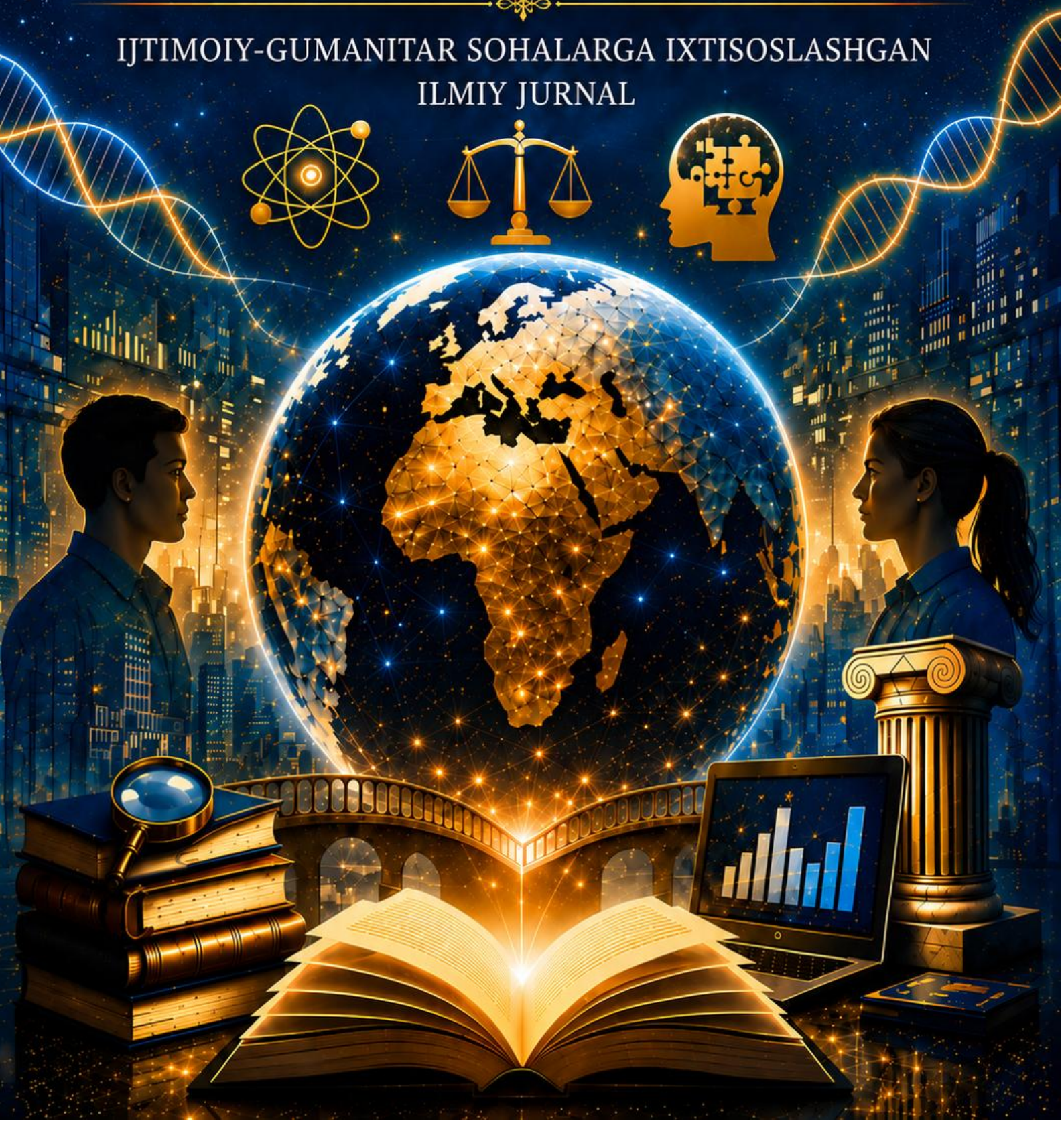
№6 2026

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




# №6 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
**Ravshanov Lochinbek Urinovich** – 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
**Равшанов Лочинбек Уринович** – 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
**Ravshanov Lochinbek Urinovich** – 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 Zoyirovna

**English language editor**
Abduraximov Doniyor Abdusaid ugli

**UDK: 159-942**

# QANDLI DIABETGA CHALINGAN SHAXSLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIK VA INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNING O‘ZARO ALOQADORLIGI

**Sadikova Umida Botirovna**
Ma’mun universiteti Psixologiya kafedrasi
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
email: usadikova74@gmail.com
Tel: (94) 230-86-88

UrDU psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa fanlari doktori (PhD),
dotsent **E.R.Raximova** taqrizi asosida

**Annotatsiya**. Ushbu maqola diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganishga qaratilgan. Tadqiqotning dolzarbligi butun dunyo bo‘ylab diabetning tarqalishining ortishi va samarali kasalliklarni boshqarishda psixososyal omillarning tobora ko‘proq tan olinishi bilan bog‘liq. Shaxsiy xususiyatlarning hissiy barqarorlik bilan qanday bog‘liqligini tushunish individual psixologik aralashuvlarni rivojlantirishga, bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga va o‘zini o‘zi boshqarish va tibbiy tavsiyalarga rioya qilishni kuchaytirishga yordam berishi mumkin. Ushbu tadqiqot natijalari psixologlar, sog‘liqni saqlash sohasi mutaxassislari va ko‘p tarmoqli diabetga qarshi kurash guruhlari uchun qimmatli tushunchalar berishi kutilmoqda.

**Kalit so‘zlar**. Qandli diabet, hissiy barqarorlik, shaxsiy xususiyatlar, psixologik farovonlik, surunkali kasallik, o‘zini o‘zi boshqarish.

# THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL STABILITY AND INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS IN INDIVIDUALS WITH DIABETES MELLITUS

**Abstract**. This article aims to investigate the relationship between emotional stability and personality traits in patients with diabetes. The relevance of the study is due to the increasing prevalence of diabetes worldwide and the increasing recognition of psychosocial factors in effective disease management. Understanding how personality traits are associated with emotional stability may help develop individual psychological interventions, improve patients’ quality of life, and enhance self-management and adherence to medical recommendations. The results of this

study are expected to provide valuable insights for psychologists, health professionals, and multidisciplinary diabetes management teams.

**Keywords:** Diabetes, emotional stability, personality traits, psychological well-being, chronic disease, self-management.

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ У ЛИЦ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

**Аннотация**. Цель данной статьи - исследовать взаимосвязь между эмоциональной стабильностью и личностными чертами у пациентов с диабетом. Актуальность исследования обусловлена растущей распространенностью диабета во всем мире и растущим признанием психосоциальных факторов в эффективном лечении заболевания. Понимание того, как личностные черты связаны с эмоциональной стабильностью, может помочь в разработке индивидуальных психологических вмешательств, улучшении качества жизни пациентов, а также в повышении эффективности самоконтроля и соблюдении медицинских рекомендаций. Ожидается, что результаты этого исследования предоставят ценную информацию для психологов, медицинских работников и междисциплинарных групп по лечению диабета.

**Ключевые слова:** Диабет, эмоциональная стабильность, личностные черты, психологическое благополучие, хроническое заболевание, самоконтроль.

### KIRISH

Qandli diabet butun dunyoda eng keng tarqalgan surunkali kasalliklardan biri bo‘lib, uzoq muddatli metabolik disregulyatsiya va doimiy o‘zini o‘zi boshqarish zarurati bilan tavsiflanadi. Fiziologik oqibatlaridan tashqari, diabet bemorlarning hissiy holatiga va umumiy hayot sifatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin bo‘lgan jiddiy psixologik muammolarni keltirib chiqaradi. Hissiy barqarorlik shaxsning stressli hayot sharoitlariga moslashish, his-tuyg‘ularni tartibga solish va surunkali kasallik mavjud bo‘lganda psixologik muvozanatni saqlash qobiliyatini belgilovchi asosiy psixologik omil hisoblanadi.

Qandli diabet bilan og‘rigan bemorlar ko‘pincha xavotir, asabiylashish, asoratlardan qo‘rqish va depressiv alomatlar kabi hissiy o‘zgarishlarni boshdan kechiradilar. Bu hissiy buzilishlar qaror qabul qilishga xalaqit berishi, davolanishga rioya qilish uchun motivatsiyani pasaytirishi va glikemik nazoratga salbiy ta’sir

ko‘rsatishi mumkin. Shu bilan birga, shaxsiy xususiyatlardagi individual farqlar bemorlarning kasalliklarini qanday qabul qilishiga, stressga qanday munosabatda bo‘lishiga va kurashish strategiyalaridan foydalanishiga ta’sir qiladi. Nevrotizm, vijdonlilik, ekstraversiya va hissiy bardoshlilik kabi xususiyatlar hissiy tartibga solish va sog‘liq bilan bog‘liq xatti-harakatlarda muhim rol o‘ynashi ko‘rsatilgan.

Qandli diabetning psixologik jihatlariga tobora ko‘proq e’tibor qaratilishiga qaramay, diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik, ayniqsa integrativ psixologik baholash nuqtai nazaridan, yetarlicha o‘rganilmagan. Ushbu bog‘liqlikni o‘rganish kasallikni samarali boshqarishga yordam beradigan psixologik xavf omillari va himoya resurslarini aniqlash uchun juda muhimdir. Shuning uchun, ushbu tadqiqot diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qilishga qaratilgan bo‘lib, diabetni davolashga shaxsiylashtirilgan va psixologik jihatdan xabardor yondashuvning muhimligini ta’kidlaydi.

## MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlarni o‘rganish zamonaviy sog‘liqni saqlash psixologiyasi va psixosomatik tadqiqotlarda muhim o‘rin tutadi. Xalqaro tadqiqotlar diabet nafaqat metabolik kasallik, balki psixologik stress, hissiy beqarorlik va uzoq muddatli moslashish qiyinchiliklari bilan chambarchas bog‘liq holat ekanligini ta’kidlaydi[1]. Hissiy barqarorlik, ayniqsa, doimiy o‘zini o‘zi boshqarish va turmush tarzini o‘zgartirishni talab qiladigan surunkali kasalliklarda psixologik bardoshlilikning asosiy ko‘rsatkichi hisoblanadi.

L.Fisher va boshqalar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar[2] klinik depressiyadan farq qiladigan, ammo hissiy muvozanat va o‘zini o‘zi boshqarish xatti-harakatlariga sezilarli darajada ta’sir qiluvchi diabet bilan bog‘liq stress tushunchasini ta’kidlaydi. Qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy beqarorlik asoratlardan qo‘rqish, davolanishdan charchoq va nazoratni yo‘qotish hissi bilan bog‘liq. Bu hissiy qiyinchiliklar kasalliklarni samarali boshqarishga xalaqit berishi va hayot sifatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Shaxsiy xususiyatlar bemorlarning surunkali kasallikka hissiy jihatdan qanday munosabatda bo‘lishini aniqlashda markaziy rol o‘ynaydi. P.T.Kosta va R.R.McCraening besh faktorli modeliga ko‘ra, nevrotizm hissiy beqarorlik, xavotir va stressga moyillik bilan kuchli bog‘liq, vijdonlilik esa o‘zini o‘zi tarbiyalash, hissiy tartibga solish va tibbiy tavsiyalarga rioya qilishga hissa qo‘shadi[3,4]. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori vijdonli bemorlar hissiy jihatdan yaxshiroq moslashishni va o‘zini o‘zi parvarish qilishda barqarorroq xatti-harakatlarni namoyon etadilar.

Xalqaro tadqiqotlardan tashqari, o‘zbek psixologik adabiyoti shaxsiyat rivojlanishi, hissiy tartibga solish va sog‘liq bilan bog‘liq xatti-harakatlar bo‘yicha qimmatli nazariy va amaliy tushunchalarni taqdim etadi. O‘zbek olimlari hissiy barqarorlik individual psixologik xususiyatlar va ijtimoiy-ekologik omillarning o‘zaro ta’siri orqali shakllanishini ta’kidlaydilar[5]. Shu nuqtai nazardan, diabet kabi surunkali kasalliklar hissiy sohaga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi va vaqt o‘tishi bilan shaxsiyat xususiyatlarini o‘zgartirishi mumkin.

V.M.Karimova[6] hissiy o‘zini o‘zi boshqarish va stressga chidamlilik shaxs yetukligi va psixologik farovonlikning muhim tarkibiy qismlari ekanligini ta’kidlaydi. Surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarda hissiy tartibga solishning yetarli emasligi xavotirning kuchayishiga va moslashuvchanlikning pasayishiga olib kelishi mumkin. Xuddi shunday, M.M.Mamatov[7] uzoq muddatli sog‘liq muammolari bo‘lgan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishda shaxsiy xususiyatlarni hisobga olish muhimligini ta’kidlaydi va individual yondashuvlar psixologik aralashuvlar samaradorligini oshirishini ta’kidlaydi.

Tibbiy va sog‘liqni saqlash psixologiyasi bo‘yicha o‘zbek tadqiqotlari ham psixologik baholashni tibbiy amaliyotga integratsiya qilish zarurligini ta’kidlaydi. A.R.Rasulovning [8] fikriga ko‘ra, surunkali kasalliklarga chalingan bemorlarda hissiy beqarorlik ko‘pincha davolash natijalariga sezilarli ta’sir ko‘rsatishiga qaramay, yetarlicha baholanmaydi. Bu diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlarni xalqaro va milliy tadqiqot kontekstlarida o‘rganishning dolzarbligini ta’kidlaydi. Ko‘rib chiqilgan adabiyotlar diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik shaxsiy xususiyatlar va psixososyal omillar bilan chambarchas bog‘liqligini ko‘rsatadi. Xalqaro tadqiqotlar bu munosabatlar bo‘yicha empirik dalillarni taqdim etsa-da, o‘zbek psixologik tadqiqotlari qimmatli nazariy asoslar va madaniy jihatdan tegishli nuqtai nazarlarga hissa qo‘shadi. Ikkala manbaning integratsiyasi diabetga moslashishning hissiy va shaxsiyat bilan bog‘liq jihatlarini yanada kengroq tushunish imkonini beradi.

Ushbu tadqiqotda qandli diabet tashxisi qo‘yilgan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganish uchun miqdoriy, kesma tadqiqot dizayni qo‘llanildi. Ushbu metodologik yondashuv psixologik xususiyatlar bo‘yicha ob’ektiv va o‘lchanadigan ma’lumotlarni olish va o‘rganilayotgan o‘zgaruvchilar o‘rtasidagi statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqliklarni aniqlash uchun tanlangan. Tadqiqot psixologik tadqiqotning axloqiy tamoyillariga muvofiq, ixtiyoriy ishtirok etish, xabardor rozilik va respondentlarning shaxsiy ma’lumotlarining maxfiyligini ta’minlash asosida olib borildi.

Tadqiqot namunasi ambulatoriya yoki statsionar tibbiy yordam olayotgan diabet tashxisi qo‘yilgan bemorlardan iborat edi. Ishtirokchilar maqsadli namunalar yordamida tanlandi, inklyuziya mezonlari diabetning tasdiqlangan tibbiy tashxisi, psixologik moslashuv jarayonlari sodir bo‘lishi uchun etarli bo‘lgan minimal kasallik davomiyligi va og‘ir kognitiv buzilishlar yoki o‘tkir ruhiy kasalliklarning yo‘qligi kabi mezonlarni o‘z ichiga oldi. Ushbu mezonlar ishtirokchilarning ishonchli o‘z-o‘zini hisobot qilish ma’lumotlarini taqdim eta olishlarini va natijalar vaqtinchalik hissiy holatlar o‘rniga barqaror psixologik xususiyatlarni aks ettirishini ta’minladi.

Ma’lumotlarni to‘plash sog‘liqni saqlash va shaxsiyat psixologiyasida keng qo‘llaniladigan standartlashtirilgan psixodiagnostika vositalaridan foydalangan holda amalga oshirildi. Emotsional barqarorlik shaxslarning emotsional reaksiyalarni boshqarish, psixologik muvozanatni saqlash va stressga dosh berish qobiliyatini baholaydigan tasdiqlangan emotsional tartibga solish va affektiv muvozanat o‘lchovlari orqali baholandi. Shaxsiy xususiyatlar nevrotizm, vijdonlilik, ekstravertlik, rozilik va tajribaga ochiqlik kabi asosiy o‘lchovlarni baholaydigan Besh faktorli modelga asoslangan shaxsiyat inventarizatsiyasi yordamida o‘lchandi. Standartlashtirilgan vositalardan foydalanish olingan ma’lumotlarning ishonchliligi va haqiqiyligini oshirdi.

Statistik ma’lumotlar tahlili emotsional barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi munosabatlarni o‘rganish uchun tegishli usullar yordamida amalga oshirildi. Namunaning asosiy xususiyatlarini va o‘zgaruvchilarning taqsimlanishini umumlashtirish uchun tavsiflovchi statistika qo‘llanildi. Emotsional barqarorlik va o‘ziga xos shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikning kuchi va yo‘nalishini aniqlash uchun korrelyatsiya tahlili qo‘llanildi. Kerak bo‘lgan hollarda, klinik yoki demografik omillarga asoslangan holda kichik guruhlar orasidagi farqlarni o‘rganish uchun qo‘shimcha qiyosiy tahlillar o‘tkazildi. Statistik ahamiyat darajasi umumiy qabul qilingan ilmiy standartlarga muvofiq belgilandi. Tanlangan metodologiya diabetning psixologik o‘lchamlarini o‘rganish uchun tizimli va ishonchli asos yaratdi. Emotsional va shaxsiy baholashlarni birlashtirish orqali tadqiqot surunkali kasallikka moslashishga ta’sir qiluvchi psixososyal omillarni chuqurroq tushunishga hissa qo‘shish va diabet bilan og‘rigan bemorlar uchun individual psixologik aralashuvlarni ishlab chiqishni qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan.

**TAHLIL VA NATIJALAR**

Tadqiqot natijalari qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va o‘ziga xos shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi muhim bog‘liqlikni aniqladi. Tavsif tahlili shuni ko‘rsatdiki, ishtirokchilarning katta qismi o‘rtacha va past darajadagi hissiy barqarorlikni namoyish etdi, bu uzoq muddatli kasalliklarni boshqarish bilan

bog‘liq psixologik yukni va o‘zini o‘zi boshqarishga doimiy ehtiyojni aks ettirishi mumkin. Hissiy tebranishlar, ayniqsa, kasallikning uzoq davom etishi bilan og‘rigan va davolash tavsiyalariga rioya qilishda qiyinchiliklar haqida xabar bergan bemorlarda aniq ko‘rindi.

**1-jadval. Qandli diabetli bemorlarda emotsional barqarorlik va shaxs xususiyatlari o‘zaro bog‘liqligi**

| Shaxs xususiyati | Emotsional barqarorlik darajasi | Qisqa tavsif |
|---|---|---|
| Mas’uliyatlilik | Yuqori | Davolanish rejimiga qat’iy rioya qilish bilan bog‘liq |
| Optimistiklik | O‘rtacha | Kasallikka moslashishda ijobiy ruhiy holatni qo‘llab-quvvatlaydi |
| Impulsivlik | Past | Hissiy beqarorlikni kuchaytirishi mumkin |
| Tashvishchanlik | Past-o‘rtacha | Stress holatlariga sezgirlikni oshiradi |

Jadval diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik ularning shaxsiy xususiyatlari bilan chambarchas bog‘liqligini ko‘rsatadi. Kuchli mas’uliyatli bemorlarda yuqori hissiy barqarorlik kuzatiladi, chunki ular davolash rejalariga ko‘proq rioya qilishadi. Optimist shaxslar o‘rtacha darajadagi hissiy barqarorlikni namoyon etadilar, bu ularga kasalliklariga ijobiyroq moslashishga yordam beradi. Aksincha, impulsivlik pastroq hissiy barqarorlik bilan bog‘liq va hissiy nomutanosiblikni kuchaytirishi mumkin. Xuddi shunday, xavotirga moyil bemorlar stress va sog‘liq bilan bog‘liq tashvishlarga yuqori sezgirliklari tufayli hissiy barqarorlikning pasayishini ko‘rsatadilar.

Korrelyatsiya tahlili hissiy barqarorlik va nevrotizm o‘rtasida kuchli salbiy bog‘liqlikni ko‘rsatdi. Nevrotizm darajasi yuqori bo‘lgan bemorlarda hissiy beqarorlikning kuchayishi kuzatildi, bu esa yuqori xavotir, asabiylashish va stressga moyillik bilan tavsiflanadi. Bu topilma nevrotizm surunkali kasallik sharoitida hissiy disregulyatsiya uchun asosiy xavf omili ekanligini ko‘rsatadigan oldingi tadqiqotlar bilan mos keladi. Qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarda yuqori darajadagi nevrotizm kasallik bilan bog‘liq xavotirlarni kuchaytirishi va qon glyukoza darajasining o‘zgarishiga hissiy reaktsiyalarni kuchaytirishi, shu bilan psixologik moslashuvni murakkablashtirishi mumkin.

Tajribaga ochiqlik hissiy barqarorlik bilan zaifroq, ammo mazmunli munosabatni ko‘rsatdi. Yuqori ochiqlikka ega bemorlar turmush tarzi o‘zgarishlariga

moslashishda ko‘proq moslashuvchan va psixologik ta’lim va xulq-atvor aralashuvlariga ko‘proq moyil bo‘lib ko‘rindi. Bu moslashuvchanlik shaxslarga yangi kurashish strategiyalarini kundalik ishlariga integratsiya qilish imkonini berish orqali hissiy tartibga solishni yaxshilashga hissa qo‘shishi mumkin.

Topilmalar muhokamasi diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlikning murakkab va ko‘p o‘lchovli tabiatini ta’kidlaydi. Kuzatilgan assotsiatsiyalar shuni ko‘rsatadiki, hissiy barqarorlik shunchaki o‘tkinchi hissiy holat emas, balki barqaror shaxsiyat xususiyatlariga chuqur ildiz otgan. Bu natijalar surunkali kasalliklarga moslashishni biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir sifatida ko‘rib chiqadigan psixosomatik va sog‘liqni saqlash psixologiyasi doiralariga mos keladi. Amaliy nuqtai nazardan, topilmalar diabet bilan og‘rigan bemorlar uchun psixologik yordam dasturlariga shaxsiyatni baholashni kiritish muhimligini ta’kidlaydi. Yuqori nevrotiklik va past vijdonli shaxslarni aniqlash klinisyenlarga hissiy beqarorlik va o‘zini o‘zi boshqarishning sustligi xavfi yuqori bo‘lgan bemorlarni aniqlashga yordam berishi mumkin.

Emotsional tartibga solish ko‘nikmalari, stressni boshqarish va shaxsga asoslangan yengish strategiyalariga qaratilgan maxsus psixologik aralashuvlar ham hissiy farovonlikni, ham kasallik natijalarini yaxshilashi mumkin. Xulosa qilib aytganda, ushbu tadqiqot natijalari diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlikni shakllantirishda shaxsiy xususiyatlarning ahamiyatini ta’kidlaydigan dalillarning ko‘payishiga hissa qo‘shadi. Ushbu psixologik jihatlarni hal qilish orqali tibbiyot xodimlari diabetga qarshi kurashda yanada yaxlit va individual yondashuvni qo‘llashlari mumkin, natijada bemorlarning hayot sifatini va surunkali kasalliklarga uzoq muddatli moslashuvini yaxshilaydi.

**XULOSA**

Maqola diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganib chiqdi va surunkali kasalliklarga moslashishning psixologik jihatlarini ta’kidladi. Topilmalar shuni ko‘rsatadiki, hissiy barqarorlik barqaror shaxsiy xususiyatlar bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, psixologik omillar shaxslarning diabetni qanday qabul qilishi, boshqarishi va moslashishida muhim rol o‘ynashini tasdiqlaydi. Hissiy beqarorlik yuqori darajadagi nevrotizmga ega bemorlarda ko‘proq namoyon bo‘lganligi aniqlandi, vijdonlilik, ekstravertlik va kelishuv kabi xususiyatlar esa yaxshiroq hissiy tartibga solish va psixologik barqarorlik bilan bog‘liq edi.

Topilmalarga asoslanib, bir nechta amaliy tavsiyalar taklif qilinishi mumkin. Birinchidan, diabet bilan og‘rigan bemorlarni muntazam psixologik skrining qilish hissiy barqarorlik va asosiy shaxsiy xususiyatlarni baholashni o‘z ichiga olishi kerak, bu esa hissiy stress xavfi ostida bo‘lgan shaxslarni aniqlashga imkon beradi.

Ikkinchidan, psixologik aralashuvlar bemorlarning shaxsiy profillariga moslashtirilishi kerak, bunda yuqori nevrotiklikka ega bo‘lgan shaxslarda hissiy tartibga solish ko‘nikmalarini mustahkamlashga va vijdonliligi past bo‘lganlarda o‘zini o‘zi boshqarish strategiyalarini takomillashtirishga alohida e’tibor qaratiladi.

Uchinchidan, psixota’lim, stressni boshqarish usullari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash dasturlarini diabetni davolash rejalariga integratsiya qilish hissiy farovonlikni yaxshilashi va kasallikka uzoq muddatli moslashishni osonlashtirishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, ushbu tadqiqot hissiy barqarorlik va shaxsiy xususiyatlarni diabetni boshqarishning ajralmas komponentlari sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ta’kidlaydi. Kelajakdagi tadqiqotlar ushbu o‘zgaruvchilar o‘rtasidagi uzoq muddatli munosabatlarni o‘rganishi va diabet bilan og‘rigan bemorlar uchun ham psixologik, ham klinik natijalarni yaxshilashda shaxsiyatga asoslangan psixologik aralashuvlarning samaradorligini o‘rganishi kerak.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Anderson R.J., Freedland K.E., Clouse R.E., Lustman P.J. Qandli diabet bilan og‘rigan kattalarda komorbid depressiyaning tarqalishi: meta-tahlil // Diabetes Care. 2001. 24-jild, № 6. P. 1069-1078.
2. Fisher L., Mullan J.T., Arean P., Glasgow R.E., Hessler D., Masharani U. Diabet bilan bog‘liq qiyinchilik, ammo klinik depressiya yoki depressiv alomatlar emas, balki ham kesma, ham bo‘ylama tahlillarda glikemik nazorat bilan bog‘liq // Diabetes Care. 2010. 33-jild, № 1. P. 23-28.
3. Kosta P.T., McCrae R.R. Qayta ko‘rib chiqilgan NEO shaxsiyat inventarizatsiyasi (NEO PI-R) va NEO besh omilli inventarizatsiyasi (NEO-FFI): Professional qo‘llanma. Odessa, FL: Psixologik baholash manbalari, 1992. 101 p.
4. Bogg T., Roberts B.V. Vijdonlilik va salomatlik bilan bog‘liq xatti-harakatlar: o‘limga olib keladigan etakchi xatti-harakatlarning meta-tahlili // Psixologik xabarnoma. 2004. jild. 130, № 6. B. 887-919.
5. G‘oziyev E.G‘. Shaxs psixologiyasi. Toshkent: O‘qituvchi, 2003. 240 b.
6. Karimova V.M. Psixologiya. Toshkent: Fan va texnologiya, 2016. 312 b.
7. Mamatov M.M. Tibbiy psixologiya asoslari. Toshkent: Innovatsiya, 2019. 198 b.
8. Rasulov A.R. Surunkali tibbiy yordam moslashuv muammolari // Psixologiya ilmiy jurnali. 2020. № 2. B. 45-52.

| | |
|---|---|
| SPONTANEOUS ONLINE SHOPPING AS A STRESS-COPING MECHANISM<br>Alena Garber.,<br>Railya Kereyeva | 6 |
| HARBIY XIZMATCHILAR FAOLIYATIDA IJOBIY IMIJINING PSIXOLOGIK JIHATLARI<br>Ravshanov Lochinbek Urinovich | 14 |
| ALFRED ADLER INDIVIDUAL PSIXOLOGIYASIDA SHAXS SIBLING MAQOMI TALQINI<br>G‘ayibova Nargiza Anorbayevna | 20 |
| QANDLI DIABETGA CHALINGAN SHAXSLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIK VA INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNING O‘ZARO ALOQADORLIGI<br>Sadikova Umida Botirovna | 27 |
| O‘QITUVCHILARDA KASBIY STRESSNING YUZAGA KELISHIGA TA’SIR ETUVCHI INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK OMILLAR<br>Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna | 35 |
| OLIY TA’LIMDA SOG‘LOM PSIXOLOGIK MUHITNI SHAKLLANTIRISHNING ASOSIY OMILLARI<br>Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi | 43 |
| O‘SMIRLIK DAVRIDA INKLYUZIV TA’LIM MUHITIDA IJTIMOIY TOLERANTLIKNING PSIXOLOGIK MOHIYATI<br>Mirsidikova Aziza Mirvohidovna | 50 |
| HARBIY XIZMATCHILARDA KASBIY DEFORMATSIYANI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK TEXNOLOGIYALARI<br>Qodirov G‘olibjon Tolibjon o‘g‘li | 63 |
| TA’LIM JARAYONIDA DEONTOLOGIK TAMOYILLAR ASOSIDA NIZOLARNI BOSHQARISH<br>Mirzayeva Faroxat Odiljonovna | 70 |
| PEDAGOGIK TAFAKKUR TARIXIDA FIKR TARBIYASI: YONDASHUVLAR VA ZAMONAVIY TA’LIMDA QO‘LLANISH IMKONIYATLARI<br>Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna | 78 |

| | |
|---|---|
| KREATIV YONDASHUV ASOSIDA BO‘LAJAK INGLIZ TILI O‘QITUVCHILARINING LINGVOMETODIK KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH<br>**Yuldasheva Umida Maxmudovna** | **85** |
| KURSANT VA TALABALARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH VA EKSTREMAL SHAROITLARDA HARAKAT QILISH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING INNOVATSION YONDASHUVLARI<br>**Yulliyev Nuriddin Jumanazarovich** | **92** |
| SUN’IY INTELLEKTDAN FOYDALANGAN HOLDA TIBBIYOT OLIY TA’LIM MUASSASALARI TALABALARINING AXBOROT KOMPETENTSIYALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI ISHLAB CHIQISH TEXNOLOGIYASI<br>**Sayfullaeva Dilbar Izzatillaevna** | **101** |
| KASBIY MADANIYATSHUNOSLIK KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHDA KOMPETENSIYAVIY YONDASHUVNING IMKONIYATLARI<br>**Komiljonova Mohinur Alllabergan qizi** | **110** |
| “TARBIYA” DARSLARIDA RAQAMLI HIKOYALAR ORQALI O‘QUVCHILARDA HALOLLIK, MAS’ULIYAT VA MEHR-OQIBAT FAZILATLARINI SHAKLLANTIRISH<br>**Abdullayeva Surayyo Babojonovna** | **119** |
| O‘ZBEKISTONDA KIMYO O‘QITISH METODIKASINING SHAKLLANISHI VA TARIXIY TARAQQIYOTI<br>**Sulaymonqulov Islomjon** | **131** |
| GLOBALLASHUV SHAROITIDA IJTIMOIY HIMOYA TERMINOLOGIYASINING TRANSFORMATSIYASI VA UNI MILLIY TERMIN SHAKLIDA TAKOMILLASHTIRISH MUAMMOLARI<br>**Elmirzayeva Maftuna Do‘smurod qizi** | **136** |

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINI SHE’RIY ASARLAR TAHLILIGA TAYYORLASHNING ILMIY-METODIK ASOSLARI 145
Mullayeva Madina Qudratovna