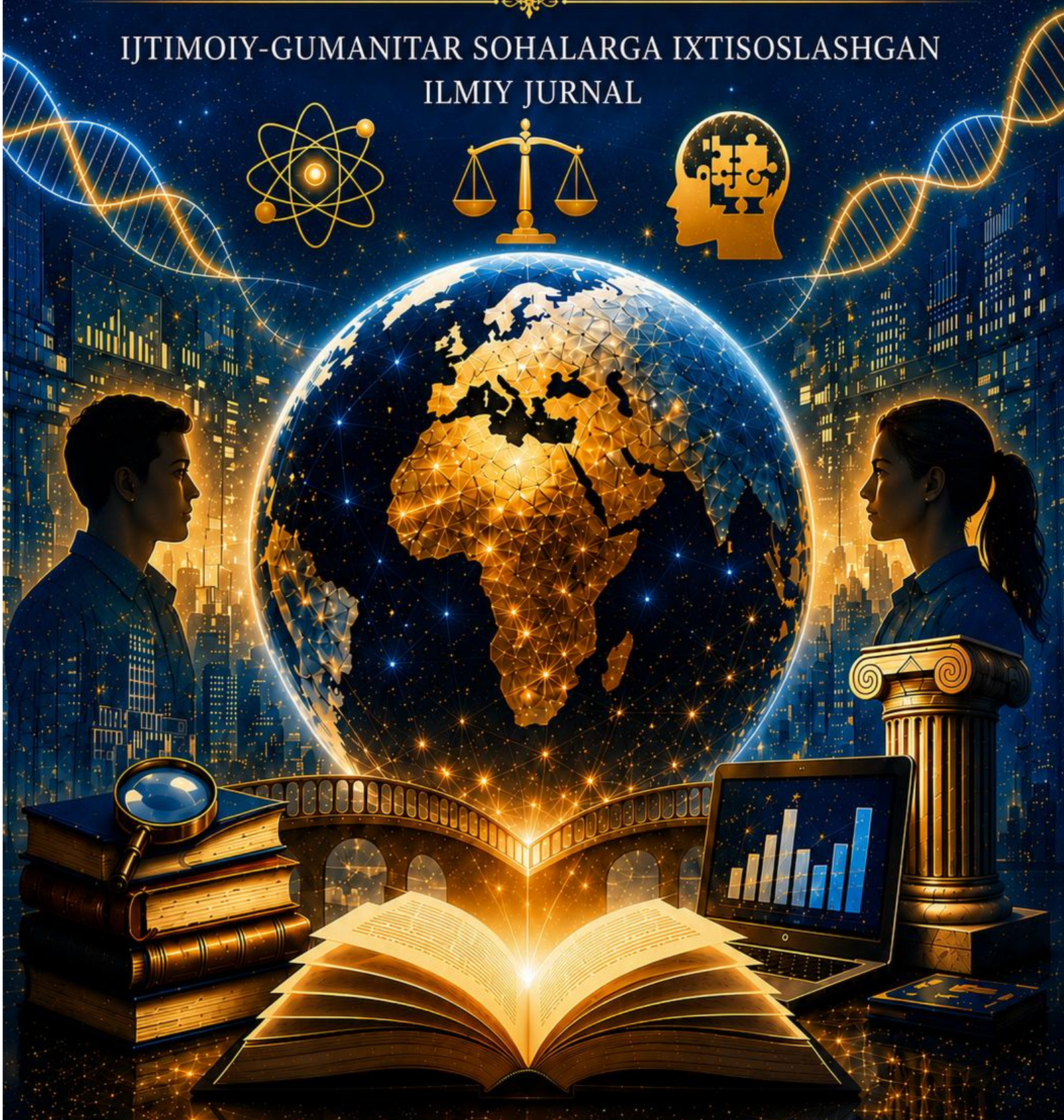
№2 2026

ISSN-L: 3093-9240

FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR

IJTIMOIY-GUMANITAR SOHALARGA IXTISOSLASHGAN ILMIY JURNAL



FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR

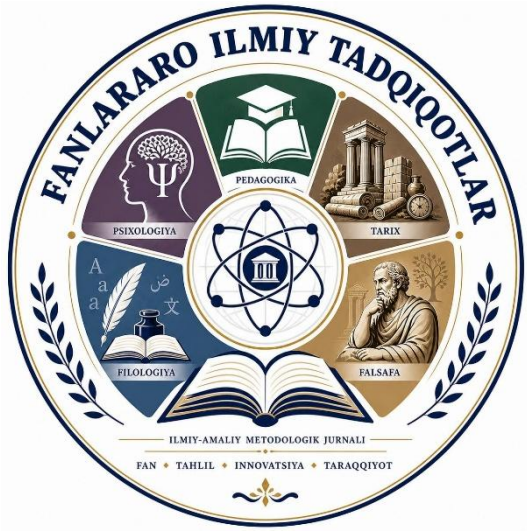
ilmiy-amaliy metodologik jurnal

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

научно-практический и методологический журнал

INTERDISCIPLINARY SCIENTIFIC RESEARCH

scientific-practical and methodological journal



№2 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

YOSHLAR HUQUQIY ONGINI SHAKLLANTIRISH – HUQUQIY NIGILIZMGA QARSHI KURASHNING USTUVOR OMILI

Turdiyev Bexruz Sobirovich
Buxoro davlat universiteti Tarix va yuridik fakulteti Ijtimoiy-siyosiy fanlar kafedrasi professori, f.f.d. (DSc)
b.s.turdiev@buxdu.uz

Annotatsiya. Mazkur maqolada O‘zbekiston Respublikasida yoshlar orasida huquqiy nigilizmning oldini olishning ustuvor yo‘nalishlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Huquqiy madaniyatni yuksaltirish demokratik huquqiy davlat va fuqarolik jamiyatini barpo etishning muhim sharti sifatida asoslab berilgan. Muammo sakkizta ustuvor yo‘nalish, jumladan, oilada huquqiy tarbiya, mahalla institutining roli, ta’lim muassasalarida huquqiy savodxonlikni oshirish, davlat xizmatchilarining huquqiy madaniyatini rivojlantirish, aholining barcha qatlamlarini qamrab olish, huquqiy targ‘ibotning innovatsion usullarini joriy etish, ommaviy axborot vositalarining imkoniyatlaridan foydalanish hamda yuridik ta’limni takomillashtirish doirasida yoritilgan. Tadqiqotda normativ-huquqiy hujjatlar va statistik ma’lumotlar asosida huquqiy nigilizmni bosqichma-bosqich bartaraf etishning asosiy yo‘llari va mexanizmlari umumlashtirilgan.

Kalit so‘zlar: huquqiy nigilizm, huquqiy madaniyat, huquqiy ong, yoshlar, huquqiy tarbiya, huquqiy savodxonlik, demokratik huquqiy davlat, fuqarolik jamiyati.

Аннотация. В данной статье проведён научно-теоретический анализ приоритетных направлений профилактики правового нигилизма среди молодёжи Республики Узбекистан. Повышение уровня правовой культуры рассматривается как необходимое условие построения демократического правового государства и гражданского общества. Проблема исследуется в рамках восьми приоритетных направлений, включая правовое воспитание в семье, роль института махалли, повышение правовой грамотности в образовательных учреждениях, развитие правовой культуры государственных служащих, охват всех слоёв населения, внедрение инновационных методов правового просвещения, использование возможностей средств массовой информации, а также совершенствование юридического образования. На основе нормативно-правовых актов и статистических данных обобщены основные пути и механизмы поэтапного преодоления правового нигилизма.

Ключевые слова: правовой нигилизм, правовая культура, правосознание, молодёжь, правовое воспитание, правовая грамотность, демократическое правовое государство, гражданское общество.

Abstract. This article presents a scientific and theoretical analysis of the priority directions for preventing legal nihilism among young people in the Republic of Uzbekistan. The enhancement of legal culture is substantiated as an essential prerequisite for building a democratic law-governed state and a strong civil society. The issue is examined through eight priority directions, including legal upbringing within the family, the role of the mahalla institution, the promotion of legal literacy in educational institutions, the development of legal culture among public officials, the inclusion of all segments of the population, the introduction of innovative methods of legal awareness-raising, the effective use of mass media, and the improvement of legal education. Drawing upon normative legal acts and statistical data, the study summarizes the principal approaches and mechanisms for the gradual elimination of legal nihilism.

Keywords: legal nihilism, legal culture, legal consciousness, youth, legal upbringing, legal literacy, democratic law-governed state, civil society.

KIRISH

O‘zbekiston Respublikasida yoshlar orasida huquqiy nigilizm muammosi ijtimoiy-huquqiy taraqqiyotning dolzarb masalalaridan biriga aylanib bormoqda. Demokratiya va ijtimoiy adolat tamoyillari Konstitutsiyada mustahkamlangan bo‘lib, ushbu tamoyillarning amaliyotga tatbiq etilishi ko‘p jihatdan fuqarolarning, xususan, yoshlarning huquqiy ongi darajasiga bog‘liq. Shu bois yoshlar orasida huquqiy madaniyatni yuksaltirish hamda konstitutsiyaviy huquq va erkinliklarni kafolatli ta’minlash shaxs, jamiyat va davlat o‘rtasidagi munosabatlarning sifatli rivojlanishi uchun zaruriy shart sifatida maydonga chiqmoqda.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Huquqiy nigilizm va huquqiy madaniyat muammolari N.I. Matuzov, V.A. Tumanov, A. Saidov, U. Tadjixanov, X. Odilqoriyev, N. Xasanov, A. Xolov va B. Sharapovlarning tadqiqotlarida o‘rganilgan. Biroq yoshlar huquqiy ongini shakllantirishning ustuvor yo‘nalishlari yaxlit tizim sifatida yetarli darajada tahlil etilmagan.

Tadqiqotda ilmiy bilishning umumiy va xususiy usullaridan foydalanildi. Xususan, dialektik metod huquqiy nigilizmni shaxs, jamiyat va davlat munosabatlari tizimida o‘rganishda, formal-yuridik metod normativ-huquqiy hujjatlarni tahlil qilishda, tizimli-strukturaviy yondashuv esa sakkizta ustuvor yo‘nalishni yaxlit

tasniflashda metodologik asos bo‘lib xizmat qildi. Shuningdek, statistik tahlil va mantiqiy umumlashtirish usullari yordamida ilmiy xulosalar shakllantirildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Jamiyatning huquqiy madaniyati shaxs erkinligi va xavfsizligi, inson huquqlarini ta’minlash, uning huquqiy himoya qilinishi hamda ijtimoiy faolligini kafolatlash uchun zamin bo‘lib xizmat qiladi. Aytib o‘tish joizki, aniq vazifalar va maqsadlarni belgilab olmasdan turib, jamiyatning huquqiy rivojlanishini tasavvur etib bo‘lmaydi. Huquqiy davlatni shakllantirish vazifasini yuksak huquqiy madaniyatsiz amalga oshirish esa nihoyatda qiyin [1].

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 9-yanvardagi “Jamiyatda huquqiy ong va huquqiy madaniyatni yuksaltirish tizimini tubdan takomillashtirish to‘g‘risida”gi Farmonida aholiga mamlakatda amalga oshirilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy islohotlar, qabul qilinayotgan qonun hujjatlari va davlat dasturlarining mazmun-mohiyatini izchil yetkazish tizimini shakllantirish, fuqarolar ongida “Jamiyatda qonunlarga hurmat ruhini qaror toptirish - demokratik huquqiy davlat qurishning garovidir!” degan hayotiy g‘oyani mustahkamlash, ta’lim-tarbiyaning tizimli va uzviy ravishda olib borilishiga alohida e’tibor qaratish, maktabgacha ta’lim tizimidan boshlab aholining barcha qatlamlariga huquqiy ong va huquqiy madaniyatni chuqur singdirish, shaxsiy manfaatlar hamda jamiyat manfaatlari o‘rtasidagi muvozanatni saqlash g‘oyalarini keng targ‘ib qilish kabi vazifalar huquqiy ong va huquqiy madaniyatni yuksaltirishning asosiy yo‘nalishlari etib belgilangan [2].

O‘zbekistonda yoshlar orasida huquqiy nigilizmning oldini olishning ustuvor yo‘nalishlari quyidagilardan iborat:

Birinchidan, oilada huquqiy tarbiyani shakllantirish va huquqiy madaniyatni yuksaltirish. Oila bu borada birlamchi va eng muhim ijtimoiy institut sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Oilada sog‘lom ma’naviy-axloqiy muhitni vujudga keltirish va uni milliy g‘oya ruhida mustahkamlash davlat ahamiyatiga molik masala hisoblanadi. Zero, ijtimoiy hayotda yuz beradigan o‘zgarishlar, undagi yutuq va kamchiliklar, salbiy oqibatlar, murakkabliklar va ziddiyatlar, avvalo, oilada o‘z aksini topadi. Sh. Mirziyoyev ta’biri bilan aytganda, “Biz uchun muqaddas bo‘lgan oila asoslarini yanada mustahkamlash, xonadonlarda tinchlik-xotirjamlik, ahillik va o‘zaro hurmat muhitini yaratish, ma’naviy-ma’rifiy ishlarni aniq mazmun bilan to‘ldirishdan iborat bo‘lmog‘i zarur” [3]. Agar oiladagi muhit sog‘lom bo‘lsa, yosh avlod qalbi va ruhiga milliy istiqlol g‘oyalarini hamda qonun ustuvorligini singdirish ham oson kechadi.

Huquqiy madaniyatga erishish dastlab oiladagi huquq va majburiyatlarni anglashdan boshlanadi. Ota-ona va farzand o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lgan burch va

mas’uliyatlarini to‘liq anglab yetishlari lozim. Buning uchun, avvalo, ota-ona mas’uldir. Qolaversa, farzandlarning xulqi ota-onalarning va barcha yoshi ulug‘larning bir qator xatti-harakatlari yig‘indisidan iboratdir. Oiladagi huquqiy tarbiya ishlarini takomillashtirish uchun jamiyat ota-onaga nazariy va amaliy yordam bermog‘i lozim. Bunday yordam unutilsa yoki kechiktirilsa, bola huquqiy va ma’naviy tarbiyaga oid zarur ko‘nikmalardan ortda qolishi mumkin [4].

Ikkinchidan, aholining huquqiy madaniyatini yuksaltirishda mahalla institutining rolini kuchaytirish. Mahallalarda yangi qabul qilinayotgan qonun hujjatlari yuzasidan keng ko‘lamli tushuntirish ishlarini olib borish, suhbat va ma’ruza mashg‘ulotlarini o‘tkazish yoshlarning huquqiy savodxonligini oshirishga katta yordam beradi. Bu tadbirlar yoshlar uchun zerikarli bo‘lib qolmasligi va ularga malakali axborot yetkazilishi maqsadida mahalla yig‘ilishlariga huquqshunos olimlar, huquqni muhofaza qiluvchi organlar, xususan, sud, prokuratura, soliq, ichki ishlar organlari, notariat va advokatura xodimlarini taklif etib turish muhim ahamiyatga ega.

Uchinchidan, ta’lim muassasalarida huquqiy savodxonlikni oshirish. Maktab va oliy ta’lim muassasalarida huquqiy bilimlarni tizimli o‘qitish, yoshlarda qonunga hurmat va huquqiy mas’uliyat hissini shakllantirish bu yo‘nalishning asosiy mazmunini tashkil etadi. Shu nuqtai nazardan, Sh. Mirziyoyevning quyidagi fikrlari diqqatga sazovor: “Biz jamiyatda huquqiy ong va huquqiy madaniyatni yuksaltirish borasidagi ishlarimizni uzluksiz davom ettirishimiz zarur. Huquqiy tarbiyani maktabgacha ta’lim tizimidan boshlashimiz, bu boradagi ilk ko‘nikmalar ona allasi kabi farzandlarimiz qalbidan umrbod joy olishi darkor. Konstitutsiyamiz har bir fuqaroning ongi va qalbidan chuqur joy olgan, ularning huquq va erkinliklarini to‘liq kafolatlaydigan haqiqiy hayot qomusiga aylanmog‘i lozim” [5].

To‘rtinchidan, davlat organlari va tashkilotlar xodimlarining huquqiy madaniyatini yuksaltirish. Demokratik huquqiy davlat barpo etishning zarur sharti fuqarolar, mansabdor shaxslar, ijtimoiy guruhlar va butun jamiyatning huquqiy madaniyati yuqori darajada bo‘lishini har tomonlama ta’minlashdan iboratdir. Huquqiy madaniyat amaldagi qonun hujjatlarida doimo inson omilini hisobga olishni, qonunchilik jarayonini demokratlashtirishni, qonuniylikka qat’iy rioya etishni, shaxsni huquqiy himoya qilishni hamda fuqarolar huquq va erkinliklarini amalga oshirishning yuridik kafolatlari tizimini mustahkamlashni alohida taqozo etadi. Bu vazifalarni hal qilmay turib, demokratik huquqiy davlat to‘g‘risida gapirish mumkin emas [6].

Beshinchidan, aholining barcha qatlamlari huquqiy madaniyatini yuksaltirish.

XULOSA

Yuqorida bayon etilgan ustuvor yo‘nalishlardan kelib chiqib, huquqiy nigilizmni bartaraf etishning asosiy yo‘l va usullarini quyidagicha umumlashtirish mumkin:

- fuqarolarning umumiy va huquqiy madaniyatini yuksaltirish, ularning huquqiy hamda axloqiy ongini shakllantirish;
- qonunchilikni takomillashtirish va uning samaradorligini oshirish;
- huquqbuzarliklarning, xususan, jinoiy holatlarning oldini olish uchun profilaktika choralarini kuchaytirish;
- qonuniylik va huquqiy tartibotni mustahkamlash, davlat intizomini yanada rivojlantirish;
- shaxs huquqlarini hurmat qilish va ularni to‘liq himoya qilishni ta’minlash, aholi orasida ommaviy-ma’rifiy ishlar va huquqiy tarbiyani izchil yuritish;
- yuridik kadrlarni yuqori malaka darajasida tayyorlash va ularning kasbiy ruhini shakllantirish;
- huquqiy islohotlarni tezkor va samarali amalga oshirish hamda boshqa zaruriy choralarni ko‘rish [9].

Natijada, nigilizmga qarshi kurashning barcha shakl va vositalari jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy, ma’naviy va axloqiy sohalaridagi muammolarni bosqichma-bosqich hal etish bilan chambarchas bog‘liqdir. Shu bilan birga, ushbu jarayonda shaxsning faol pozitsiyasi va salbiy ta’sirlarga qarshi tura olishi ham muhim ahamiyatga ega.

Ushbu ustuvor yo‘nalishlarning uzluksiz va izchil amalga oshirilishi Yangi O‘zbekistonda huquqiy madaniyat va ijtimoiy faollikning yuksalishiga, yoshlar ongida huquqiy tushunchalarning mustahkam shakllanishiga, huquqiy targ‘ibotning zamonaviy usullar orqali keng ommalashishiga hamda fuqarolar va mansabdor shaxslarda qonunga nisbatan barqaror hurmat hissining qaror topishiga zamin yaratadi. Bu esa, o‘z navbatida, mamlakatimizda yoshlar orasidagi huquqiy nigilizmni bosqichma-bosqich bartaraf etish, huquqiy davlat va fuqarolik jamiyati qurishning mustahkam poydevorini barpo etish yo‘lida muhim amaliy qadam bo‘lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Xasanov N. Huquqiy madaniyatni shakllantirish // Jamiyat va boshqaruv. - 2007. №1. - B.68-69.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 9-yanvardagi “Jamiyatda huquqiy ong va huquqiy madaniyatni yuksaltirish tizimini tubdan takomillashtirish to‘g‘risida”gi PF-5618-son Farmoni // https://lex.uz/docs/-4149765
3. Mirziyoyev Sh.M. Milliy tiklanishdan milliy yuksalish sari. - Toshkent: “Yoshlar nashriyot uyi”, 2019. - B.195.

4. Xolov A., Ergashev B. Yoshlarning huquqiy madaniyatini yuksaltirish - buyuk kelajagimiz poydevoridir // Huquqshunoslik istiqbollari: ilmiy maqolalar to‘plami. - Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi IIV Akademiyasi, 2015. - B.184-188.

5. Mirziyoyev Sh.M. Konstitutsiya va qonun ustuvorligi - huquqiy demokratik davlat va fuqarolik jamiyatining eng muhim mezonidir // “Xalq so‘zi” gazetasi. - 2019-yil 8-dekabr. - №254 (7484).

6. Tadjixanov U., Saidov A. Huquqiy madaniyat nazariyasi. I tom. - Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi IIV Akademiyasi, 1998. - B.137.

7. Sharapov B. Yoshlarning huquqiy ongi va madaniyatini oshirishda jamoatchilik nazoratini kuchaytirish // Huquq va burch. - 2023. - №12. - B.46-49.

8. Amirov Z. Huquqiy madaniyat yuksalishi va qonun ijodkorligi sifatining o‘zaro aloqadorligi // Fuqarolik jamiyati. - 2015. - №4(44). - B.17-20.

9. Turdiyev B. Huquqiy nigilizm fenomeni va uni bartaraf etish yo‘llari // Legal Sciences.uz: Current Issues in Legal Studies. - 2026. - T.2, №1. - B.5-8.

TA’LIM JARAYONIDA AKADEMIK STRESS VA UNI KAMAYTIRISH STRATEGIYALARI

Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich
Buxoro davlat pedagogika instituti Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
Psixologiya fanlari bo‘yicha PhD

Annotatsiya. Mazkur maqolada ta’lim jarayonida yuzaga keladigan akademik stressning psixologik mohiyati, uning kelib chiqish omillari hamda talabalarning o‘quv faoliyatiga ta’siri tahlil qilingan. Akademik stressning emotsional, kognitiv va xulq-atvor komponentlari ilmiy asosda yoritilib, uning o‘quv samaradorligiga salbiy ta’siri ochib berilgan.

Shuningdek, maqolada akademik stressni kamaytirishga qaratilgan samarali strategiyalar, jumladan, kognitiv qayta baholash, emotsional o‘zini boshqarish, vaqtni samarali rejalashtirish hamda motivatsion qo‘llab-quvvatlash usullari tahlil etilgan. Tadqiqotda zamonaviy psixologik yondashuvlar asosida talabalar psixologik farovonligini ta’minlash va ularning o‘quv faoliyatini optimallashtirish yo‘llari ko‘rsatib berilgan. Olingan natijalar ta’lim jarayonida akademik stressni boshqarish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: akademik stress, ta’lim jarayoni, psixologik farovonlik, motivatsiya, coping strategiyalar, refleksiya, o‘zini boshqarish, vaqtni boshqarish.

Аннотация. В данной статье проанализированы психологическая сущность академического стресса, возникающего в образовательном процессе, его причины и влияние на учебную деятельность студентов. Научно обоснованы эмоциональные, когнитивные и поведенческие компоненты академического стресса, а также раскрыто его негативное воздействие на эффективность обучения.

Кроме того, в статье рассмотрены эффективные стратегии снижения академического стресса, включая когнитивную переоценку, эмоциональную саморегуляцию, рациональное управление временем и мотивационную поддержку. На основе современных психологических подходов предложены пути обеспечения психологического благополучия студентов и оптимизации их учебной деятельности. Полученные результаты имеют важное значение для разработки практических рекомендаций по управлению академическим стрессом в образовательной среде.

Ключевые слова: академический стресс, образовательный процесс, психологическое благополучие, мотивация, копинг-стратегии, рефлексия, саморегуляция, управление временем.

Abstract. This article analyzes the psychological nature of academic stress arising in the educational process, its causes, and its impact on students' learning activities. The emotional, cognitive, and behavioral components of academic stress are scientifically substantiated, and its negative influence on academic performance is revealed. In addition, the article examines effective strategies for reducing academic stress, including cognitive reappraisal, emotional self-regulation, effective time management, and motivational support.

Based on modern psychological approaches, ways to ensure students' psychological well-being and optimize their learning activities are proposed. The findings are significant for developing practical recommendations for managing academic stress in educational settings.

Keywords: academic stress, educational process, psychological well-being, motivation, coping strategies, reflection, self-regulation, time management.

KIRISH

Zamonaviy ta'lim tizimida yuz berayotgan tub o'zgarishlar, xususan, raqamli transformatsiya jarayonlarining jadallashuvi, o'quv yuklamasining ortishi hamda ta'lim sifatiga qo'yilayotgan yuqori talablar akademik stress muammosining dolzarbligini keskin oshirmoqda. Bugungi kunda talabalar va o'quvchilar nafaqat bilim olish, balki qisqa muddat ichida yuqori natijalarga erishish, raqobatbardosh bo'lish, doimiy ravishda o'z bilim va ko'nikmalarini yangilab borish kabi murakkab talablar ostida faoliyat olib bormoqda. Bu jarayon esa ularning psixologik holatiga sezilarli bosim yuklab, o'quv motivatsiyasining pasayishi, emotsional zo'riqish, tashvish va hatto turli psixologik buzilishlarning yuzaga kelishiga sabab bo'lmoqda. Shu bois akademik stressni ilmiy asosda o'rganish va uni kamaytirish strategiyalarini ishlab chiqish zamonaviy pedagogika va psixologiyaning eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Ayniqsa, raqamli ta'lim muhitining kengayishi - masofaviy ta'lim, onlayn platformalar, doimiy nazorat va baholash tizimlarining joriy etilishi o'quvchilarda "doimiy bandlik" hissini shakllantirib, psixologik zo'riqishni yanada kuchaytirmoqda. Raqamli vositalar orqali o'quv jarayonining uzluksizligi ta'minlanayotgan bo'lsa-da, bu holat dam olish va tiklanish jarayonlarining qisqarishiga, natijada esa surunkali charchoq va stressning ortishiga olib kelmoqda. Shu nuqtai nazardan, akademik stress muammosi nafaqat pedagogik, balki ijtimoiy-psixologik ahamiyatga ham ega bo'lib bormoqda.

Bundan tashqari, global ta'lim makonida raqobatning kuchayishi, reyting va baholash tizimlarining qat'iylashuvi, ota-onalar va jamiyat tomonidan qo'yilayotgan yuqori kutishlar ham o'quvchilarning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Natijada ko'plab talabalar o'z imkoniyatlarini haddan tashqari yuqori

baholash yoki, aksincha, o‘ziga ishonchsizlik holatiga tushib qolish orqali stressni boshdan kechirmoqda. Bu esa ularning nafaqat o‘quv faoliyatiga, balki shaxsiy rivojlanishiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Mavzuning dolzarbligi yana shundaki, akademik stressning yuqori darajasi o‘quvchilarda prokrastinatsiya, o‘qishga nisbatan befarqlik, emotsional charchoq va ijtimoiy moslashuv muammolarining kuchayishiga olib keladi. Ayniqsa, yoshlar orasida psixologik salomatlik bilan bog‘liq muammolarning ortib borayotganligi ushbu masalani chuqur ilmiy tadqiq etishni talab etmoqda. Shu sababli akademik stressni aniqlash, uning sabablari va oqibatlarini tahlil qilish hamda uni kamaytirishga qaratilgan samarali psixologik-pedagogik strategiyalarni ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Ta’lim jarayonida akademik stress muammosini kompleks o‘rganish, uni kamaytirishning zamonaviy yondashuvlarini ishlab chiqish hamda amaliyotga joriy etish bugungi kunda pedagogika va psixologiya fanlari oldida turgan ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi.

Akademik stress - bu o‘quv faoliyati bilan bog‘liq psixologik zo‘riqish bo‘lib, u shaxsning emotsional, kognitiv va xulq-atvor sohalariga ta’sir ko‘rsatadi. Stress nazariyasining asoschisi Gans Selye stressni organizmning tashqi va ichki omillarga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida talqin qiladi [13, 45-bet]. Uning fikricha, stress uch bosqichda - xavotir, qarshilik va charchash bosqichlarida kechadi. Keyinchalik Richard Lazarus stressni shaxs va muhit o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar jarayoni sifatida izohlab, unda kognitiv baholashning hal qiluvchi rol o‘ynashini asoslab berdi [8, 120-bet]. Ushbu yondashuv akademik stressni tushunishda muhim metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Akademik stressning mohiyatini chuqurroq anglashda Albert Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasi alohida ahamiyat kasb etadi. Unga ko‘ra, shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ya’ni self-efficacy darajasi uning stressga bardoshliligini belgilaydi [1, 78-bet]. O‘z imkoniyatlariga ishongan talabalar o‘quv faoliyatidagi qiyinchiliklarni samaraliroq yengib o‘tadi. Shu bilan birga, Edvard Detsi va Richard Rayan tomonidan ishlab chiqilgan o‘zini-o‘zi belgilash nazariyasiga ko‘ra, ichki motivatsiyaga ega shaxslar tashqi bosimlarga kamroq beriladi va stressni samaraliroq boshqaradi [4, 156-bet].

O‘zbekistonlik olimlar tadqiqotlarida ham akademik stress muammosiga alohida e’tibor qaratilgan. Jumladan, Shoumarov ta’lim jarayonidagi psixologik bosimlar o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlaydi [14, 112-bet]. G‘oziyev esa emotsional barqarorlik o‘quv faoliyati samaradorligini ta’minlovchi asosiy omillardan biri ekanligini qayd etadi [5, 203-bet].

Qodirov o‘z tadqiqotlarida motivatsiya va psixologik holat o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni ochib beradi [12, 98-bet]. Shuningdek, Baratov stressning uzoq davom etishi shaxsning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir ko‘rsatishini ilmiy asoslaydi [2, 67-bet].

Akademik stressning kelib chiqishiga ta’sir etuvchi omillar ko‘p qirrali bo‘lib, ular orasida ortiqcha o‘quv yuklamasi, imtihonlar va baholash tizimi bosimi, vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash, raqobat muhiti hamda ijtimoiy kutishlar muhim o‘rin tutadi. Charlz Spilberger tadqiqotlariga ko‘ra, tashvish darajasining yuqoriligi o‘quv faoliyati samaradorligining pasayishiga olib keladi [15, 54-bet]. Akademik stress emotsional (tashvish, depressiv holatlar), kognitiv (diqqatning pasayishi, salbiy fikrlash) hamda xulq-atvoriy (prokrastinatsiya, o‘qishdan qochish) komponentlar orqali namoyon bo‘ladi.

Akademik stressni kamaytirish masalasi kompleks yondashuvni talab etadi. Aron Bek tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv terapiya usullari salbiy fikrlarni qayta baholash orqali stressni kamaytirishga xizmat qiladi [3, 32-bet]. Jon Kabat-Zinn tomonidan asoslangan mindfulness texnikalari esa shaxsning emotsional holatini barqarorlashtirish va stressga chidamliligini oshirishda muhim vosita hisoblanadi [6, 210-bet].

Bundan tashqari, vaqtni samarali boshqarish, o‘quv faoliyatini rejalashtirish va ustuvorliklarni belgilash akademik yuklamani optimallashtirish imkonini beradi. Motivatsion qo‘llab-quvvatlash, ayniqsa ichki motivatsiyani shakllantirish, talabalarning stressga chidamliligini oshirishda muhim omil hisoblanadi. Nizomiddin Muslimov zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida tashkil etilgan ta’lim jarayoni o‘quvchilarning psixologik holatini barqarorlashtirishga xizmat qilishini ta’kidlaydi [10, 144-bet].

Shuningdek, Abraham Maslou tomonidan ishlab chiqilgan ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasiga ko‘ra, shaxsning asosiy ehtiyojlari qondirilgandagina u yuqori darajadagi faoliyatga erisha oladi [9, 67-bet]. Bu esa akademik stressni kamaytirishda psixologik va ijtimoiy ehtiyojlarni hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi. Pol Pintrich esa motivatsiya va o‘quv faoliyati o‘rtasidagi bog‘liqlikni asoslab, ichki motivatsiyaning ustunligi stressni kamaytiruvchi omil ekanligini ta’kidlaydi [11, 89-bet].

TAHLIL VA NATIJALAR

Yuqoridagi ilmiy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, akademik stress zamonaviy ta’lim tizimining ajralmas qismi bo‘lib, uni to‘liq bartaraf etish emas, balki samarali boshqarish muhim ahamiyat kasb etadi. Akademik stressni kamaytirishda kognitiv, emotsional va motivatsion strategiyalarni uyg‘un holda qo‘llash eng samarali yondashuv hisoblanadi. Ayniqsa, talabalarda o‘ziga ishonchni rivojlantirish, ichki

motivatsiyani kuchaytirish hamda qo‘llab-quvvatlovchi pedagogik muhit yaratish muhim omillar sirasiga kiradi.

XULOSA

Akademik stressni ilmiy asosda o‘rganish va uni kamaytirish strategiyalarini ishlab chiqish ta’lim sifatini oshirish, talabalar psixologik farovonligini ta’minlash hamda ularning o‘quv faoliyatini samarali tashkil etishda muhim ahamiyatga ega. Kelgusida ushbu muammoni empirik tadqiqotlar asosida chuqurroq o‘rganish va innovatsion psixologik-pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biri bo‘lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control / A. Bandura. - New York : Freeman, 1997. - 78 p.
2. Baratov Sh.R. Shaxs psixologiyasi / Sh.R. Baratov. - Toshkent, 2011. - 67 b.
3. Beck A.T. Cognitive Therapy and Emotional Disorders / A.T. Beck. – New York, 1976. - 32 p.
4. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior / E.L. Deci, R.M. Ryan. - New York : Plenum, 1985. - 156 p.
5. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya / E.G‘. G‘oziyev. - Toshkent, 2010. - 203 b.
6. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living / J. Kabat-Zinn. - New York, 1990. - 210 p.
7. Karasar N. Scientific Research Methods / N. Karasar. - Ankara, 2005. - 134 p.
8. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping / R.S. Lazarus, S. Folkman. - New York : Springer, 1984. - 120 p.
9. Maslow A. Motivation and Personality / A. Maslow. - New York, 1954. - 67 p.
10. Muslimov N.A. Pedagogik texnologiyalar / N.A. Muslimov. - Toshkent, 2015. - 144 b.
11. Pintrich P.R. Motivation in Education / P.R. Pintrich. - New Jersey, 2003. - 89 p.
12. Qodirov B.R. Ta’lim psixologiyasi / B.R. Qodirov. - Toshkent, 2005. - 98 b.
13. Selye H. The Stress of Life / H. Selye. - New York : McGraw-Hill, 1956. - 45 p.
14. Shoumarov G‘.B. Psixologiya asoslari / G‘.B. Shoumarov. - Toshkent, 2002. - 112 b.
15. Spielberger C.D. Anxiety and Behavior / C.D. Spielberger. - New York, 1972. - 54 p.

ZAMONAVIY YOSHLARDA O‘ZIGA BAHONI ADEKVATLASHTIRISH ORQALI STRESSGA BARQARORLIKNI OSHIRISH IMKONIYATLARI

Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna
O‘zMPU “Amaliy psixologiya” kafedrasi professori,

Ismoilova Moxinur Kamilovna
O‘zMPU, 1-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy yoshlarda stressga barqarorlikni oshirishning muhim omillaridan biri bo‘lgan o‘z-o‘zini baholashni adekvatlashtirishning psixologik imkoniyatlari tahlil qilingan. Tadqiqotda o‘z-o‘zini baholash va stressga barqarorlik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik yoritilib, adekvat o‘zini baholashning shaxsning emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi va stressli vaziyatlarni yengib o‘tish qobiliyatiga ta’siri ochib berilgan. Shuningdek, stressga barqarorlikni rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar va amaliy tavsiyalar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: stressga barqarorlik, determinant, o‘z-o‘zini baholash, adekvat baholash, trening, kognitiv, affektiv, konativ, fiziologik, aloqadorlik.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические возможности повышения стрессоустойчивости современной молодежи посредством формирования адекватной самооценки как одного из важнейших факторов устойчивости к стрессу. Рассматривается взаимосвязь между самооценкой и стрессоустойчивостью, раскрывается влияние адекватной самооценки на эмоциональное состояние личности, её социальную адаптацию и способность преодолевать стрессовые ситуации. Кроме того, представлены психологические тренинги и практические рекомендации, направленные на развитие стрессоустойчивости.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, детерминанта, самооценка, адекватная самооценка, тренинг, когнитивный, аффективный, конативный, физиологический, взаимосвязь.

Abstract. This article analyzes the psychological opportunities for enhancing stress resilience among modern youth through the development of adequate self-esteem, which is considered one of the key determinants of stress resistance. The study examines the relationship between self-esteem and resilience to stress and reveals the impact of adequate self-assessment on emotional well-being, social adaptation, and the ability to cope with stressful situations. In addition, psychological training methods and practical recommendations aimed at

strengthening stress resilience are presented.

Keywords: stress resilience, determinant, self-esteem, adequate self-assessment, training, cognitive, affective, conative, physiological, relationship.

KIRISH

Yoshlar mamlakatimizning kelajagi va muhim zaxirasi hisoblanishi hech kimga sir emas. Shunga ko‘ra, davlatimiz siyosatida yoshlar tarbiyasi, ularning jismoniy va ruhiy salomatligi masalasiga alohida e’tibor qaratilib kelinadi. Yoshlar orasida mamlakatning intellektual asosini tashkil etuvchi zamonaviy yoshlarga bo‘lgan e’tibor esa undan-da muhim ahamiyatga ega. Yoshlik davri o‘zining boy imkoniyatlarga ega ekanligi bilan birga, o‘ziga xos qiyinchilik va muammolari, boshqacha aytganda, stressogen ta’sirlarga egaligi bilan ham barcha yo‘nalishdagi, ayniqsa, pedagogika va psixologiya yo‘nalishidagi tadqiqotlarning e’tibor markazidadir.

Keyingi yillarda psixologiya sohasida zamonaviy yoshlar va ularning ruhiy salomatligiga aloqador muammolarni o‘rganishga bag‘ishlangan ishlar ko‘lami kengaydi. Ayni shunday dolzarb mavzulardan biri talabalarning stress holatiga tushishi, stressni keltirib chiqaruvchi omillar va stressga barqarorligi masalalariga aloqadordir.

Ma’lumki, shaxsda stressga barqarorlik ko‘nikmalarini rivojlantirishda turli xil ijtimoiylashuv institutlarining roli katta bo‘lib, ulardan biri - oliy ta’lim tizimidir. Bugun ta’lim dargohlarida tahsil olish jarayonida zamonaviy yoshlar faqat umumkasbiy va mutaxassislik fanlaridan ta’lim olibgina qolmasdan, balki o‘z shaxsini rivojlantirishga, psixologik savodxonligini oshirishga, ijtimoiy-psixologik kompetentligini rivojlantirishga imkon beruvchi omillarga ham duch keladilar. Bu omillardan to‘g‘ri foydalana olish ularning stressga barqarorligini oshirish va shaxs sifatida kamol topishini belgilab beradi.

Shuning uchun psixologiya zamonaviy yoshlarni har tomonlama stressga barqaror qilib tarbiyalash, ularning o‘quv faoliyatini samarali tashkil etish hamda psixologik salomatligini mustahkamlashda asosiy yo‘nalishlardan birini tashkil etishi lozim.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Stressli vaziyatlarda stressga nisbatan barqarorlik shaxsning ijtimoiy hayotdagi eng muhim ko‘nikmalaridan biri hisoblanadi. Shuningdek, zamonaviy yoshlar shaxsida ham stress holatida o‘zini va o‘z xulq-atvorini nazorat qilish uning xarakteriga xos muhim jihat bo‘lib, aytish mumkinki, har qanday qiyin vaziyatlarda o‘zini va xulq-atvorini nazorat qila oladigan zamonaviy yoshlar o‘z hissiyotlarini ham boshqara oladi.

L.M. Abolin va B.X. Vardanyanning fikrlariga ko‘ra, stressga barqarorlikka ta’sir etuvchi omillar qatoriga stressning inson ongida idrok etilishiga ta’sir qiluvchi ichki psixologik mexanizmlarni ham kiritish lozim.

Shuni alohida e’tiborga olish kerakki, stressga beriluvchanlik aslida bir qancha omillarga bog‘liq bo‘lib, bular stressorning kuchi va davomiyligi, stress omillariga nisbatan shaxsning munosabati kabilardir. Shular bilan bir qatorda, mavzuga oid adabiyotlar sharhi asosida aytish mumkinki, zamonaviy yoshlarda stress yuzaga kelishini asoslash uchun faqatgina tashqi omillar sababi bilan cheklanishning o‘zi yetarli emas. Bu borada zamonaviy yoshlarning ichki ruhiy holati, uning shaxs xususiyatlari ham muhim rol o‘ynashiga alohida e’tibor qaratish lozim bo‘ladi. Nazariy tahlillarga ko‘ra, bunday xususiyatlardan biri shaxsning o‘z-o‘ziga beradigan bahosidir. Shaxsning o‘ziga bahosi uning shakllanishi va rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi va bunday rivojlanish ma’lum bir faoliyat hamda shaxslararo munosabatlar jarayonida sodir bo‘ladi.

O‘z-o‘zini baholash tarkibiga ko‘ra ikki komponentdan iborat bo‘lib, bular emotsional va kognitiv komponentlardir. Bu komponentlardan dastlabkisi shaxsning o‘zi haqidagi bilimlaridan iborat bo‘lsa, ikkinchisi esa shaxsning o‘ziga bo‘lgan munosabatini aks ettiradi. Buni aniqroq va zamonaviy yoshlar misolida aytadigan bo‘lsak, kognitiv komponent zamonaviy yoshlarning o‘zi, imkoniyatlari, qobiliyatlari va hokazolar haqidagi tasavvurlarining umumlashgan holda anglanganligidir. Emotsional komponent esa zamonaviy yoshlarning o‘ziga bo‘lgan munosabati va bahosidan iborat bo‘lib, bu holatlar ularning bajarayotgan faoliyatiga va jamiyatda namoyon qiladigan xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shunga ko‘ra, o‘z-o‘zini baholash ikki xil: boshqaruvchi va himoyalovchi vazifalarni bajaradi. O‘z-o‘zini baholashning boshqaruvchilik vazifasi shaxs tanlagan muammolarni hal qilishga yordam bersa, himoyalovchi vazifasi shaxsning barqarorligi va mustaqilligini ta’minlaydi.

O‘z-o‘zini baholashning mazkur vazifalari shaxsning faoliyatiga, xulq-atvoriga va shaxs sifatida rivojlanishiga, shuningdek, uning boshqa odamlar bilan munosabatlariga ham ta’sir qiladi. Bundan tashqari, shaxsning o‘z muvaffaqiyati yoki muvaffaqiyatsizligini idrok etishi va keyingi maqsadlarini belgilashiga ham ta’sir ko‘rsatadi, ya’ni shaxsning ma’lum bir muvaffaqiyatga erishish uchun intilishlari darajasini belgilab beradi.

O‘z o‘rnida qayd etib o‘tish kerakki, shaxsning o‘z-o‘zini baholashi uch xil bo‘ladi.

1. O‘z-o‘zini yuqori baholash - bunday kishilar o‘z shaxsi va qadr-qimmati haqida ideal tasavvurlarga egaligi bilan ajralib turadi. Ularning aksariyati o‘zini atrofidagilar uchun, ayniqsa, yaqinlari uchun “tuhfa” deb biladi va ularning nazarida

hamma ularni qadrlashi lozim deb hisoblaydi. Bunday shaxslar o‘z xatolari, bilimsizligi, xulq-atvoridagi kamchiliklarini, ayniqsa, yalqovligini tan olmaydi. Buning ustiga ular o‘zini boshqalarga nisbatan anchagina aqlli deb hisoblaydi va qattiqqo‘llik, agressivlik, arazlash, murosani bilmaslik kabi salbiy holatlarni o‘z xulqida tez-tez namoyon qilib turadi.

2. O‘z-o‘zini past (noadekvat) baholash - shaxsning o‘ziga nisbatan noadekvat, negativ munosabati bo‘lib, bunday shaxs o‘zini haqiqatan qanday bo‘lsa, shundayligicha baholay olmaydi. Bunday shaxslarda ko‘zga tashlanadigan eng muhim jihatlar sifatida quyidagilarni sanash mumkin: o‘ziga ishonmaslik, uyatchanlik, tortinchoqlik, o‘z iqtidor va qobiliyatlaridan foydalana olmaslik, o‘zini ko‘rsata olmaslik, o‘z oldiga imkoniyati nuqtai nazaridan erisha olishi mumkin bo‘lganiga nisbatan arzimas maqsadlar qo‘yish, o‘zi bilan sodir bo‘lgan omadsizliklarni bo‘rttirib qabul qilish, atrofdagilarning qo‘llab-quvvatlashiga o‘ta muhtojlik, o‘ziga nisbatan o‘ta tanqidiy munosabatda bo‘lish va shu kabilar.

3. O‘z-o‘zini adekvat (mos, to‘g‘ri) baholash - bunday baholash shaxsda talabgorlik va imkoniyatlarning o‘zaro mosligini ta’minlaydi. Ya’ni shaxs o‘z oldiga qobiliyat va imkoniyatlariga mos maqsadlarni qo‘yadi va ehtiyojlari ham shunga mos bo‘ladi. Bunday shaxslar o‘z muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklariga nisbatan hushyorlik va aql-idrok bilan munosabatda bo‘ladi. Bunday shaxslar odatda faol, serg‘ayrat, shijoatli va optimistik pozitsiyada bo‘ladi. Bu esa shaxsda yaxshi emotsional holatni ta’minlaydi. Yaxshi emotsional holat esa shaxsning kundalik hayotida uchraydigan turli muammo va to‘siqlarni muvaffaqiyatli yengib o‘tishiga imkon beradi. Muammo va to‘siqlarni yengib o‘tish esa anglash, o‘z emotsiyalarini va vaziyatni boshqarishni ta’minlaydi. Aynan mana shu sifat, ya’ni o‘zini adekvat baholash natijasida o‘z emotsiyalari va vaziyatni boshqara olish ko‘nikmasi zamonaviy yoshlarga stressogen omillarni yengib o‘tishga hamda o‘qish faoliyatini muvaffaqiyatli davom ettirishga yordam berishini hisobga olgan holda tadqiqotimizning maqsad va vazifalarini belgilaganmiz.

Biz tadqiqotimizda sinaluvchi zamonaviy yoshlarda stressga barqarorlikni oshirish maqsadida ularning o‘zini baholashini adekvatlashtirish orqali ma’lum bir ijobiy natijani qo‘lga kiritishni vazifalarimiz qatoriga kiritdik va buning uchun maxsus trening dasturi tarkibiga sinaluvchilarning o‘ziga bahosini adekvatlashtirishga xizmat qiluvchi mashqlar majmuasini kiritdik.

Zamonaviy yoshlarda stressga barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixologik trening dasturining maqsad va vazifalarini amalga oshirishda to‘rtta asosiy komponent qamrab olingan bo‘lib, dastlab zamonaviy yoshlarning mavzu yuzasidan, ya’ni shaxsning o‘zini baholashi, uning turlari va stressga barqarorlik haqidagi bilimlariga oydinlik kiritiladi. Ikkinchi navbatda, zamonaviy yoshlarda

stressogen vaziyatga nisbatan salbiy munosabatni bartaraf etish yo‘llari o‘rgatiladi. Uchinchi galda, zamonaviy yoshlarga stressogen vaziyatga tushganda bildiriladigan ijobiy reaksiya turlari o‘rgatiladi. Nihoyat, to‘rtinchi holatda zamonaviy yoshlarda stress vaziyatida yuzaga keladigan fiziologik reaksiyalarni meditatsion yo‘l bilan bartaraf etish va tinchlanish usullari o‘rgatiladi. Trening dasturining to‘rtta komponenti quyidagi rasmda o‘z ifodasini topgan.

1-jadval. Eksperiment guruhida o‘tkazilgan trening dasturining komponentlari

Kognitiv	Affektiv	Konativ	Fiziologik
Stress, stressogen omillar, o‘z-o‘ziga baho, frustratsiya va frustra-sion tolerantlik, koping-strategiya, stressga barqarorlik tushunchalari haqida ma’lumotlar beriladi va bu tushunchalarga nisbatan ishtirok-chilarda **bilimlar oshiriladi**.	Shaxsning o‘z-o‘ziga, stressogen voqega va frustratsion to‘siqqa, koping-strategiyaning “Muammoni hal etish”, “Ijtimoiy qo‘llab quvvatlashni izlash” strategiya-lariga nisbatan ijobiy **munosabat shakllantiriladi**	Hayot davomida yoki o‘quv faoliyatida yuzaga kelishi mum-kin bo‘lgan stres-sogen voqeaning vaziyatli modeli yaratiladi va bun-day sharoitlarda stressga barqaror-likni namoyon qi-lishga yo‘nalgan **xulq-atvorga o‘rgatiladi**.	Stressga tush-ganda organizm-ni fiziologik jihatdan tinch-lantirishga yo‘-naltirilgan me-ditatsion va autogen mashqlarni baja-rishga o‘rgatish orqali **Fiziologik jihatdan tinchlanishga o‘rgatiladi**

Taklif etilgan trening dasturining davomiyligi 20 soatga mo‘ljallangan bo‘lib, haftasiga 2 kun, 2 soatdan o‘tkazilganda jami 10 kunda yakuniga yetadi. Trening dasturida belgilangan va rejalashtirilgan har bir vazifani (o‘ziga bo‘lgan munosabat va bahoning ijobiy tomonga o‘zgarishi, frustratsion tolerantlikning ortishi bilan birgalikda stressli vaziyatlarni yengib o‘tishda koping-strategiyaning faol usullarini egallash va ulardan foydalanish ko‘nikmalarini hosil qilish, oxir-oqibat zamonaviy yoshlarda stressga barqarorlikni oshirish) amalga oshirish jarayonida sinaluvchilarda stressga barqarorlik ko‘nikmalarini bosqichma-bosqich rivojlantirib borish ko‘zda tutilgan.

Eksperiment guruhida aniqlovchi va nazorat tajriba natijalari o‘rtasidagi statistik tafovut (St’yudent mezoni bo‘yicha).

Stressga barqarorlik Psixologik determinantlar	Aniq-lovchi	Nazo-rat	Tafovutning statistik aha-miyati (t-mezoni bo‘yicha)
O‘z-o‘ziga baho	22,3	22,0	0,10

Ma’lumki, shaxsning o‘z-o‘zini baholash tizimi zamonaviy yoshlarning ma’lum bir stressli vaziyatga tushganida uning xulq-atvorini belgilovchi omillar sirasiga kiradi. Zamonaviy yoshlarda ham, aksariyat hollarda, o‘ziga past baho beruvchilar stress vaziyatida o‘z “Men”ini himoya qilish uchun yuzaga kelgan vaziyatda boshqalarni ayblash, agressiv munosabatda bo‘lish, boshqalardan ranjish kabi xulq-atvorni namoyon etadi. O‘tkazilgan mashg‘ulotlar davomida zamonaviy yoshlarda o‘tkaziladigan shakllantiruvchi tajriba modelida quyidagilar ko‘zda tutilgan:

- o‘z-o‘zini anglash va o‘z-o‘ziga baho berish ko‘nikmalarini shakllantirish;
- o‘ziga nisbatan ijobiy emotsional munosabatlarni shakllantirish;
- o‘zini kasbiy va shaxsiy anglash jihatlariga e’tiborini kuchaytirishga erishish.

Lekin eksperiment guruhi sinaluvchilarining o‘ziga adekvat baho berishi va o‘ziga nisbatan ishonchi sezilarli darajada o‘zgarmaganligini statistik ko‘rsatkichlar isbotlab turibdi, ya’ni sinaluvchilarning o‘ziga baho berishi aniqlovchi tajribada M_1=22,0; nazorat tajribasida M_2=22,3 ni (t=0,10) ko‘rsatgan. Buni sinaluvchi zamonaviy yoshlarning trening mashg‘ulotlaridan kerakli ko‘nikmalarni yetarli darajada o‘zlashtirmaganligi bilan izohlash mumkin.

Zamonaviy yoshlarda stress vaziyatida o‘z xulq-atvorini boshqarishning rivojlanishi ularning o‘z-o‘zini anglashi va o‘z-o‘ziga adekvat baho berishidan boshlanadi. Zamonaviy yoshlar o‘ziga adekvat baho berganidan va o‘ziga bo‘lgan ishonchi ortganidan so‘ng turli favqulodda va qiyin vaziyatlarda o‘z xulq-atvorini nazorat qilishga o‘rganib boradi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Zamonaviy yoshlar yildan-yilga tajribasi ortib, o‘z shaxsini mustaqil tahlil qila olish va baholash imkoniyati kengayib borgani sari o‘z xulq-atvorini ham nazorat qilishga odatlana boradi. Shu o‘rinda sinaluvchi zamonaviy yoshlarning o‘z-

o‘ziga baho berish ko‘rsatkichining shakllantiruvchi tajribadan so‘ng ahamiyatli darajada o‘zgarmaganligini quyidagilar bilan asoslash mumkin: mazkur xususiyat bolalikdan atrof-muhitdagilarning bahosi va munosabati ta’siri ostida shakllanadi hamda uni belgilangan qisqa vaqt davomida kutilgan darajada o‘zgartirish qiyin ekanligi tasdiqlandi.

Xuddi shu kabi ma’lumot A.I. Lipkina tomonidan ham bildirilgan. U o‘z-o‘zini baholashni shaxsning o‘z-o‘zini baholashi sifatida qaraydi va bu shaxsning o‘z imkoniyatlari, sifatlari hamda boshqa odamlar orasidagi o‘rni haqidagi tasavvurlari yig‘indisi bo‘lib, uni adekvatlashtirish oson amalga oshmasligini qayd etadi. Muallifning fikricha, insonning atrofdagilar bilan o‘zaro munosabati, bu munosabatlarning tanqidiyligi, insonning o‘z-o‘ziga nisbatan talabchanligi, o‘z muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklariga nisbatan obyektiv munosabati kabilar uning o‘z-o‘zini baholashi bilan bevosita bog‘liqdir. Shunga ko‘ra, o‘z-o‘zini baholash inson faoliyatining samaradorligiga va uning shaxs sifatida kamol topishiga bevosita ta’sir ko‘rsatishi haqida xulosa qilish mumkinligi qayd etiladi [1].

Shakllantiruvchi tajribadan keyin olingan natijalar zamonaviy yoshlarda aynan bunday xususiyatlar uzoq vaqt davomida shakllantirilishini va o‘tkazilgan mashg‘ulotlar ularning o‘z-o‘zini anglashi hamda baho berishida katta o‘zgarishlar qilish uchun yetarli emasligini asoslovchi natijalarni berdi.

Qolaversa, zamonaviy yoshlarning o‘z-o‘zini anglashi va baholashida unga nisbatan o‘quv muassasasidagilar - dekanat xodimlari va o‘qituvchilar, shuningdek, o‘zi o‘qiydigan guruhdagi shaxslararo munosabatlar ham o‘ziga xos ahamiyatga ega. Agar bu jarayonda va guruhdagi shaxslararo munosabatlarda ijobiy munosabatlar tarkib topgan bo‘lsa, bu holat zamonaviy yoshlarning o‘z kuch va imkoniyatlariga ishonishiga hamda ularni ro‘yobga chiqarishiga imkon beradi va aksincha. Bizningcha, sinaluvchi zamonaviy yoshlarda o‘zini baholash natijalarining kutilgan darajada o‘zgarmaganligiga shu kabi omillar qatori o‘z ta’sirini ko‘rsatgan bo‘lishi mumkin.

Shaxsda stressga barqarorlikning shakllanishida uning o‘z-o‘zini anglashga harakat qilishi, o‘zi haqidagi dunyoqarashining kengayishi va o‘zining ma’lum bir pozitsiyada tura olishini belgilashi ham muhim rol o‘ynaydi. Bu sifatlar shaxsning o‘zi haqidagi tasavvurlarini va o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi. Shuningdek, o‘ziga beradigan bahosining pozitiv va adekvat bo‘lishiga imkon beradi.

XULOSA

Olingan tadqiqot natijalari va adabiyotlar tahliliga asoslanib, quyidagi fikrlarni ta’kidlash mumkin. Sinaluvchi zamonaviy yoshlarning o‘zi haqidagi fikr va tasavvurlari haqiqatan ham mavjud imkoniyatlariga mos bo‘lsa, ularning o‘z-o‘ziga

baho berishi ham adekvat bo‘ladi. Bunday zamonaviy yoshlar o‘z imkoniyat va qobiliyatlariga to‘g‘ri munosabatda bo‘lish bilan birga, o‘ziga nisbatan yetarlicha tanqidiy munosabatda bo‘lishi, o‘z muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklariga nisbatan real nazar tashlashi, o‘z oldiga erisha olishi mumkin bo‘lgan maqsadlarnigina qo‘ya olishi bilan boshqa zamonaviy yoshlardan ajralib turadi.

Zamonaviy yoshlar o‘zini obyektiv baholay olmaydigan holatlarda, ya’ni uning o‘zi haqidagi fikrlari boshqalar uni qanday deb hisoblashi bilan keskin mos kelmay qolgan hollarda o‘z-o‘zini baholash ko‘pincha noto‘g‘ri (noadekvat) bo‘ladi va bu xildagi o‘z-o‘zini baholash yuqori va past turlarga bo‘linadi. Zamonaviy yoshlarda o‘z-o‘zini baholash noadekvat past bo‘lsa, bunday yoshlar o‘zining real imkoniyatlarini ham past baholaydi. Bu esa odatda o‘z-o‘ziga ishonmaslikka, jur’atsizlikka, tortinchoqlikka, o‘z imkoniyat va qobiliyatlarini to‘g‘ri ishga sola olmaslikka olib keladi. O‘z-o‘zini haddan ortiq past baholash o‘zidan qoniqmaslik, o‘ziga ishonmaslik, befarqlik, tashabbussizlik, o‘z-o‘zini ayblash va hadiksirash kabi komplekslardan darak beradi. Bunday zamonaviy yoshlar o‘z oldiga qiyin erishiladigan maqsadlarni qo‘ymaydi, kundalik odatlangan vazifalarni bajarish bilangina qanoatlanadi, o‘z-o‘ziga nisbatan nihoyatda tanqidchan bo‘ladi [2].

S.D. Shekoldinning ta’kidlashicha, “Shaxsning tashqi olam va unda sodir bo‘layotgan voqea-hodisalarni chuqur anglashining asosida uning ichki olami yotadi. Bu ichki olam shaxsning o‘zi va o‘zining shaxsiy hayotini, o‘zining shaxsiy sifatlarini va o‘z ehtiyojlarini boshqalarniki bilan taqqoslashga nisbatan qiziqish hosil qilishiga imkon beradi. Shaxsning stressga barqarorligi uning o‘zi va boshqalar haqida real tasavvurlarning shakllanishi bilan bog‘liq ravishda kechadi” [3; 57-b.].

Yuqoridagi tahlillardan kelib chiqib, shunday xulosaga kelish mumkinki, ishlab chiqilgan dastur va o‘tkazilgan mashg‘ulotlarda sinaluvchi zamonaviy yoshlarda o‘zi va boshqalar haqidagi real tasavvurlarning shakllanishi, o‘zining ma’lum bir pozitsiyada tura olishi kabi xususiyatlarni kutilgan darajada shakllantirish uchun dastur imkoniyatlarini qayta ko‘rib chiqish zarur. Bundan tashqari, shaxsning o‘zini baholashini adekvatlashtirish maqsadida o‘tkaziladigan treninglarda albatta o‘ziga baho berishning kognitiv va emotsional komponentlariga ta’sir etuvchi mashg‘ulotlarni ham qo‘shish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Липкина А.И. Самооценка школника. - М.: Знания, 2014. - 64 с
2. Небылицын В.Д. Психофизиологические исследования индивидуалных различий. - М.: Наука, 2016. - 336 с
3. Щеколдин С.Д. Тренинг толерантности. - М.: Смысл, 2004. - 96 с

АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕНИЯ НАРРАТИВНО-ЭКСПОЗИЦИОННОЙ ТЕРАПИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВШИХ ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ В УСЛОВИЯХ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Юлдашев Санжар Рузимуродович
Доцент кафедры “Практическая психология” НПУ, доктор философии по психологическим наукам (PhD)

Аннотация. В статье рассматривается алгоритм проведения нарративно-экспозиционной терапии в психологической реабилитации детей, переживших травматический опыт в условиях террористической активности. Основное внимание уделяется не общетеоретическому описанию метода, а его поэтапному практическому применению в работе с детской психотравмой.

На основе анализа международных исследований раскрываются задачи каждого этапа терапии, действия психолога, предполагаемая активность ребёнка и терапевтические результаты. Для формирования целостного представления о технологии NET приведён условный клинический пример ребёнка, репатриированного из зоны террористической активности.

Показано, что последовательное построение жизненного нарратива, контролируемая экспозиция травматических воспоминаний и интеграция травматического опыта в автобиографическую память способствуют снижению симптомов посттравматического стрессового расстройства, уменьшению избегания, восстановлению чувства безопасности и повышению адаптационного потенциала ребёнка.

Ключевые слова: нарративно-экспозиционная терапия, NET, детская психотравма, посттравматическое стрессовое расстройство, психологическая реабилитация, репатриированные дети, травматический опыт, террористическая активность.

Annotatsiya. Maqolada terroristik faollik sharoitida travmatik tajribani boshdan kechirgan bolalarni psixologik reabilitatsiya qilishda narrativ-ekspozitsion terapiya algoritmi yoritilgan. Asosiy e’tibor metodning umumiy nazariy tavsifiga emas, balki bolalar psixotravmasi bilan ishlashda uning bosqichma-bosqich amaliy qo‘llanilishiga qaratilgan.

Har bir bosqichning vazifalari, psixologning harakatlari, bolaning ishtiroki va kutiladigan terapevtik natijalar ochib berilgan. NET texnologiyasi haqida yaxlit tasavvur hosil qilish maqsadida terroristik faollik hududidan repatriatsiya qilingan bola bilan ishlashga oid shartli klinik misol keltirilgan.

Kalit so‘zlar: narrativ-ekspozitsion terapiya, NET, bolalar psixotravmasi, posttravmatik stress buzilishi, psixologik reabilitatsiya, repatriatsiya qilingan bolalar, travmatik tajriba.

Abstract. The article examines the algorithm of Narrative Exposure Therapy in the psychological rehabilitation of children who have experienced traumatic events under conditions of terrorist activity. The focus is placed not on the general theoretical description of the method, but on its step-by-step practical application in working with childhood trauma.

Based on international research, the article describes the goals of each therapeutic stage, the actions of the psychologist, the child’s participation, and expected therapeutic outcomes. A fictional clinical case of a repatriated child is used to illustrate the practical implementation of NET.

The findings show that the construction of a coherent life narrative, controlled exposure to traumatic memories, and integration of traumatic experience into autobiographical memory contribute to reducing PTSD symptoms, avoidance behavior, emotional distress, and restoring a sense of safety.

Keywords: Narrative Exposure Therapy, NET, childhood trauma, PTSD, psychological rehabilitation, repatriated children, traumatic experience, terrorist activity.

ВВЕДЕНИЕ

Психологическая реабилитация детей, переживших травматический опыт в условиях террористической активности, относится к числу наиболее сложных направлений современной практической психологии. Речь идёт о детях, которые могли длительное время находиться в ситуации хронической угрозы, становиться свидетелями насилия, разрушений, гибели близких, вынужденного перемещения, идеологического давления и социальной изоляции. Подобный опыт оказывает воздействие не только на эмоциональное состояние ребёнка, но и на формирование памяти, идентичности, чувства безопасности, доверия к взрослым и способности к социальной адаптации.

Особенность детской травмы, полученной в условиях террористической активности, состоит в её множественном и длительном характере. Ребёнок может пережить не одно изолированное травматическое событие, а целую серию эпизодов: переезд в опасную зону, жизнь в условиях страха, потерю близких, пребывание в лагере, возвращение в новую социальную среду. В результате травматические воспоминания часто сохраняются фрагментарно: в виде отдельных образов, звуков, телесных ощущений и эмоциональных

вспышек. Именно поэтому обычные поддерживающие беседы не всегда позволяют достичь глубокой переработки травматического опыта.

Одним из научно обоснованных методов работы с множественной травмой является нарративно-экспозиционная терапия. Метод был разработан Мэгги Шауэр, Франком Нойнером и Томасом Эльбертом как краткосрочный травма-фокусированный подход для лиц, переживших войну, насилие, пытки, вынужденное переселение и другие формы экстремальной травматизации. В детской практике применяется адаптированная версия метода - KIDNET, ориентированная на возрастные особенности ребёнка.

Цель настоящей статьи - раскрыть алгоритм проведения нарративно-экспозиционной терапии при работе с детьми, пережившими травматический опыт в условиях террористической активности, и показать практическое содержание каждого этапа на примере единого условного кейса.

ИЗУЧЕННОСТЬ ТЕМЫ И МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Теоретические основы нарративно-экспозиционной терапии были разработаны Мэгги Шауэр, Франком Нойнером и Томасом Эльбертом. Авторы рассматривают посттравматическое стрессовое расстройство как результат нарушения интеграции автобиографической памяти. Травматические события сохраняются не как связные воспоминания о прошлом, а как фрагментированные сенсорные и эмоциональные следы, которые могут активироваться при встрече с триггерами и переживаться как актуальная угроза.

Исследования Клаудии Катани, Мартины Руф, Риты Оньют и других авторов показали эффективность NET и KIDNET при работе с детьми, пережившими вооружённые конфликты, миграцию, насилие и длительное пребывание в условиях угрозы. В этих исследованиях отмечалось снижение симптомов ПТСР, уменьшение избегания, снижение тревожности и улучшение общего эмоционального функционирования детей.

Джудит Герман в своих работах подчёркивала, что восстановление после травмы связано с возвращением контроля над собственной жизненной историей. Бессел ван дер Колк обращал внимание на то, что травматическая память отличается от обычной памяти: она нередко сохраняется в телесных реакциях, внезапных образах и эмоциональных вспышках. Эти положения хорошо согласуются с логикой NET, где травматические воспоминания постепенно переводятся из состояния фрагментированных переживаний в связный автобиографический нарратив.

Среди русскоязычных авторов значимый вклад в изучение психической травмы внесла Н.В. Тарабрина, рассматривавшая посттравматический стресс как сложное нарушение эмоциональной, когнитивной и поведенческой сфер личности. Работы по кризисной психологии и детской травме также подчёркивают необходимость безопасной, структурированной и поэтапной работы с детьми, пережившими экстремальные события.

Статья носит научно-практический характер. В качестве методологической основы использованы травма-информированный подход, теория автобиографической памяти, положения нарративной психотерапии и международные протоколы нарративно-экспозиционной терапии.

Для иллюстрации алгоритма используется условный клинический пример. Кейс является обобщённым, не содержит персональных данных и создан исключительно в учебно-методических целях. Он отражает типичные трудности, которые могут наблюдаться у детей, репатриированных из зон террористической активности.

Описание условного кейса

Девочка А., 12 лет, была репатриирована из зоны террористической активности вместе с матерью. В течение нескольких лет она проживала в условиях вооружённого конфликта. В возрасте 9 лет стала свидетелем взрыва возле дома и гибели близкого родственника. Позже некоторое время находилась в лагере временного размещения. После возвращения в безопасную среду у ребёнка наблюдались ночные кошмары, страх громких звуков, избегание разговоров о прошлом, эмоциональная замкнутость, раздражительность, трудности концентрации внимания и чувство вины за то, что она «ничего не смогла сделать».

На момент обращения девочка училась в школе, но испытывала трудности в общении со сверстниками. В классе держалась обособленно, часто вздрагивала при резких звуках, избегала мероприятий, где могла быть громкая музыка или хлопки. Мать отмечала, что ребёнок часто просыпается ночью и боится оставаться одна в комнате.

Алгоритм проведения нарративно-экспозиционной терапии

Этап 1. Первичная диагностика и оценка состояния ребёнка

На первом этапе основная задача психолога состоит в том, чтобы определить уровень травматизации ребёнка, выраженность симптомов ПТСР, наличие тревожных, депрессивных, диссоциативных и поведенческих проявлений, а также оценить ресурсы и риски. Важно учитывать, что ребёнок, переживший террористическую активность, может не сразу говорить о травме напрямую. Поэтому психолог начинает не с детального расспроса о страшных

событиях, а с общей оценки состояния, режима сна, страхов, реакций на триггеры, отношений с семьёй и сверстниками.

Психолог использует клиническое интервью, наблюдение, беседу с законным представителем, а при необходимости - стандартизированные методики оценки травматического стресса. На этом этапе специалист также оценивает, готов ли ребёнок к экспозиционной работе. Если ребёнок находится в состоянии острого кризиса, выраженной дезорганизации, угрозы самоповреждения или отсутствия базовой безопасности, работа начинается не с экспозиции, а со стабилизации.

Действия психолога включают установление контакта, сбор анамнеза, выявление травматических событий, определение триггеров, оценку семейной поддержки и объяснение ближайших шагов. Действия ребёнка на данном этапе могут быть минимальными: он может отвечать коротко, молчать, избегать зрительного контакта или переключаться на нейтральные темы. Это не рассматривается как сопротивление, а понимается как естественная защитная реакция.

В кейсе девочки А. психолог начал с вопросов о текущем состоянии: «Как ты спишь?», «Есть ли звуки, которых ты боишься?», «Что происходит, когда ты слышишь громкий хлопок?». Девочка сначала отвечала односложно, но при вопросе о громких звуках сказала: «Мне кажется, что сейчас опять что-то случится». Это позволило выявить важный симптом - переживание прошлого как актуальной угрозы. Мать сообщила о ночных кошмарах и избегании разговоров о прошлом. На основании беседы были выделены основные триггеры: громкие хлопки, звук самолёта, разговоры о войне, изображения разрушенных зданий.

Терапевтическим результатом первого этапа стало понимание структуры симптомов, определение степени готовности к NET и формулирование предварительного плана работы.

Этап 2. Формирование терапевтического альянса и безопасного пространства

В работе с детьми, пережившими насилие, утрату и длительный страх, терапевтический альянс является не формальностью, а ключевым условием безопасности. Ребёнок должен убедиться, что психолог не будет принуждать его к рассказу, не будет осуждать и не станет обесценивать его переживания.

На этом этапе важно объяснить правила: ребёнок может говорить в своём темпе, может попросить паузу, может использовать рисунок или символы, если слова даются трудно.

Психолог создаёт предсказуемую структуру встречи: приветствие, краткое обсуждение состояния, основная часть, завершение и возвращение к спокойному состоянию. Такая повторяемость снижает тревогу. Специалист также использует элементы стабилизации: дыхательные упражнения, ориентацию в пространстве, техники «здесь и сейчас».

Действия психолога заключаются в поддержке, нормализации реакций, постепенном укреплении доверия и формировании ощущения контроля у ребёнка. Действия ребёнка могут проявляться в осторожном включении в контакт, выборе тем, рассказе о нейтральных событиях, рисунках, вопросах о терапии.

В кейсе девочки А. первые две встречи были посвящены не травме, а знакомству. Психолог спрашивал о её любимых занятиях, школе, животных, рисовании. Девочка нарисовала дом и дерево, но людей на рисунке сначала не изображала. На второй встрече она сказала: «Я не хочу рассказывать страшное». Психолог ответил: «Мы не будем торопиться. Сначала мы научимся делать так, чтобы тебе было безопасно вспоминать». Это стало важным моментом формирования доверия.

Результатом этапа стало появление у ребёнка ощущения, что терапия - это не допрос и не принуждение, а контролируемый и безопасный процесс.

Этап 3. Психообразование ребёнка и законного представителя

Психообразование помогает ребёнку и его семье понять, что симптомы травмы не являются «капризом», «слабостью» или «плохим характером». Психолог объясняет, что ночные кошмары, избегание, вспышки страха, раздражительность и телесное напряжение могут быть естественными последствиями пережитого ужаса.

Для детей объяснение должно быть образным и доступным. Можно использовать метафору книги, памяти как шкафа с перемешанными вещами, сигнализации, которая продолжает срабатывать даже тогда, когда опасность уже прошла. Важно подчеркнуть, что цель терапии - не стереть память, а помочь воспоминаниям занять своё место в прошлом.

Действия психолога включают объяснение природы травмы, различение прошлого и настоящего, обсуждение триггеров, обучение простым навыкам саморегуляции. Действия ребёнка включают узнавание своих симптомов, называние страхов, обсуждение телесных реакций.

В кейсе девочки А. психолог использовал метафору: «Представь, что в твоей памяти есть книга жизни. Некоторые страницы очень страшные, и они как будто не приклеены к книге. Когда появляется громкий звук, эти страницы открываются сами, и кажется, что всё происходит снова. Мы будем помогать

этим страницам занять своё место в книге». Девочка сказала: «Значит, я не сумасшедшая, если мне кажется, что это снова рядом?» Психолог подтвердил: «Нет. Это реакция памяти на страшный опыт».

После психообразования девочка стала менее стыдиться своих реакций. Мать также начала воспринимать ночные кошмары не как упрямство, а как симптом травмы.

Этап 4. Построение линии жизни

Построение линии жизни является одним из центральных инструментов NET. Его задача - визуализировать жизненный путь ребёнка, выделить позитивные, нейтральные и травматические события, а также подготовить структуру будущего нарратива. В детской работе обычно используются символы: цветы обозначают ресурсные и радостные события, камни - тяжёлые и травматические эпизоды, свечи - утраты, листья - людей, которые помогали.

Психолог не навязывает ребёнку интерпретацию событий. Он предлагает вспомнить жизнь от раннего детства до настоящего момента и разместить символы на линии. Важно, чтобы ребёнок увидел: его жизнь не состоит только из травмы. В ней есть также отношения, радость, достижения, помощь и надежда.

Действия психолога включают объяснение символов, сопровождение ребёнка, уточнение хронологии и эмоциональной значимости событий. Действия ребёнка заключаются в выборе символов, размещении их на линии жизни, назывании событий и первичном структурировании своей истории.

В кейсе девочки А. психолог разложил на полу верёвку и предложил представить, что это её жизненный путь. Девочка положила цветы на события: «день, когда родился брат», «любимая учительница», «возвращение в Узбекистан». Затем она положила камни: «переезд в опасное место», «взрыв возле дома», «смерть родственника», «лагерь». Самый большой камень она положила на событие гибели родственника. Когда психолог спросил: «Этот камень самый тяжёлый?», девочка кивнула, но говорить подробно пока не стала.

Результатом этапа стало появление общей карты жизни, где травма была обозначена, но ещё не проработана. Это позволило перейти к следующему этапу без хаотичного погружения в травматические воспоминания.

Этап 5. Выбор травматического эпизода для экспозиции

После построения линии жизни психолог совместно с ребёнком определяет, какие события требуют глубокой проработки. В NET важно двигаться хронологически, но при этом учитывать эмоциональную готовность

ребёнка. Терапевт не выбирает эпизод насильно. Он помогает ребёнку понять, какие воспоминания чаще всего возвращаются в кошмарах, вызывают страх или избегание.

Действия психолога состоят в бережном уточнении значимости событий: «Какой камень чаще всего вспоминается?», «О каком событии труднее всего говорить?», «Какое воспоминание приходит ночью?». Действия ребёнка заключаются в выборе или обозначении наиболее болезненного воспоминания, даже если он пока не готов рассказывать его полностью.

В кейсе девочки А. самым тяжёлым оказался эпизод гибели родственника. При его упоминании у девочки учащалось дыхание, появлялись слёзы, она сжимала руки. Психолог не начал экспозицию сразу, а сначала сказал: «Мы видим, что это очень тяжёлое место в твоей истории. Мы будем подходить к нему постепенно, и я буду рядом». Такое признание тяжести события снизило напряжение и помогло сохранить контакт.

Результатом этапа стало определение ключевого травматического события и подготовка ребёнка к его постепенной нарративной переработке.

Этап 6. Нарративная экспозиция травматического события

Нарративная экспозиция является центральным этапом NET. Её цель - не просто «рассказать о травме», а восстановить последовательность события, связать сенсорные, эмоциональные, когнитивные и телесные элементы воспоминания и поместить их в контекст прошлого. Терапевт помогает ребёнку пройти через воспоминание от начала до конца, сохраняя контакт с настоящим и ощущение безопасности.

Психолог задаёт уточняющие вопросы: «Где ты была?», «Что ты увидела?», «Что услышала?», «Что почувствовала в теле?», «Какая мысль пришла в голову?», «Что произошло потом?». При этом он не драматизирует событие и не избегает деталей. Если ребёнок уходит в чрезмерное возбуждение, психолог использует grounding: просит назвать предметы в комнате, почувствовать стопы на полу, сделать медленный вдох и выдох. Однако важно не прерывать экспозицию слишком рано, иначе избегание может закрепиться.

Действия психолога включают сопровождение, уточнение, удержание хронологии, поддержку эмоционального выражения и возвращение к настоящему. Действия ребёнка включают воспроизведение события, называние чувств, телесных ощущений, мыслей и постепенное восстановление последовательности.

В кейсе девочки А. первый рассказ был фрагментарным: «Был звук… все кричали… потом я увидела его… он лежал». Психолог мягко уточнил:

«Давай начнём с самого утра. Где ты была в тот день?» Девочка рассказала, что была дома, слышала разговор взрослых, затем громкий звук. На вопрос «Что ты почувствовала в теле?» она ответила: «У меня всё сжалось, я не могла дышать». Психолог сказал: «Сейчас ты здесь, в кабинете. Твои ноги стоят на полу. А тогда тебе было очень страшно. Давай продолжим медленно».

На следующих сессиях рассказ стал более подробным. Девочка смогла описать, кто был рядом, что она увидела, как взрослые реагировали, что она подумала. Самой важной была мысль: «Я должна была помочь». Психолог помог отделить детское чувство вины от реальной ответственности: «Тебе было 9 лет. В тот момент ты была ребёнком в опасной ситуации. Ответственность за происходящее не лежала на тебе».

Результатом этапа стало снижение интенсивности воспоминания. Девочка по-прежнему грустила, но уже могла говорить об эпизоде без панической реакции.

Этап 7. Реконструкция автобиографического нарратива

После проработки отдельных травматических эпизодов психолог помогает ребёнку собрать жизненную историю в связный рассказ. Это важный этап, потому что травматическая память перестаёт существовать как изолированный фрагмент и включается в общий контекст жизни: «это было тогда», «это часть моей истории», «это не происходит сейчас».

Психолог может зачитывать ребёнку составленный нарратив, уточнять формулировки, спрашивать, правильно ли отражены события и чувства. В детской практике можно использовать письменный текст, рисунки, символы, карту жизни. Главная задача - создать последовательность, в которой есть прошлое, настоящее и будущее.

Действия психолога включают структурирование рассказа, проверку точности, связывание событий и фиксацию изменений. Действия ребёнка заключаются в участии в создании своей истории, уточнении деталей и принятии того, что травма является частью прошлого опыта.

В кейсе девочки А. психолог вместе с ней восстановил историю: раннее детство, школа, переезд, жизнь в опасной зоне, взрыв, гибель родственника, лагерь, возвращение, новая школа. Девочка впервые сказала: «Это было тогда. Сейчас я здесь». Это высказывание стало важным маркером интеграции травматического опыта.

Результатом этапа стало формирование более целостного автобиографического нарратива и уменьшение ощущения, что травма продолжается в настоящем.

Этап 8. Интеграция травматического опыта и работа с самоотношением

После реконструкции нарратива важно помочь ребёнку осмыслить пережитый опыт без самообвинения и стигматизации. У детей, переживших террористическую активность, часто формируются мысли: «я виноват», «я слабый», «со мной что-то не так», «я не имею права радоваться». Эти убеждения могут поддерживать тревогу, депрессию и социальную изоляцию.

Психолог помогает ребёнку увидеть различие между ответственностью взрослых и переживаниями ребёнка, между прошлой опасностью и настоящей безопасностью, между травмой и личностью. На этом этапе важно укреплять ресурсы: выживание, способность просить помощь, заботу о близких, стремление учиться, интерес к будущему.

Действия психолога включают работу с чувством вины, поддержание реалистичного самоотношения, поиск ресурсов и формирование новых смыслов. Действия ребёнка заключаются в переоценке своих убеждений, назывании сильных сторон и признании права на будущее.

В кейсе девочки А. центральным было чувство вины: «Если бы я побежала быстрее, может быть, он был бы жив». Психолог помог ей рассмотреть ситуацию с позиции возраста, опасности и реальных возможностей ребёнка. Постепенно девочка сформулировала: «Я была маленькая. Я испугалась. Я не могла остановить это». Это стало важным шагом в снижении патологического самообвинения.

Результатом этапа стало уменьшение чувства вины, укрепление самоотношения и появление более реалистичного восприятия прошлого.

Этап 9. Завершение терапии и укрепление ресурсов

Завершение NET не должно быть резким. Психолог возвращается к линии жизни, показывает ребёнку весь пройденный путь и помогает увидеть изменения. Обсуждаются навыки, которые помогали справляться с воспоминаниями, люди, к которым ребёнок может обратиться, планы на будущее и возможные трудные ситуации.

На этом этапе важно закрепить идею: травматическая история не исчезла, но она больше не управляет жизнью ребёнка. Ребёнок может помнить о прошлом и одновременно строить будущее.

Действия психолога включают подведение итогов, повторную оценку симптомов, обсуждение ресурсов, планирование поддержки и профилактику повторной дезорганизации. Действия ребёнка включают осознание изменений, выбор поддерживающих стратегий и формулирование будущих целей.

В кейсе девочки А. на последней встрече она снова посмотрела на линию жизни. Раньше её внимание было сосредоточено только на камнях. Теперь она сама добавила новые цветы: «новая школа», «подруга», «я снова рисую». На вопрос о будущем девочка сказала, что хочет стать врачом. Это свидетельствовало не только о снижении симптомов, но и о восстановлении жизненной перспективы.

Результатом завершающего этапа стало закрепление изменений, укрепление ресурсов и формирование позитивного образа будущего.

АНАЛИЗ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Анализ представленного кейса показывает, что эффективность NET определяется не отдельным терапевтическим приёмом, а последовательностью этапов. Диагностика позволяет определить уровень готовности ребёнка к работе. Терапевтический альянс создаёт безопасность. Психообразование снижает страх перед симптомами. Линия жизни структурирует опыт. Экспозиция позволяет переработать травматические воспоминания. Реконструкция нарратива возвращает ребёнку целостную историю жизни. Интеграция опыта снижает самообвинение и укрепляет идентичность.

В начале терапии воспоминания девочки А. были фрагментированными, сопровождались выраженной тревогой, телесным напряжением и избеганием. После прохождения этапов NET она смогла говорить о травматическом событии более последовательно, отделять прошлое от настоящего, уменьшить чувство вины и восстановить интерес к будущему. Это соответствует данным международных исследований, подтверждающих эффективность NET при работе с детьми, пережившими множественную травматизацию.

С научно-практической точки зрения данный подход особенно важен для реабилитации детей, возвращённых из зон террористической активности. Их травматический опыт часто не ограничивается одним событием, а охватывает длительный период жизни.

Поэтому метод, работающий с целостной биографией ребёнка, оказывается особенно релевантным.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Нарративно-экспозиционная терапия представляет собой структурированный, научно обоснованный и практически применимый метод психологической реабилитации детей, переживших травматический опыт в условиях террористической активности. Её основное преимущество заключается в том, что она позволяет работать не только с отдельным симптомом, но и с нарушенной целостностью жизненной истории ребёнка.

Пошаговый алгоритм NET обеспечивает безопасное движение от первичной диагностики к глубокой переработке травматических воспоминаний и дальнейшей интеграции опыта. При правильном применении метод способствует снижению симптомов ПТСР, уменьшению избегания, восстановлению чувства безопасности, снижению самообвинения и укреплению адаптационного потенциала ребёнка.

В практической работе с детьми, репатриированными из зон террористической активности, рекомендуется: готовить специалистов по протоколам NET и KIDNET; включать травма-фокусированные методы в программы психосоциальной реабилитации; обеспечивать межведомственное взаимодействие психологов, социальных работников, педагогов и медицинских специалистов; разрабатывать национальные методические рекомендации по работе с детской травмой; проводить дальнейшие эмпирические исследования эффективности NET в условиях Центральной Азии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. UNICEF. The State of the World's Children. New York: UNICEF, 2023.
2. World Health Organization. Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Settings. Geneva: WHO, 2022.
3. Schauer M., Neuner F., Elbert T. Narrative Exposure Therapy: A Short-Term Treatment for Traumatic Stress Disorders. 2nd ed. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2011. 176 p.
4. Catani C., Kohiladevy M., Ruf M., Schauer E., Elbert T., Neuner F. Treating children traumatized by war and tsunami: A comparison between exposure therapy and meditation-relaxation // BMC Psychiatry. 2009. Vol. 9. Article 22. P. 1-11.
5. Onyut L.P., Neuner F., Schauer E., Ertl V., Odenwald M., Schauer M., Elbert T. Narrative Exposure Therapy as a treatment for child war survivors with posttraumatic stress disorder: Two case reports and a pilot study in an African refugee settlement // BMC Psychiatry. 2005. Vol. 5. Article 7.
6. Ruf M., Schauer M., Neuner F., Catani C., Schauer E., Elbert T. Narrative Exposure Therapy for 7- to 16-year-old children: A randomized controlled trial with traumatized refugee children // Journal of Traumatic Stress. 2010. Vol. 23(4). P. 437-445.
7. Herman J. Trauma and Recovery. New York: Basic Books, 1997. 290 p.
8. van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York: Viking, 2014. 464 p.

9. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. Москва: Институт психологии РАН, 2009. 304 с.

10. Калмыкова Е.С. Психологическая помощь при последствиях психической травмы. Москва: Когито-Центр, 2012. 256 с.

11. World Health Organization. Guidelines for the Management of Conditions Specifically Related to Stress. Geneva: WHO, 2013. 54 p.

12. UNODC. Handbook on Children Recruited and Exploited by Terrorist and Violent Extremist Groups. Vienna: United Nations, 2017. 116 p.

13. International Society for Traumatic Stress Studies. Posttraumatic Stress Disorder Prevention and Treatment Guidelines. ISTSS, 2019.

14. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5th ed. Text Revision. Washington, DC: APA, 2022.

15. Perry B.D., Szalavitz M. The Boy Who Was Raised as a Dog. New York: Basic Books, 2017. 448 p.

OLIMPIYA TERMA JAMOASI SPORTCHILARINI MUSOBAQAOLDI PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIK VOSITALARDAN FOYDALANISHNING ILMIY-AMALIY ASOSLARI

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

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy sport psixologiyasida psixologik barqarorlik va stressga chidamlilikni rivojlantirish masalalari hamda ularni baholash va monitoring qilishda innovatsion texnologik vositalarning o‘rni tahlil qilingan. Olimpiya sportida sportchilardan yuqori darajadagi stressga chidamlilik, emotsional o‘zini-o‘zi boshqarish va psixofiziologik moslashuv talab etiladi. Tadqiqot natijalari ROFES, poligraf va Psychotest apparatlarining sportchilarning ruhiy hamda fiziologik holatini raqamli, obyektiv va standartlashtirilgan ko‘rsatkichlar asosida baholashda samarali vosita ekanligini ko‘rsatdi.

Mazkur texnologiyalar tayyorgarlik jarayonini individual monitoring qilish, psixologik tayyorgarlik strategiyalarini ishlab chiqish hamda musobaqalarga tayyorgarlik samaradorligini oshirish imkonini beradi. Shuningdek, yuqori natijali sportchilarda ijtimoiy moslashuv, stressga chidamlilik va emotsional barqarorlikni ta’minlashning sport psixologiyasidagi dolzarb ahamiyati yoritilgan.

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

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы развития психологической устойчивости и стрессоустойчивости в современной спортивной психологии, а также роль инновационных технологических средств в их оценке и мониторинге. Олимпийский спорт предъявляет высокие требования к стрессоустойчивости спортсменов, способности контролировать эмоции и адаптироваться к психофизиологическим нагрузкам.

Результаты исследования показали, что аппараты РОФЭС, полиграф и Psychotest являются эффективными инструментами для оценки психического и физиологического состояния спортсменов на основе цифровых, объективных и стандартизированных показателей. Использование данных технологий позволяет осуществлять индивидуальный мониторинг тренировочного процесса, разрабатывать стратегии психологической подготовки и повышать эффективность подготовки к соревнованиям. Кроме

того, подчеркивается актуальность обеспечения социальной адаптации, стрессоустойчивости и эмоциональной стабильности спортсменов высокой квалификации как важнейших факторов спортивной деятельности.

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

Abstract. This article examines the issues of developing psychological resilience and stress resistance in modern sports psychology, as well as the role of innovative technological tools in their assessment and monitoring. Olympic sports require athletes to demonstrate a high level of stress resistance, emotional self-regulation, and psychophysiological adaptation.

The findings indicate that ROFES, polygraph, and Psychotest devices are effective tools for assessing athletes' psychological and physiological conditions using digital, objective, and standardized indicators. These technologies enable individualized monitoring of the training process, the development of psychological preparation strategies, and the enhancement of competition readiness. The study also highlights the significance of social adaptation, stress resistance, and emotional stability as essential factors for achieving high athletic performance.

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

KIRISH

Yurtimizda o‘sib kelayotgan yosh avlodni ma’naviy-axloqiy jihatdan yetuk, jismonan sog‘lom va barkamol shaxs sifatida tarbiyalash davlat va jamiyat oldidagi eng muhim strategik vazifalardan biridir. Shu nuqtayi nazardan, ularning jismoniy, ruhiy, axloqiy va ma’naviy sifatlarini rivojlantirish, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, vatanparvarlik tuyg‘ularini shakllantirish hamda ijtimoiy faolligini oshirish jarayonida jismoniy tarbiya va sportning roli beqiyos ahamiyatga ega.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 20-yanvardagi PF-18-son “Yoshlar siyosati va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmonida aholi o‘rtasida sportni ommalashtirish va sog‘lom turmush tarziga keng jalb etish, sport ta’limi tizimini takomillashtirish, sport turlari bo‘yicha yuqori natijador sportchilar zaxirasini yaratish, Olimpiya va Paralimpiya harakatini rivojlantirish, nufuzli xalqaro musobaqalarda sportchilarning muvaffaqiyatli ishtirokini ta’minlash, sport infratuzilmasini modernizatsiya qilish,

sohani bosqichma-bosqich raqamlashtirish hamda xalqaro hamkorlikni rivojlantirish Sport vazirligi faoliyatining ustuvor yo‘nalishlari sifatida belgilangan.

Mazkur ustuvor yo‘nalishlardan kelib chiqib, yuqori malakali sportchilarni musobaqalarga kompleks tayyorlash, ularning raqobatbardoshligini oshirish va barqaror sport natijalariga erishishini ta’minlash dolzarb ilmiy-amaliy vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, Olimpiya terma jamoasi sportchilarini musobaqalarga psixologik jihatdan tayyorlash jarayonida zamonaviy texnologik vositalardan foydalanish, psixologik monitoring va tahlil tizimlarini joriy etish hamda sportchilarga ko‘rsatiladigan psixologik-pedagogik yordam mexanizmlarini xalqaro standartlar asosida ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish muhim ahamiyat kasb etadi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Hozirgi kunga qadar sport psixologiyasi aniq psixologik vazifalarni (masalan, psixologik barqarorlikni shakllantirishni) to‘liq hal etishga imkon beradigan texnologiyalarni taklif eta olgani yo‘q. Aksincha, u ko‘pincha umumiy xarakterga ega bo‘lgan tavsiyalar majmuasini taqdim etadi va aniq nazorat nuqtalari hamda samaradorlik mezonlarisiz uzoq muddatli ish jarayonini nazarda tutadi, ayniqsa, aniq psixologik vazifalarni hal etish masalasida. Shu sababli, psixologik ishlarning zarurati va muhimligini anglagan holda ham, murabbiylar va sportchilar psixologik tavsiyalarni qabul qilish hamda ularni amaliyotga tatbiq etishga yetarli darajada tayyor bo‘lmay qolmoqdalar [1, 10-bet].

Olimpiya sporti sportchi faoliyatida shunday murakkab vaziyatlarni yuzaga keltiradiki, bu holatlarda undan yuqori darajadagi stressga chidamlilik, o‘zini tuta bilish, maqsadga erishishga xalaqit beruvchi kuchli destruktiv va ayrim hollarda ijobiy emotsiyalarni nazorat qila olish qobiliyati talab etiladi. Ushbu talablar nafaqat musobaqa jarayonida, balki undan tashqarida ham sportchining psixologik reaksiyalarini boshqarish va ularni ongli ravishda nazorat qilish tizimini doimiy ravishda takomillashtirish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mazkur holat, ayniqsa, yuqori sport natijalariga erishgan sportchilar uchun dolzarb ahamiyat kasb etadi, chunki ular doimiy ravishda ommaviy axborot vositalari, muxlislar va jamoatchilik diqqat markazida bo‘ladilar. Minglab tomoshabinlar qarshisida chiqish qilish, ommaviy axborot vositalari vakillariga tez-tez intervyu berish sportchilarda psixologik muammolar yuzaga kelishi xavfini oshirishi mumkin. Shu bois, yuqori malakali sportchilarning ijtimoiy moslashuvi sport psixologiyasining ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi [2, 7-bet].

Boshqa mamlakatlardan farqli ravishda, AQSH o‘z olimpiyachilarining nafaqat taktik-texnik va jismoniy tayyorgarligiga, balki har bir sportchining psixologik tayyorgarligiga ham jiddiy e’tibor qaratadi. Amerika Psixologlar

Assotsiatsiyasi (APA) ma’lumotlariga ko‘ra, so‘nggi yillarda Olimpiya darajasidagi sportchilar bilan psixologik yo‘nalishda olib borilayotgan ishlar ehtiyoj asosida sezilarli darajada kengaytirilmoqda. Maykl Felps va Simona Baylz kabi katta tajribaga ega, dunyoga mashhur sportchilarda ham psixologik muammolar kuzatilgani hamda ularning mutaxassis psixologlar bilan ishlagani APAning rasmiy manbalarida qayd etilgan.

“Biz AQSHga yetib olishimizgacha ancha bor”, deb o‘tirish yaramaydi. Zamonaviy professional sport transformatsiyaga uchrayotganini tan olish, eskicha uslubda ishlayotgan murabbiylar hamda mashg‘ulotlarni olib borayotgan sportchilar, ayniqsa, natija past bo‘lgan hollarda nimanidir o‘zgartirish, rivojlanish va yangiliklarni qabul qilishni o‘rganishlari zarur bo‘lgan vaqt keldi. Yuqoridagilardan kelib chiqib, mutaxassis psixolog va amaliyotchi sport psixologi sifatida quyidagi faktlarni to‘pladik hamda ularni professional sport sohasidagi murabbiylar, ayniqsa, sportchilarimiz va mutasaddi tashkilotlar vakillari bilishlari foydadan holi bo‘lmaydi, degan fikrdamiz (Akobir Abdullayev) [4].

TAHLIL VA NATIJALAR

Musobaqaga tayyorgarlik jarayonida sportchilarda stress, charchoq, motivatsiyaning pasayishi va diqqatni jamlash (konsentratsiya) darajasidagi o‘zgarishlar keng tarqalgan psixofiziologik hodisalar hisoblanadi. Ushbu o‘zgarishlarni o‘z vaqtida aniqlash hamda sportchining funksional holatini obyektiv baholash uchun ROFES apparati samarali diagnostik vosita sifatida qo‘llaniladi.

Rofes - bu elektropunkturaga asoslangan apparat-dasturiy tizim bo‘lib, inson organizmining umumiy funksional holati, stress darajasi, vegetativ tonus va psixo-emotsional reaksiya kabi parametrlarni baholash imkonini beradi. https://rofes.uz/production/rofes-professional/	

ROFES apparati sportchining psixofiziologik holatini bir necha yo‘nalishlarda tahlil qilish imkonini beradi. Stress va charchoq darajasi vegetativ nerv tizimining reaksiyalari orqali aniqlanadi, emotsional barqarorlik ruhiy holat indekslari yordamida baholanadi, adaptatsion resurslar esa sportchining stressga qarshi moslashuv qobiliyatini o‘lchashga xizmat qiladi. Shuningdek, energetik balans organizmning umumiy holatini aks ettiruvchi parametrlar orqali ifodalanadi. Ushbu ko‘rsatkichlar sport psixologiga sportchining ruhiy va fiziologik holati to‘g‘risida aniq xulosalar chiqarish imkonini yaratadi.

ROFES apparati tayyorgarlikning turli bosqichlarida ruhiy bosimning ortib borayotgan yoki ortmayotganligini, stressga chidamlilik darajasini hamda maksimal emotsional yuklama holatlarini oldindan aniqlash imkonini beradi. Monitoring natijalari sport psixologi va murabbiyga individual tayyorgarlik rejasini moslashtirish, tayyorgarlik samaradorligini oshirish hamda sportchining individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tayyorgarlik dasturlarini optimallashtirish imkonini beradi.

ROFES apparatining ilmiy va amaliy ahamiyati shundaki, u sportchining ruhiy va fiziologik holatini subyektiv baholash o‘rniga raqamli ko‘rsatkichlar asosida tahlil qilish imkonini beradi. Natijada stress va diqqat darajasidagi o‘zgarishlarni, ayniqsa, musobaqaoldi holatlarda aniqlash mumkin bo‘ladi. Mazkur natijalarga tayangan holda individual tayyorgarlik strategiyasini shakllantirish imkoniyati yuzaga keladi. ROFES an’anaviy klinik diagnostika vositasi emas, balki qo‘shimcha diagnostik metod sifatida qo‘llaniladi [6].

Xulosa qilib aytganda, ROFES apparati sportchilarning psixologik tayyorgarligini baholashda stress holatini aniqlash, emotsional barqarorlikni tahlil qilish, individual tayyorgarlik samaradorligini oshirish hamda murabbiy va psixologga real vaqt rejimida aniq ma’lumotlarni taqdim etish imkonini beradi. Shu orqali zamonaviy texnologik vositalar yordamida sportchilarning musobaqalarga psixologik tayyorligi kompleks va aniq tarzda monitoring qilinadi hamda tayyorgarlik samaradorligi oshiriladi.

Poligraf apparati insonning fiziologik reaksiyalarini real vaqt rejimida o‘lchash va tahlil qilish imkonini beruvchi qurilma hisoblanadi. Poligraf yurak urish tezligi, arterial qon bosimi, nafas olish tezligi va ritmi, shuningdek, ter bezlari faoliyati (galvanik teri reaksiyasi) kabi fiziologik parametrlarni qayd etadi va tahlil qiladi.

Poligraf (ko‘pincha “yolg‘on detektor” deb ataladi) - bu insonning fiziologik reaksiyalarini, jumladan yurak urishi, qon bosimi, nafas tezligi va ter bezlarining faoliyatini o‘lchash orqali uning **emotsional va stress holatini** aniqlashga xizmat qiluvchi apparat. https://sudex.uz/?p=3407	

Yurak urishi va qon bosimidagi o‘zgarishlar sportchining stress yoki tashvish darajasini baholash imkonini beradi. Yurak urish tezligi va arterial qon bosimining doimiy yuqori bo‘lishi ortiqcha stress holatini ko‘rsatishi mumkin. Nafas olish tezligi va ritmi esa sportchining musobaqaga tayyorlik darajasi hamda emotsional

barqarorligini baholashga xizmat qiladi. Chuqur va ritmik nafas olish stressni kamaytirishga yordam bersa, tez va nomutanosib nafas olish ortiqcha asabiylashuv belgisi sifatida namoyon bo‘ladi. Ter bezlari faoliyati esa nerv tizimining reaksiyalari va psixologik yuklanish darajasini aniqlashda ishonchli indikator hisoblanadi. Ushbu o‘lchovlar sport psixologiga obyektiv va raqamli ma’lumotlarni taqdim etadi hamda sportchining individual psixologik tayyorgarlik darajasini aniqlashga yordam beradi. Poligraf orqali olingan ma’lumotlar boshqa psixologik testlar natijalari bilan birgalikda tahlil qilinganda sportchining umumiy holatini yanada aniqroq baholash imkonini beradi [5].

Poligrafning ilmiy ahamiyati shundaki, u sportchining fiziologik va psixologik holatini raqamli hamda obyektiv tarzda baholash, stress va emotsional barqarorlikni tahlil qilish, shuningdek, musobaqaga tayyorgarlik jarayonida psixofiziologik moslashuv dinamikasini kuzatish imkonini beradi. Shu bilan birga, poligraf sport psixologiyasi va sport fiziologiyasi sohalarida yangi ilmiy tadqiqotlar olib borish uchun muhim empirik ma’lumotlar manbai sifatida ham qo‘llaniladi. Amaliy jihatdan poligraf tayyorgarlik mashg‘ulotlarini individuallashtirish, musobaqaoldi psixologik treninglarni samarali rejalashtirish hamda sportchining psixofiziologik holatini real vaqt rejimida nazorat qilish imkonini beradi. Natijada ortiqcha stress va charchoq holatlarining oldini olishga erishiladi [7].

Poligraf natijalari mustaqil tibbiy tashxis vositasi hisoblanmaydi. Shu sababli, undan foydalanishda natijalarni boshqa diagnostik metodlar, jumladan, psixologik testlar va sport psixologining kuzatuvlari bilan birgalikda talqin etish tavsiya etiladi. Shu bilan birga, poligraf apparati sportchilarning musobaqaga tayyorgarligini baholashda stress va emotsional yuklanish darajasini aniqlash, tayyorgarlik jarayonini individual moslashtirish, psixologik trening va mashg‘ulotlar samaradorligini oshirish hamda sportchining ruhiy barqarorligini mustahkamlashda muhim vosita hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, poligraf sport psixologining faoliyatini obyektivlashtiradi va musobaqalarga tayyorgarlik jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Zamonaviy texnologik vosita sifatida u sportchilarning psixofiziologik holatini baholash hamda murabbiylar tomonidan asoslangan qarorlar qabul qilinishini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Psychotest apparati kompyuterlashtirilgan psixologik baholash va diagnostika tizimi bo‘lib, sport psixologiyasida sportchilarning ruhiy holati, stress darajasi, motivatsiyasi, diqqat va konsentratsiya qobiliyati hamda psixofiziologik tayyorgarligini obyektiv va standartlashtirilgan tarzda aniqlash imkonini beradi. Mazkur apparatura avtomatlashtirilgan testlarni taqdim etadi, javoblarni avtomatik ravishda qayd qiladi, natijalarni statistik va normativ ko‘rsatkichlar bilan

taqqoslaydi hamda hisobotlarni tezkor va aniq shakllantiradi. Bu esa sport psixologiga sportchining individual xususiyatlarini chuqur tahlil qilish va baholashda qulaylik yaratadi.

Psychotest - bu psixodiagnostika va psixologik baholashni avtomatlashtirishga mo‘ljallangan **kompyuter asosidagi apparat va dasturiy kompleks** bo‘lib, insonning ruhiy, emotsional va kognitiv holatini o‘lchash uchun psixologik sinovlar (testlar)ni taqdim etadi. U oddiy psixologik testlarni elektron shaklda boshqaradi, natijalarni avtomatik qayd etadi va tahlil qiladi, bu esa klassik testlar bilan solishtirganda **aniq va tez natija beradi**. https://neuroimpulse.uz/uz-nc-pshyhotest-expert/	

Sport psixologiyasida Psychotest apparati quyidagi psixologik va kognitiv parametrlarni baholashda muhim vosita hisoblanadi: stressga javob reaksiyalari, diqqat va konsentratsiya darajasi, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati, emotsional barqarorlik, motivatsiya darajasi hamda kognitiv funksiyalar. Mazkur parametrlar sportchining ruhiy va psixofiziologik tayyorgarlik holatini baholash imkonini beradi hamda tayyorgarlik jarayonini individual tarzda optimallashtirish uchun asos yaratadi [3, 52-54-betlar].

Ilmiy nuqtayi nazardan, Psychotest apparati sportchining psixologik va kognitiv ko‘rsatkichlarini raqamli hamda standartlashtirilgan usulda o‘lchash imkonini beradi. Shu asosda ushbu apparat sport psixologiyasi va sport fiziologiyasi sohalarida ilmiy tadqiqotlar olib borish, stress va emotsional yuklanish dinamikasini tahlil qilish hamda tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish uchun ishonchli ma’lumotlar manbai sifatida xizmat qiladi. Amaliy jihatdan esa u sportchilarning tayyorgarlik mashg‘ulotlarini individual xususiyatlariga moslashtirish, musobaqaoldi psixologik treninglarni samarali rejalashtirish hamda sportchining psixofiziologik holatini real vaqt rejimida nazorat qilish imkonini beradi. Bu esa ortiqcha stress va charchoq holatlarining oldini olish, musobaqa jarayonida diqqat va konsentratsiyani maksimal darajada saqlash hamda sportchining ruhiy barqarorligini mustahkamlashga yordam beradi. Shuni alohida ta’kidlash lozimki, Psychotest natijalari murabbiy kuzatuvlari va boshqa diagnostik metodlar bilan birgalikda qo‘llanilgandagina maksimal samaradorlikka erishiladi.

XULOSA

Zamonaviy Olimpiya sportida sportchilarning yuqori natijalarga erishishi ularning psixologik barqarorligi va psixofiziologik moslashuv darajasiga bevosita bog‘liqdir. ROFES, poligraf va Psychotest kabi zamonaviy texnologik vositalar sportchilarning ruhiy hamda fiziologik holatini obyektiv, raqamli va standartlashtirilgan ko‘rsatkichlar asosida baholash imkonini beradi. Ushbu apparatlar yordamida individual monitoringni tashkil etish, stress va charchoq holatlarini erta aniqlash hamda tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish mumkin.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, texnologik diagnostika vositalaridan foydalanish sportchilarning psixologik tayyorgarligini yanada chuqurroq tahlil qilish, individual yondashuv asosida psixologik qo‘llab-quvvatlash strategiyalarini ishlab chiqish va musobaqaoldi tayyorgarlik samaradorligini oshirish imkonini beradi. Shu bois ROFES, poligraf va Psychotest kabi vositalarni sport psixologlari hamda murabbiylar faoliyatiga kompleks tarzda integratsiya qilish sportchilarning musobaqalarga psixologik tayyorligini kuchaytirish, stressga chidamliligini oshirish va xalqaro maydondagi raqobatbardoshligini ta’minlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Малкин, В. Р. Психотехнологии в спорте : учеб. пособие / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; науч. ред. В. Н. Люберцев. - Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2013. - 96 с.

2. Высочина, Н. Л. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов в олимпийском спорте : монография / Н. Л. Высочина. - Москва : Спорт, 2021. - 302 с.

3. Кац, А. С. Возможности компьютерной психодиагностики личности в образовательном процессе вузов спортивного профиля: результаты пилотажного исследования / А. С. Кац, Ю. И. Смолина, А. А. Зверев. - Электронный ресурс. - Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnosti-kompyuternoy-psihodiagnostiki-lichnosti-v-obrazovatelnom-protsesse-vuzov-sportivnogo-profilya-rezultaty-pilotazhnogo/viewer (дата обращения: 23.06.2026).

4. Спортчилар учун психологик тайёргарлик ҳақида 5 та факт. - Электронный ресурс. - Режим доступа: https://olamsport.com/oz/news/sportchilar-uchun-psixologik-tayyorgarlik-haqida-5-ta-fakt (дата обращения: 23.06.2026).

5. How Lie Detector Tests Promote Fair Play in Sports. - Электронный ресурс. - Режим доступа: https://www.polytest.org/how-lie-detector-tests-promote-fair-play-in-sports/ (дата обращения: 23.06.2026).

6. РОФЭС Россия. - Электронный ресурс. - Режим доступа: https://vk.com/rofesrussia (дата обращения: 23.06.2026).

7. Наука и спорт: современные тенденции. - Электронный ресурс. - Режим доступа: https://sciencesport.ru/ (дата обращения: 23.06.2026).

IJTIMOIY TARMOQLARDA YOLG‘ON AXBOROTLARGA MOYILLIKNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI VA NAMOYON BO‘LISH MEXANIZMLARI

Nurmatov A.N
Toshkent amaliy fanlar universetiti, v.b dotsenti (PhD)

Annotatsiya. Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarda keng tarqalayotgan yolg‘on ma’lumotlarning jamiyat ongiga ta’siri, ularning yuzaga kelish sabablari hamda tarqalish mexanizmlari tahlil qilingan. Shuningdek, yolg‘on axborotning shaxsiy qaror qabul qilish jarayoniga, ijtimoiy ishonch darajasiga va insonning psixologik holatiga ko‘rsatadigan salbiy ta’siri yoritilgan. Tadqiqot davomida axborot savodxonligini oshirish, tanqidiy tafakkurni rivojlantirish hamda yolg‘on ma’lumotlarga qarshi samarali kurashishning amaliy yo‘llari va mexanizmlari taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: ijtimoiy tarmoqlar, yolg‘on ma’lumot, dezinformatsiya, axborot manipulyatsiyasi, tanqidiy tafakkur, axborot savodxonligi, psixologik ta’sir.

Аннотация. В статье анализируется влияние ложной информации, широко распространяемой в социальных сетях, на общественное сознание, а также причины и механизмы её распространения. Особое внимание уделяется негативному воздействию дезинформации на процесс принятия решений, уровень общественного доверия и психологическое состояние личности. В работе предлагаются эффективные пути противодействия ложной информации посредством развития критического мышления и повышения уровня информационной грамотности.

Ключевые слова: социальные сети, ложная информация, дезинформация, информационная манипуляция, критическое мышление, информационная грамотность, психологическое воздействие.

Abstract. This article examines the impact of false information widely disseminated through social media on public consciousness, as well as the causes and mechanisms underlying its spread. Particular attention is paid to the negative effects of misinformation on individual decision-making, social trust, and psychological well-being. The study proposes effective approaches to combating false information through the development of critical thinking skills and the enhancement of media and information literacy.

Keywords: social media, misinformation, disinformation, information manipulation, critical thinking, media and information literacy, psychological impact.

KIRISH

Jahonda rivojlanayotgan virtual psixologiya va kiberpsixologiya sohalarida o‘smir va boshqa yoshdagi shaxslarning ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqatilayotgan yolg‘on axborotlarni qabul qilishga moyilligi kun sayin ortib borayotgani, mazkur yangi sohalar oldida dolzarb muammolarni keltirib chiqarayotgani kun tartibiga chiqmoqda. Qolaversa, bugungi kunda soxta yangiliklar va dezinformatsiya ham muhim ahamiyat kasb etib, bu - yolg‘on axborotning tarqalishi vahimaga, jamiyat barqarorligining buzilishiga hamda axborot manbalariga bo‘lgan ishonchning yo‘qolishiga olib kelishi mumkin.

Tadqiqotlarga ko‘ra, “MDH mamlakatlarida turli mavzulardagi eng ko‘p yolg‘on axborotlar (feyk xabarlar) Telegram, Facebook, Instagram, Odnoklassniki va Twitter ijtimoiy tarmoqlarida tarqatiladi. Yolg‘on axborotlarning deyarli yarmi VKontakte (24%) va Odnoklassniki (21%) tarmoqlarida” tarqatiladi. Bundan tashqari, ularning 20 foizi Telegramda, 12 foizi esa ommaviy axborot vositalarida tarqalishi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda [7].

Xalqaro maydonda ijtimoiy tarmoqlar va yolg‘on axborotlarni qabul qilishga moyillikni tadqiq etish yuzasidan ko‘plab ilg‘or ilmiy markazlar hamda institutlar faoliyat olib bormoqda. O‘smir o‘quvchilarda ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqatilayotgan yolg‘on axborotlarning ular ongiga ta’sirini aniqlash, feyk axborotlarni qabul qilishning profilaktikasini tashkil etish, antidezinformatsion ko‘nikmalarni shakllantirish, ijtimoiy tarmoqlarda g‘arazli maqsadlarda tarqatilayotgan yolg‘on ma’lumotlardan saqlanish va ushbu feyk axborotlarga qarshi immunitet hosil qilish bugungi davrning dolzarb vazifalaridan biridir.

Xususan, axborotning haddan ortiq yuklanishi - qabul qilinayotgan axborot miqdori insonning uni qayta ishlash qobiliyatidan oshib ketganda yuzaga keladigan holat bo‘lib, bu esa stress, xotira va diqqatni jamlash qobiliyatining pasayishiga olib kelmoqda. Bugungi kunda o‘smirlar har kuni katta hajmdagi ma’lumotlar oqimiga duch kelmoqdalar. Ularning manbalari nafaqat ommaviy axborot vositalari, balki ijtimoiy tarmoqlar, do‘stlar va tanishlarning nashrlari hamda boshqa axborot manbalari hisoblanadi.

O‘smir o‘quvchilarda konstruktiv axborotlar bilan ishlay olish ko‘nikmalarini rivojlantirish, shuningdek, feyk axborotlardan himoyalanishni ta’minlash muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Renee DiResta ko‘plab konferensiyalar, seminarlar va forumlarda o‘z tadqiqotlari hamda ilmiy qarashlari bilan faol ishtirok etadi. U o‘z sohasining yetakchi mutaxassislaridan biri sifatida ijtimoiy tarmoqlardagi yolg‘on

ma’lumotlarga qarshi kurashish va ularning jamiyatga ta’sirini tushuntirish borasida muhim faoliyat olib bormoqda.

Claire Wardle - ijtimoiy tarmoqlarda yolg‘on axborot va dezinformatsiya sohasida ko‘plab tadqiqotlar olib borgan hamda jamoatchilikni xabardor qilishga qaratilgan strategiyalarni ishlab chiqqan olimlardan biridir. U, shuningdek, ijtimoiy va raqamli kommunikatsiyalar, axborot tarqatish mexanizmlari hamda jamoatchilik fikrini shakllantirish bo‘yicha keng tajribaga ega.

Claire Wardlening tadqiqot ishlari quyidagi yo‘nalishlarda namoyon bo‘lgan [1; 331354]:

1. Dezinformatsiya va yolg‘on axborot. Wardle ijtimoiy tarmoqlarda yolg‘on ma’lumotlar va dezinformatsiyaning qanday tarqalishini, ularning ijtimoiy hamda siyosiy ta’sirini o‘rganadi. U ijtimoiy tarmoqlardagi ma’lumotlarning manipulyatsiyasi va jamiyatga ta’sirini tahlil qiladi.
2. Tadqiqotlar va tashkilotlar. U First Draft News tashkilotining asoschilaridan biri bo‘lib, ushbu tashkilot dezinformatsiya va yolg‘on axborotlarga qarshi kurashish uchun resurslar hamda strategiyalar ishlab chiqadi. First Draft News jurnalistlar, tadqiqotchilar va ommaviy axborot vositalariga ko‘mak beruvchi loyiha sifatida ham tanilgan.
3. Ommaviy axborot vositalaridagi ta’siri. Wardle ko‘plab ommaviy axborot vositalarida yolg‘on axborot va dezinformatsiya haqidagi fikrlarini bayon qilgan. Uning ishlari ijtimoiy tarmoqlardagi axborot tarqatish mexanizmlarini hamda insonlarning axborotni qabul qilish jarayonlarini tahlil qilishga qaratilgan.
4. Ta’lim va resurslar. U dezinformatsiyaga qarshi kurashish uchun ta’limiy materiallar va resurslar yaratishda faol ishtirok etadi. Tadqiqotlari va amaliy faoliyati orqali jamoatchilikni xabardor qilish hamda ommaviy axborot vositalaridagi yolg‘on ma’lumotlarni aniqlashga yordam berishni maqsad qiladi [2; 197-281].

Sinan Aral - ijtimoiy tarmoqlardagi axborot tarqatish, dezinformatsiya va raqamli kommunikatsiyalar sohasidagi yetakchi mutaxassislardan biridir. U mazkur yo‘nalishda ko‘plab ilmiy tadqiqotlar olib borib, ijtimoiy tarmoqlarda axborotning tarqalishi, uning ijtimoiy ta’siri hamda xalqaro munosabatlar kontekstidagi ahamiyatini o‘rganadi.

Sinan Aralning tadqiqot ishlari quyidagi yo‘nalishlarda namoyon bo‘lgan:

1. Ijtimoiy tarmoqlarda axborot tarqatish. Aral ijtimoiy tarmoqlarda axborotning qanday tarqalishini, bu jarayonda algoritmlarning rolini va ularning insonlar fikrini shakllantirishdagi ta’sirini o‘rganadi. Uning tadqiqotlari axborot tarqatish dinamikasini chuqurroq tushunishga yordam beradi.

2. Dezinformatsiya va yolg‘on axborot. U yolg‘on axborot va dezinformatsiyaning tarqalishi, ularning jamiyatga, siyosatga va iqtisodiyotga ta’sirini tahlil qiladi. Aral bu borada keng qamrovli tadqiqotlar olib borib, dezinformatsiyaga qarshi kurash strategiyalarini ishlab chiqadi [3; 25].

3. Raqamli marketing va mijozlar bilan o‘zaro aloqalar. U raqamli marketing, mijozlar bilan o‘zaro aloqalar va ijtimoiy media marketingi bo‘yicha tadqiqotlar olib boradi. Tadqiqotlarida raqamli kommunikatsiyalarning biznes va iqtisodiyotga ta’siri o‘rganiladi.

4. Akademik nashrlar. Sinan Aral ko‘plab ilmiy maqolalar va tadqiqotlar muallifi bo‘lib, ijtimoiy tarmoqlardagi axborot tarqatish va dezinformatsiya masalalari bo‘yicha o‘z ilmiy g‘oyalarini bayon etadi.

Aral MIT universitetida professor sifatida faoliyat yuritadi hamda ijtimoiy tarmoqlarda axborot tarqatish, raqamli marketing va kommunikativ aloqalar bo‘yicha dars beradi. U xalqaro konferensiyalar va seminarlarda ham faol ishtirok etadi.

A.V. Dvorak - yolg‘on axborotlar va dezinformatsiya masalalari bo‘yicha tadqiqotlar olib boruvchi psixolog hamda ilmiy tadqiqotchi. Uning ishlari ko‘proq kognitiv va ijtimoiy psixologiya doirasida olib borilib, insonlarning axborotni qabul qilish jarayonlari hamda yolg‘on ma’lumotlarga munosabatini o‘rganishga qaratilgan.

Dvorak yolg‘on axborotlarning kognitiv va emotsional ta’sirlarini o‘rganadi. U insonlar yolg‘on ma’lumotlarni qanday qabul qilishi va bu ma’lumotlarning ularning xulq-atvoriga qanday ta’sir ko‘rsatishini tadqiq etadi [4; 1036-1040].

Uning tadqiqotlari inson xulq-atvoridagi kognitiv jarayonlarni tahlil qilishga qaratilgan. Jumladan, yolg‘on axborotni qabul qilish, qayta ishlash va unga munosabat bildirish jarayonlari o‘rganiladi. Dvorak, shuningdek, yolg‘on ma’lumotlarning emotsional ta’sirini hamda insonlarning his-tuyg‘ulari orqali yolg‘on axborotga qanday munosabat bildirishini tadqiq qiladi.

Uning ishlari insonlarni yolg‘on axborotlardan himoya qilish va ularni aniqlashga xizmat qiluvchi psixologik strategiyalarni ishlab chiqishga ham qaratilgan. A.V. Dvorak ko‘plab ilmiy maqolalar, tadqiqotlar va taqdimotlarda ishtirok etgan. U o‘z ishlarida yolg‘on axborotlar va ularning ta’sirini tushuntirishda turli metodologik yondashuvlardan foydalanadi.

Porter - yolg‘on axborot va dezinformatsiya sohalarida tadqiqot olib boruvchi ilmiy mutaxassis. Uning ishlari asosan ommaviy axborot vositalari, ijtimoiy tarmoqlar va psixologik omillarni o‘rganishga qaratilgan.

Porter ijtimoiy tarmoqlarda yolg‘on ma’lumotlarning tarqalishi va bu jarayondagi psixologik omillarni tadqiq etadi. U yolg‘on axborotni aniqlash va uning

jamiyatga ta’sirini tahlil qiladi. Tadqiqotlari ommaviy axborot vositalarining axborot tarqatish hamda jamoatchilik fikrini shakllantirishdagi rolini o‘rganishga qaratilgan. Porter axborot tarqatish mexanizmlarini va ommaviy axborot vositalarining ta’sirini tahlil qiladi [5; 139–157].

Porter yolg‘on axborotlarning psixologik jihatlarini o‘rganadi, jumladan, insonlarning yolg‘on ma’lumotlarga munosabati hamda ushbu munosabatlarning kognitiv va emotsional asoslarini tahlil qiladi. U tadqiqotlarida turli metodologiyalar va statistik tahlil usullaridan foydalanadi. Porterning ishlari ijtimoiy tarmoqlarda axborot tarqatish jarayonlarini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Shuningdek, u ijtimoiy va raqamli kommunikatsiyalar sohasida ta’lim hamda jamoatchilikni xabardor qilishga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqishga intiladi.

Weedon yolg‘on axborotning tarqalishi, uning ijtimoiy ta’siri va axborotning qabul qilinishi bilan bog‘liq masalalarni tadqiq etadi. U insonlarning yolg‘on ma’lumotlarga bo‘lgan munosabatlarini tahlil qiladi. Tadqiqotlari ijtimoiy tarmoqlarda axborot tarqatish mexanizmlarini, ularning qanday ishlashini va insonlarning bu jarayondagi o‘rnini o‘rganishga qaratilgan [6; 13].

Weedon yolg‘on axborotlarning psixologik jihatlarini ham tadqiq etib, insonlar yolg‘on ma’lumotlarni qanday qabul qilishi va bu jarayonda kognitiv hamda emotsional omillar qanday ta’sir ko‘rsatishini o‘rganadi. U ommaviy axborot vositalarining axborot tarqatishdagi roli va jamoatchilik fikrini shakllantirishdagi ahamiyatini tahlil qiladi. Tadqiqotlarida statistik tahlil va psixologik eksperimentlar kabi turli metodologiyalardan foydalanadi.

Nuland yolg‘on ma’lumotlar, ularning tarqalishi va jamiyatdagi ta’sirini o‘rganadi. U yolg‘on axborotlarning qanday tarqatilishini hamda insonlarning ushbu ma’lumotlarga qanday munosabat bildirishini tadqiq qiladi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda axborot tarqalishining dinamikasi va insonlarning bu jarayondagi ishtirokini o‘rganadi. Nuland ijtimoiy tarmoqlardagi algoritmlar va platformalarning roli haqida ham ilmiy qarashlarini ilgari suradi.

Uning tadqiqotlari yolg‘on axborotlarning psixologik omillarini o‘rganishga, shuningdek, insonlarning yolg‘on ma’lumotlarni qanday qabul qilishi va ularga qanday ta’sir ko‘rsatishini tahlil qilishga qaratilgan. Nuland ommaviy axborot vositalarining axborot tarqatish hamda jamoatchilik fikrini shakllantirishdagi rolini ham o‘rganadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Addiksiya va virtual olamga qaramlikni aniqlash so‘rovnomasi ko‘rsatkichlari (Mann-Uitnining U-mezoni bo‘yicha)

Shaxs xususiyatlari	Guruhlar		U	p
	O‘smir yigitlar N=190	O‘smir qizlar N=205		
Kiberaxborotlarga umumiy qaramlik	118,7	134,1	9277,0	0,08
Internet va kompyuterga qaramlik	145,4	124,2	9340,0	0,004*
Ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik	131,5	122,9	9265,0	0,09
Televizorga qaramlik	114,5	120,5	9110,0	0,12
Kompyuter o‘yinlariga qaramlik	137,6	125,6	9254,0	0,10
Internetga qaramlik	128,7	134,5	9156,0	0,09
Sog‘lom turmush tarziga amal qilmaslik	114,2	139,7	9182,0	0,006*

Izoh: * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$; *** - $p \leq 0,001$.

O‘smir o‘quvchilarda feyk axborotlarni qabul qilishga moyillik shakllanishining psixologik xususiyatlariga ta’sir ko‘rsatuvchi psixologik omillarning yuqorida keltirilgan so‘rovnomalar bo‘yicha o‘zaro bog‘liqlik darajasi noparametrik mezon asosida tahlil qilindi. Mann-Uitni kriteriyasi bo‘yicha o‘smir yigitlar va o‘smir qizlarning natijalari birinchi shkala - kiberaxborotlarga umumiy qaramlik bo‘yicha mos ravishda 118,7 va 134,1 ko‘rsatkichlar bilan tavsiflangan. Ushbu ikki guruh o‘rtasidagi farq p=0,08 ni tashkil etgan.

Keyingi shkala - internet va kompyuterga qaramlik bo‘yicha ko‘rsatkichlar 145,4 va 124,2 ni namoyon qilgan. O‘rtacha farq esa p=0,004* ni tashkil etib, statistik jihatdan ahamiyatli birlikni ko‘rsatgan.

Ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik shkalasi bo‘yicha ko‘rsatkichlar 131,5 va 122,9 ni tashkil etgan, o‘rtacha farq esa p=0,09 bo‘lib, o‘rtachadan pastroq ahamiyatni namoyon etgan. Televizorga qaramlik shkalasi esa 114,5 va 120,5 ko‘rsatkichlar bilan tavsiflangan. Ikki guruh o‘rtasidagi ahamiyatlilik darajasi p=0,12 natijalar bilan xarakterlangan.

Keyingi shkala - kompyuter o‘yinlariga qaramlik bo‘yicha ko‘rsatkichlar 137,6 va 125,6 ni tashkil etgan. Ushbu ikki guruh o‘rtasidagi farq p=0,10 ga teng bo‘lgan. Internetga qaramlik shkalasi sinaluvchilarda 128,7 va 134,5 ko‘rsatkichlar

bilan tavsiflangan. Ikki guruh o‘rtasidagi ahamiyatlilik darajasi p=0,09 natijalar bilan xarakterlangan.

So‘nggi shkala - sog‘lom turmush tarziga amal qilmaslik bo‘yicha ko‘rsatkichlar 114,2 va 139,7 ni tashkil etgan. Ikki guruh o‘rtasidagi ahamiyatli farq p=0,006* natijalar bilan tavsiflangan.

Ushbu tahlil asosida aniqlanishicha, o‘smirlarning ijtimoiy tarmoqlardagi yolg‘on axborotlarni qabul qilishi ularning internet va virtual kommunikatsiyaga qaramlik darajasi bilan uzviy bog‘liqdir. Bu jarayon natijasida o‘smirlar axborotlarni filtrsiz qabul qilishi, emotsional intellektning pastligi hamda “jamoaviy individuallik”ning destruktiv rakursda kuchayishi kabi holatlar shakllanadi.

O‘smirlarda ijtimoiy tarmoqlarga tobelik (addiktsiya) zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan muammo bo‘lib, u jiddiy psixologik va ijtimoiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. O‘smirlik davri ijtimoiy munosabatlar va tengdoshlar orasida maqom qozonish bilan chambarchas bog‘liq. Ijtimoiy tarmoqlar ushbu ehtiyojni qondirishda muhim rol o‘ynaydi, chunki ular tengdoshlari bilan doimiy aloqada bo‘lish, izohlar, “like”lar va obunachilar orqali o‘z maqomini belgilash imkoniyatini yaratadi. O‘smirlar doimiy ravishda ijtimoiy tarmoqdagi faoliyatlari orqali o‘zlarini tasdiqlashga harakat qiladilar va bu holat tobelikka olib kelishi mumkin.

O‘smirlar o‘zlarini namoyon etish va boshqalar tomonidan qabul qilinishni istaydilar. Ijtimoiy tarmoqlar ularga o‘zlarini ifoda etish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Jumladan, fotosuratlar, videolar, hikoyalar va postlar orqali ular o‘z fikr va qarashlarini namoyish etadilar. Ushbu platformalarda faol bo‘lish orqali o‘smirlar o‘z qadr-qimmatini boshqalarning bahosiga bog‘lab qo‘yadilar, bu esa ko‘pincha ijtimoiy tarmoqlarga qaramlikni kuchaytiradi.

Ijtimoiy tarmoqlarda faol bo‘lish, ayniqsa, “like”lar va izohlar olish dopamin ajralishiga sabab bo‘ladi. Dopamin - miyadagi mukofot tizimini faollashtiradigan va zavq hissini yuzaga keltiradigan kimyoviy modda hisoblanadi. O‘smirlar ushbu hissiy qoniqishni qayta-qayta his qilish maqsadida ijtimoiy tarmoqlarga takroran murojaat qiladilar va natijada ularda tobelik shakllanadi.

XULOSA

Ijtimoiy tarmoqlarda yolg‘on ma’lumotlarning tarqalishi murakkab psixologik va ijtimoiy jarayon bo‘lib, u inson ehtiyojlari, hissiyotlari, ijtimoiy guruh mexanizmlari, algoritmlar hamda jamiyat tuzilishi orqali mustahkamlanadi. Ushbu fenomenni samarali bartaraf etish uchun nafaqat texnologik, balki psixologik, ijtimoiy va pedagogik strategiyalarni ham uyg‘unlashtirilgan holda qo‘llash zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Carley, K. M. A theory of group stability / K. M. Carley // American Sociological Review. - 1991. - Vol. 56. - P. 331-354.

2. Cummings, J. N. Structural properties of work groups and their consequences for performance / J. N. Cummings, R. Cross // Social Networks. - 2003. - Vol. 25. - P. 197-281.

3. Howell, L. Digital Wildfires in a Hyperconnected World / L. Howell // World Economic Forum Report 2013. - Geneva : World Economic Forum, 2013. - 25 p.

4. Kosinski, M. Computer-based personality judgments are more accurate than those made by humans [Electronic resource] / M. Kosinski, W. Youyou, D. Stillwell // Proceedings of the National Academy of Sciences. - 2015. - Vol. 112, No. 4. - P. 1036-1040.

5. Malbon, J. Taking Fake Online Consumer Reviews Seriously [Electronic resource] / J. Malbon // Journal of Consumer Policy. - 2013. - Vol. 36, No. 2. - P. 139-157.

6. Weedon, J. Information Operations and Facebook [Electronic resource] / J. Weedon, W. Nuland, A. Stamos. - Version 1.0. - 2017. - 13 p.

7. ТАСС. В России назвали основные каналы распространения фейков [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://tass.ru/obschestvo/16642301 (дата обращения: 13.06.2026).

O‘SMIR SUZUVCHILARDAGI ICHKI NIZOLAR VA ULARNING SPORT FAOLIYATIGI TA’SIRI

Mavlanov Donyor Ergash o‘g‘li
Alfraganus university psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
ORCID: 0009-0000-5171-2057

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘smir yoshidagi suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining namoyon bo‘lish bosqichlari, ularning darajalari hamda sport faoliyatiga ta’sirining psixologik jihatlari tahlil qilingan. Shuningdek, shaxs ichki nizolarini bartaraf etishning nazariy yondashuvlari yoritilib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: shaxs ichki nizolari, suzuvchilar, o‘smirlik yoshi, sport faoliyati, psixologik moslashuv, bahs-munozara, boshlang‘ich tayyorgarlik guruhi (BTG), o‘quv-mashg‘ulot guruhi (O‘MG).

Аннотatsiя. В данной статье рассматриваются этапы проявления внутриличностных конфликтов у пловцов подросткового возраста, их уровни и психологические аспекты влияния на спортивную деятельность. Также освещаются теоретические подходы к преодолению внутриличностных конфликтов и предлагаются практические рекомендatsii по их предупреждению и коррекции.

Ключевые слова: внутриличностные конфликты, пловцы, подростковый возраст, спортивная деятельность, психологическая адаптatsiя, дискуссия, группа начальной подготовки (ГНП), учебно-тренировочная группа (УТГ).

Annotation. This article examines the stages of manifestation of intrapersonal conflicts among adolescent swimmers, their levels, and the psychological aspects of their impact on sports performance. In addition, theoretical approaches to overcoming intrapersonal conflicts are discussed, and practical recommendations for their prevention and correction are presented.

Keywords: intrapersonal conflicts, swimmers, adolescence, sports activity, psychological adaptation, discussion, initial training group (ITG), educational and training group (ETG).

KIRISH

Jahonda sport turlarini ommalashtirish va uni rivojlantirish dunyo mamlakatlarida sport siyosatining eng muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ta’kidlash joizki, jahonda bolalar va o‘smirlar sportini rivojlantirish, yoshlarni

sportga keng jalb etish, ularda sport ko‘nikma va malakalarini shakllantirish, sportchilarning sport faoliyatida yuzaga keladigan ichki nizolarni psixologik jihatdan tahlil qilish, musobaqa va musobaqaoldi mashg‘ulotlari jarayonida ichki nizolarning ta’sirini aniqlash, sport faoliyatini muvaffaqiyatli tashkil etishda negativ psixoemotsional holatlarni bartaraf etishga yo‘naltirilgan amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish, sport mashg‘ulotlarini tashkil etishda ichki psixologik muhitni barqarorlashtirish yuzasidan ko‘plab ilmiy tadqiqot ishlari olib borilgan.

Respublikamizda so‘nggi yillarda sport sohasini rivojlantirish, uning faoliyati samaradorligini oshirish borasida keng qamrovli islohotlar amalga oshirilib, zarur huquqiy-me’yoriy asoslar yaratildi. Jumladan, “...jismonan sog‘lom, ruhan va aqlan rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, Vatanga sodiq, qat’iy hayotiy nuqtai nazarga ega yoshlarni tarbiyalash” ustuvor vazifa etib belgilanib, Prezident Sh.M. Mirziyoyev ta’biri bilan aytganda: «Biz xalqaro sport maydonlarida O‘zbekistonning nufuzi va obro‘-e’tiborini oshirishga katta hissa qo‘shgan sportchilarimiz bilan faxrlanamiz. Shu bilan birga, oliy sportda erishilgan yutuqlar bilan chegaralanmasdan, ommaviy sportga ham katta e’tibor berishimiz kerak». Ushbu fikrlar sportni har bir yo‘nalishda rivojlantirish lozimligini anglatadi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Nizolar har doim murakkab va ko‘p qirrali ijtimoiy hodisadir. Nizoli holatlar ko‘p jihatlarda namoyon bo‘ladi: muayyan maqsad va manfaatlar bilan birlashgan shaxslar, ijtimoiy guruhlar, milliy-etnik jamoalar, davlatlar va mamlakatlar o‘rtasidagi munosabatlarda. Nizolar turli sabablar va motivlarga ko‘ra yuzaga keladi. Psixologik, iqtisodiy, siyosiy, qadriyatlarga oid, diniy va boshqa omillar nizoli holatlarning asosiy sabablarini tashkil etadi. Har bir shaxsning ichki dunyosida ham ma’lum ma’noda qarama-qarshiliklar va nizolar uchraydi.

Shaxs ichki nizolari ikki yoki undan ortiq tomonlarning o‘zaro ta’sirini o‘z ichiga oladi. Ularning barchasi ijtimoiy jihatdan shartlangan bo‘lsa-da, tabiatan individual xarakterga ega bo‘lib, ma’lum bir ijtimoiy munosabatlar tizimida aks etadi.

Shaxsning o‘ziga aloqador bo‘lgan ichki nizolari - bir inson qalbidagi turli his-kechinmalar, istak-xohishlar va motivlarning bir-biriga zid kelishi, qarama-qarshi fikrlarning paydo bo‘lishi oqibatida yuzaga keladi. Bunday nizolar ko‘pincha shaxsgagina ma’lum bo‘ladi, ba’zan esa insonning qilgan xatti-harakatlari aynan uning ichki nizolari oqibatida yuzaga keladi.

V.S. Merlinning [4] fikricha, shaxs ichki nizolari shaxsning qarama-qarshi yo‘nalishlari, munosabatlari va harakatlari asosida namoyon bo‘ladigan shaxsiy parchalanish natijasi sifatida qaraladi.

Z. Freydning aytishicha, nizo holatidagi shaxs istaklar to‘qnashuvini boshidan kechiradi va natijada shaxsning bir qismi ma’lum istaklarni himoya qilsa, ikkinchi qismi ularni rad etadi. Natijada shaxsning ichki holatida ma’lum ma’noda noqulayliklar, ichki nizolar va doimiy qarama-qarshiliklar kuzatiladi. Shaxsda “Id”, “Ego” va “Super-Ego” o‘rtasida doimiy tortishuv mavjud bo‘lib, bu ongsiz impulslar va reaksiyalar orqali namoyon bo‘ladi [3].

Y.B. Fantalovaning [2] fikricha, shaxs ichki nizolarining chuqurligi hayot sohalari ierarxiyasi o‘rtasidagi tafovutlarning kattaligi bilan belgilanadi. Agar hayotiy ahamiyatga ega bo‘lgan turli mezonlarga ko‘ra imtiyozlar soni o‘rtasidagi tafovut sezilarli bo‘lsa, u holda turli darajadagi aniq ichki nizolar kvalifikatsiya qilinadi.

F.E. Gaziyeva [5] sportda guruhiy jipslikning shakllanishi va rivojlanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari to‘g‘risida to‘xtalib, futbol jamoasining ijtimoiy va faoliyat jipsligini muayyan mezonlar asosida o‘lchash, ularga ta’sir etuvchi umumiy korrelyatlarni aniqlash, jamoa a’zolarini ijtimoiy jihatdan yaqinlashtirish hamda jamoa jipsligini ta’minlashga qaratilgan mexanizmlar haqida batafsil ma’lumotlar bergan.

Tadqiqotchi G.Z. Tojiboyeva tomonidan maktab psixologining nizoli vaziyatlardagi psixokorreksion faoliyati xususiyatlari o‘rganilgan bo‘lib, ta’lim-tarbiya jarayonida o‘smirlar o‘rtasidagi shaxslararo nizolar o‘quvchilar va o‘quv guruhlariga ham ijobiy, ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi aniqlangan. Shu munosabat bilan maktab psixologlarining o‘smirlar o‘rtasidagi shaxslararo nizolar sharoitidagi faoliyati shaxslararo nizolarning shaxs rivojiga xizmat qiluvchi salohiyatini maksimal darajada amalga oshirishga va uning salbiy oqibatlari yuzaga kelish ehtimolini kamaytirishga yo‘naltirilishi kerakligi haqida xulosa qilingan.

Nizolar har qanday sog‘lom jamiyatda kuzatilishi mumkin bo‘lgan muqarrar holat bo‘lib, ular hayotiy munosabatlarning ajralmas qismidir. Shu kungacha sport sohasida olib borilgan tadqiqotlarda nizolar asosan sportchi va trener, sportchi va sportchi o‘rtasidagi munosabatlar doirasida o‘rganilgan bo‘lsa, biz aynan o‘smir sportchilarning shaxs ichki nizolari bilan bog‘liq jihatlarni o‘rganishni maqsad qilganmiz.

Biz o‘smir suzuvchilarda shaxsiy ichki nizolarni kamaytirish orqali ularda g‘alabaga nisbatan ichki motivlarni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini aniqlashni maqsad qilib oldik. Tadqiqot jarayoniga suzish sporti bilan shug‘ullanayotgan Mirzo Ulug‘bek tumani 2-son sport maktabidan 64 nafar, Chirchiq olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazidan 76 nafar, Yangihayot tumani sport maktabidan 67 nafar, jami 207 nafar o‘quv-mashg‘ulot

guruhi (O‘MG) va boshlang‘ich tayyorgarlik guruhi (BTG) suzuvchilari respondent sifatida jalb etildi.

Tadqiqotda shaxsiy nizolarning o‘smir suzuvchilar sport faoliyatiga psixologik ta’sirini o‘rganish maqsadida ilmiy ishimizning maqsad va vazifalaridan kelib chiqqan holda K. Tomasning «Nizoli xulq-atvorni aniqlash» metodikasi hamda D.M. Ramendikning «Shaxsning nizolashuvchanlik darajasini aniqlash» metodikalaridan foydalanildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Sportchilar turlari kesimida D.M. Ramendikning «Shaxsning nizolashuvchanlik darajasini aniqlash» metodikasi va K.N. Tomasning «Nizoli vaziyatlarni o‘rganish» testi natijalari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik Pirson korrelyatsiya mezoni (N = 207) asosida tahlil qilinib, aloqadorlik darajalari aniqlandi.

Nizoli xulq-atvor shakllari	**Shaxslararo nizolashuvchanlik darajasi**	
	Boshlang‘ich tayyorgarlik guruhi (BTG)	O‘quv mashg‘ulot guruhi (O‘MG)
Bahs-munozara	0,071	0,388*
Hamkorlik	-0,163	0,087
Kelishuv	-0,232	-0,008
O‘zini chetga olish	0,562**	-0,064
Moslashuv	0,028	0,020

Izoh: * p≤0,05; ** p≤0,01

Keltirilgan jadvalga ko‘ra, shaxslararo nizolarning rivojlanishida nizoli xulq-atvor shakllarining ta’siri o‘smir suzuvchilarning sport faoliyatida o‘z aksini topdi. Nizoli xulq-atvor shakllaridan «bahs-munozara» (r=0,526; p≤0,01), «kelishuv» (r=0,182; p≤0,05) omillari bilan ijobiy korrelyatsion bog‘liqlik qayd etildi.

Shaxsda bahs-munozara omilining ta’siri natijasida (r=0,526; p≤0,01) o‘smir suzuvchilar faoliyatida shaxslararo nizolarning kelib chiqishi va rivojlanishidagi ta’siri beqiyos bo‘lib, u orqali o‘smir suzuvchilarning sport faoliyatidagi muvaffaqiyatiga ijobiy ta’sir etibgina qolmasdan, balki me’yoridan ortiq bo‘lgan bahs-munozara ta’sirida o‘smirlar o‘z faoliyatidan qoniqmaslik hissini namoyon qilib, shaxs va shaxslararo munosabatlar tizimida ham munosabatlarning buzilishiga sabab bo‘ladi.

O‘smir suzuvchilarda shaxslararo nizolar o‘quv-mashg‘ulot guruhi (O‘MG)da nizoli xulq-atvor shakllaridan «bahs-munozara» omili bilan (r=0,388; p≤0,05) ijobiy aloqadorlik qayd etdi. Shaxslararo nizolar bo‘yicha boshlang‘ich

tayyorgarlik guruhidagi (BTG) suzuvchilar esa «o‘zini chetga olish» omili bilan (r=0,562; p≤0,01) ijobiy aloqadorlik qayd etdi.

O‘quv-mashg‘ulot guruhidagi (O‘MG) o‘smir suzuvchilarda sport faoliyati bilan bog‘liq jihatlarda kuzatilishi mumkin bo‘lgan nizoli, bahs-munozarali holatlar ularda shaxslararo nizolarni keltirib chiqaradi. Boshlang‘ich tayyorgarlik guruhidagi (BTG) sportchilarda esa hali sport faoliyatiga nisbatan mustahkam motivlar va qiziqishlarning shakllanmaganligi sababli bahs-munozarali holatlar nisbatan kam uchraydi.

Boshlang‘ich tayyorgarlik guruhidagi suzuvchilarda «o‘zini chetga olish» omili shaxslararo nizolar bilan ijobiy korrelyatsion aloqadorlik qayd etdi. Boshlang‘ich tayyorgarlik guruhidagi suzuvchilar yangi jamoa va sport faoliyatiga moslashuv kabi jihatlarda o‘zini namoyon qilish sifatlari bo‘yicha o‘quv-mashg‘ulot guruhidagi suzuvchilarga qaraganda ko‘proq izolyatsiyalangan bo‘lib, ularning bu jihatlari ma’lum ma’noda shaxslararo nizolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Suzuvchilarning shaxsiy nizolarini aniqlash va ularni bartaraf etish maqsadida psixokorreksion model ishlab chiqilgan. Model o‘zaro bog‘langan bloklarni (maqsadli, nazariy-uslubiy, diagnostik va mazmun-protsessual) o‘z ichiga oladi. O‘smir suzuvchilarning sport va hayotiy faoliyatlarida shaxs ichki nizolarining rivojlanishga bo‘lgan ta’sirlari keltirilgan bo‘lib, ular quyidagilarda o‘z aksini topgan:

1. Modelning maqsadli bloki o‘smir yoshidagi suzuvchilarning shaxsiy rivojlanish jarayonida shaxs ichki nizolarini aniqlash va uning mohiyatini anglashga yordam beradi;

2. Nazariy-uslubiy blok insonning shaxsiy rivojlanishiga ta’sir qiluvchi omil sifatida ichki nizolarning paydo bo‘lishini asoslaydigan ilmiy yondashuvlar (faoliyatga asoslangan, madaniy-tarixiy, subyektiv, gumanistik, psixodinamik, geshtalt terapiya, ekzistensial yondashuv) bilan ifodalanadi. Amaldagi yondashuvlar shaxs ichki nizolarini aniqlash va hal qilish vositasi sifatida ichki nizolarni tan olish usulini yaratishga olib kelgan. Nazariy yondashuvlarning asosiy uslubiy jihatlari shaxsning ichki nizolarini aniqlash va tushuntirishga yordam beradi;

3. Diagnostik blok shaxsiy rivojlanishning aniqlangan komponentlari doirasida subyektlarning shaxsiy rivojlanishini kuzatishni o‘z ichiga oladi. Shaxs rivojlanishining nazariy jihatlarini ilmiy asoslash uning tarkibiy qismlarini o‘rganish imkonini beradi. Dissertatsiya ishimizda shaxs ichki nizolarini bartaraf etishga qaratilgan psixokorreksion model uchta komponentdan iborat bo‘lib, refleksiv, ijtimoiy va xulq-atvor jihatlariga ta’sir qiladi.

Shakllantiruvchi eksperiment ta’sirida D.M.Ramendikning «Shaxslararo nizolashuvchanlik darajasi» metodikasining sportchilar turlari kesimida namoyon bo‘lishi

(Styudent t-mezoni bo‘yicha)

Sinaluvchilar guruhi	Sportchilar turlari	Shaxslararo nizolashuvchanlik darajasi		t (Styudent mezoni qiymati)
		Oldingi natijalar	Keyingi natijalar	
Tajriba guruhi (41 nafar)	BTG (n=21)	22,77	18,65	2,849*
	O‘MG (n=20)	23,71	19,82	4,827**
Nazorat guruhi (42 nafar)	BTG (n=21)	19,88	20,44	-1,420
	O‘MG (n=21)	14,55	16,22	-1,000

Qayta o‘tkazilgan diagnostika natijalariga ko‘ra, tajriba guruhi respondentlarida (BTG) shaxslararo nizolashuvchanlik darajasi bo‘yicha treningdan oldingi va treningdan keyingi natijalar orasida t=2,849, p≤0,05 ahamiyatli tafovutlar qayd etildi. Mazkur o‘zgarishlarga quyidagicha izoh berishimiz mumkin: olib borilgan trening mashg‘ulotlari shaxslararo nizolashuvchanlik darajasi yuqori bo‘lgan o‘smir suzuvchilarda ijobiy natijalarning yuzaga kelishiga asos bo‘lib, shaxs nizolarining suzuvchilarning sport faoliyati bilan bevosita bog‘liqligi o‘z ta’sirini ko‘rsatgan.

Tajriba guruhidagi respondentlar (O‘MG) bilan olib borilgan trening mashg‘ulotlarining oldingi va keyingi natijalari orasida ham t=4,827, p≤0,01 darajasida sezilarli ijobiy tafovutlar qayd etildi. Olingan natijalarga ko‘ra, o‘tkazilgan trening mashg‘ulotlarining samarasi nafaqat ularning sport sohasidagi muvaffaqiyatlariga, balki o‘smir suzuvchilarda shaxs va shaxslararo munosabatlarda ijobiy muhitning shakllanishiga ham ta’sir ko‘rsatdi. Shuningdek, sportchi-sportchi va sportchi–trener o‘rtasidagi munosabatlarda ham ijobiy natijalar qayd etilishiga sabab bo‘ldi.

Trening mashg‘ulotlarigacha bo‘lgan davrda o‘smir suzuvchilarda o‘z faoliyatidan qoniqmaslik, doimiy ravishda o‘zini tanqid qilish, musobaqalardagi muvaffaqiyatsiz natijalardan uzoq muddat tiklana olmaslik, ko‘ngilsiz hodisalardan tez-tez tashvishga tushish holatlari kuzatilgan. Treningdan keyingi natijalarda esa ularda bunday salbiy emotsional holatlarga nisbatan chidamlilik, maqsadlari yo‘lida yuzaga keladigan to‘siqlarga nisbatan barqarorlik hamda sport faoliyatida muvaffaqiyatga erishishga bo‘lgan ichki motivlarning rivojlanganligi aniqlandi.

XULOSA

Qayta amalga oshirilgan diagnostika natijalariga tayanib, shunday xulosa qilish mumkinki, o‘smir suzuvchilarda yuqori darajadagi shaxslararo nizolashuvchanlikni bartaraf etish, shuningdek, ularning emotsional va kognitiv sohalarini rivojlantirishga qaratilgan maxsus psixologik trening mashg‘ulotlarini olib borish orqali shaxs ichki nizolarining sport faoliyatiga bo‘lgan salbiy ta’sirini kamaytirish hamda o‘smir suzuvchilarda o‘z-o‘zini anglash va o‘z-o‘zini qaror toptirishni ta’minlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi” to‘g‘risidagi PF-4947-sonli Farmoni. - URL: https://lex.uz
2. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия / Э. Берн ; пер. с англ. - СПб. : Издателство «Братство», 1992. - 224 с.
3. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта / Е.Б. Фанталова. - Самара ; М., 2001.
4. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд ; пер. с англ. - М. : Педагогика-Пресс, 2003. - 264 с.
5. Мерлин В.С. Психология индивидуалности : избранные психологические труды / В.С. Мерлин. - М. : Издателство Московского психолого-социалного института ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2009. - 544 с.
6. Газиева Ф.Э. Спортда гуруҳий жипслик шаклланиши ва ривожланишининг ижтимоий-психологик хусусиятлари : психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) илмий даражасини олиш учун тайёрланган диссертатsiя автореферати / Ф.Э. Газиева. - Тошкент, 2019. - 55 бет.
7. Maxmudov A.M., Mavlonov D.E.O‘. Rahbar boshqaruv faoliyatining professionalizmi // Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). - 2021. - T. 1. - № 3. - B. 193199.
8. Мавлонов Д.Э. Психологические основы возникновения и разрешения конфликтов в спорте (на примере подростков).
9. Saitxodjaev Z., Mavlanov D., Xaydarov F. Sportchi talabalar ijodiy faoliyatiga ta’sir etuvchi psixologik omillar diagnostikasi // Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – T. 2. – № 11. – B. 489–494.
10. Mavlanov Donyor Ergash o‘g‘li, Nazarov Rustam Nurali o‘g‘li. Internal Conflicts of Personality and the State of Their Study in Science // FarDU ilmiy xabarlari. – 2024. – T. 29. – № 6. – Б. 61–61.

YOSHLARNI NIKOH YOSHI HAQIDAGI ADEKVAT TASAVVURLARI OTA-ONA OILASIDAGI MA'NAVIY MUHITNING BARQARORLIGIGA MOSLIGINI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEZONLARI

Abdullayeva Aropatxon Rustamovna
Farg'ona davlat universiteti
psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy qadriyatlarning mohiyati va ahamiyati yoritilgan. Oilaviy qadriyatlar har bir oilaga xos bo'lgan, oila uchun ustuvor hayotiy maqsadlarni belgilovchi, oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarni tartibga soluvchi hamda oilaning hayot faoliyatiga ta'sir ko'rsatuvchi g'oyalar majmui sifatida tavsiflanadi. Shuningdek, oilaviy qadriyatlar insonning biologik, axloqiy va psixologik fazilatlarini uyg'unlashtiruvchi hamda axloqiy tarbiyaning muhim asosi ekanligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: oila, qadriyat, omil, jamiyat, urf-odat, taraqqiyot, milliy qadriyatlar, biologik omillar, ijtimoiy muhit, psixologik xususiyatlar.

Аннотация. В данной статье раскрываются сущность и значение семейных ценностей. Семейные ценности рассматриваются как совокупность идей и принципов, характерных для каждой семьи, определяющих её приоритетные жизненные цели, регулирующих взаимоотношения между членами семьи и оказывающих влияние на её жизнедеятельность. Обосновывается, что семейные ценности объединяют биологические, нравственные и психологические качества личности и выступают важной основой нравственного воспитания.

Ключевые слова: семья, ценность, фактор, общество, традиции, развитие, национальные ценности, биологические факторы, социальная среда, психологические особенности.

Abstract. This article explores the essence and significance of family values. Family values are defined as a set of ideas and principles inherent in each family that determine its priority life goals, regulate relationships among family members, and influence family life. The study highlights that family values integrate biological, moral, and psychological qualities of an individual and serve as an essential foundation of moral education and personal development.

Keywords: family, value, factor, society, tradition, development, national values, biological factors, social environment, psychological characteristics.

KIRISH

O‘zbekistonda oilani rivojlantirish masalasiga global darajada, shuningdek, 2022-2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning Taraqqiyot strategiyasida inson qadrini yuksaltirish va erkin fuqarolik jamiyatini rivojlantirish doirasida alohida e’tibor qaratilgan.

Unda oilani rivojlantirish masalalari bo‘yicha davlat, fuqarolik jamiyati institutlari va xususiy sektor hamkorligini yo‘lga qo‘yish, oila ajralishlari bilan bog‘liq salbiy tendensiyalar va muammolar sabablarini bartaraf etish, zamonaviy oilani mustahkamlash va rivojlantirish, oila farovonligi darajasini oshirish, oilaning tarbiyaviy-ta’lim salohiyatini mustahkamlash, jamiyatda an’anaviy oilaviy qadriyatlarni saqlash, oilalarda ma’naviy-axloqiy muhitni yaxshilash hamda oilalarga ta’sirchan metodik, konsultativ va amaliy yordam ko‘rsatishning samarali tizimini yaratish bo‘yicha chora-tadbirlar belgilab berilgan.

Mazkur chora-tadbirlar ona shaxsining farzandlar kamolotiga ta’siri, ularning turli oila turlari va shakllaridan qat’i nazar, barqaror tarbiya muhitini ta’minlashga xizmat qiluvchi psixologik omillarni aniqlash va ularni turmushda tatbiq etish vazifasini yuklamoqda.

Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, O‘zbekistonda 2024-yilda birinchi marta nikohlanuvchi erkaklarning o‘rtacha yoshi 26,2 yoshni, ayollarning o‘rtacha yoshi esa 21,8 yoshni tashkil etgan. O‘zbek oilasi o‘zida qadimiy ma’naviy qadriyat va an’analarimizni, udum va rasm-rusumlarimizni, ma’naviy hamda madaniy merosimizni saqlab kelgan va bugungi kunda ham saqlab kelmoqda.

Sharq xalqlari o‘zligini anglash va yuksak ma’naviyatga erishish uchun o‘z milliy qadriyatlari hamda milliy madaniyatini asrab-avaylashi zarur. O‘zbek xalqida o‘z qadriyatlari va o‘ziga xos ma’naviyatini shakllantirish hamda yuksaltirishda oila yetakchi o‘rin tutadi. Oila har bir farzand qalbida eng pokiza tuyg‘ularning shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. Farzand aynan oilada dastlabki hayotiy ko‘nikmalarni egallaydi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Azaldan ma’lumki, zardushtiylikning muqaddas kitobi “Avesto”dan tortib hozirgi kungacha barcha ijod ahllarining asarlariga nazar soladigan bo‘lsak, yuksak axloqiy fazilatlarni kamol toptirish va oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash masalasi asosiy o‘rinni egallab kelmoqda. Darhaqiqat, qadimdan milliy urf-odat va an’analarimizni yosh avlod ongiga singdirishda, ularni jismonan barkamol, ma’nan yetuk, mehr-oqibatli, saxovatpesha, o‘zgalar dardini his qila oluvchi, yiqilganga tirgak bo‘la oladigan insonlar qilib tarbiyalashda sog‘lom oila muhiti muhim o‘ringa ega bo‘lib kelgan.

Ilmiy manbalarda ham qadriyat masalasi bo‘yicha: “Qadriyat inson va jamiyat ma’naviyatining tarkibiy qismi, olamdagi voqealar, hodisalar, jarayonlar, holatlar, sifatlar, talab va tartiblarning qadrini ifodalash uchun ishlatiladigan tushunchadir”, - deb keltirilgan. Qadriyatlar o‘zbek xalqining bebaho boyligi sifatida madaniy-ma’rifiy hodisalar, urf-odatlar va an’analar zamirida inson qadr-qimmatining oshishiga xizmat qiladi.

Oilada bolaga salomlashishdan tortib to‘g‘ri ovqatlanish, kiyinish, kattalar va tengdoshlar bilan o‘zaro muloqot qilish, jamoatchilik ichida o‘zini tutish, “Suvga tupurma”, “Non ustiga narsa qo‘yma”, “Nonning uvog‘i ham non”, “Yoshi ulug‘larning yo‘lini kesib o‘tma”, “Ota-onangning gapini ikki qilma”, “Ustozingni hurmat qil”, “Atrofingga befarq bo‘lma” kabi ma’naviy-ma’rifiy nasihatlarni eshitib, turli rivoyat, maqol, hikmat va nasihatlarni tinglab, xotiralarida saqlab voyaga yetadilar va bu orqali qadriyatlar singdirib boriladi.

O‘zimizga xos bo‘lgan mehnatsevarlik, sadoqat, samimiyat, ishonch, Vatanni sevmoqlik, adolat, poklik, to‘g‘rilik singari fazilatlar shaxsiy namuna sifatida ota-ona orqali farzandga beriladi. Urf-odat va an’analar oilaviy qadriyat sifatida ham farzandlarning hayot tarziga, yoshliklaridan ota-onalariga ko‘mak berish, so‘ngra o‘z oilalari uchun qayg‘urish hissini singdirib borishda asosiy rolni bajaradi.

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev: “Yosh oilalar orasida arzimas sabablar bilan ajralishlar ko‘payib bormoqda. Begunoh bolalar yetim bo‘lib, mehr va e’tiborga eng tashna vaqtida ota-ona tarbiyasidan chetda qolmoqda... Yana bir noxush holatni bugun afsus bilan aytmoqchiman: oilalarda nosog‘lom munosabatlar, qaynona-kelin, er-xotin o‘rtasidagi janjallar, xotin-qizlarimiz orasidagi o‘z joniga qasd qilish holatlari borligi shaxsan meni qattiq iztirobga solmoqda”, - deb barcha oilalarga qarata o‘z fikrini bildirgan.

Demak, har bir oilada oilaviy qadriyatlar mustahkam bo‘lishi uchun ota-onalarning o‘zlari farzand tarbiyasi haqidagi bilimlar bilan doimo qurollanishlari talab etiladi. Aynan er-xotinning oilani barpo etish motivlari va maqsadlari haqida bilimga ega emasligi, umumiy qadriyatlarni tushunmasligi hamda mustahkam oilaviy an’analarning shakllanmaganligi oilaviy munosabatlarga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Oilaviy qadriyatlar va ularni mustahkamlash borasidagi masalalar hukumatning me’yoriy-huquqiy hujjatlarida ham o‘z aksini topgan. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2018-yil 14-martdagi “Xotin-qizlar bilan ishlash va oilalarda ma’naviy-axloqiy qadriyatlarni mustahkamlash bo‘yicha mutaxassis to‘g‘risidagi nizomni tasdiqlash haqida”gi 200-son qarori qabul qilinib, unda oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash, erta nikoh va ajrashishlarning oldini olish bo‘yicha samarali choralar ko‘rish masalalari belgilab berilgan.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 18-fevraldagi “Jamiyatda ijtimoiy-ma’naviy muhitni sog‘lomlashtirish, mahalla institutini yanada qo‘llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5938-son Farmonida ham sohani rivojlantirish, xususan, xotin-qizlarni ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va himoya qilishni yangi bosqichga olib chiqish, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, zamonaviy namunali oilani shakllantirish, uning ma’naviy-axloqiy negizlari va an’anaviy oilaviy qadriyatlarini mustahkamlash bo‘yicha maqsadli ishlarni olib borish asosiy vazifalardan biri sifatida belgilangan.

Bu borada nikoh ostonasida turgan yoshlarning oilaviy qadriyatlarga munosabatini o‘rganish maqsadida ularga tegishli savollar bilan murojaat qilindi. Nikoh qurish uchun eng zarur omillarni muhimligiga qarab ranjirovka qilish so‘ralganda, yoshlarning savolga bo‘lgan munosabatlariga ko‘ra 1-jadvaldagi natijalar olindi.

1-jadval

“Nikoh qurish uchun zarur omillarning eng muhimligi asosida ranjirovka qilib (qatorlab) bering” savoli natijalari. (n=170)

	Erta nikoh oila mustahkamligini ta’minlaydi	**Avvalo ta’lim va karyera muhim**	**Ota-ona fikri birinchi o‘rinda turishi kerak**	**Nikoh shaxsiy tanlov bo‘lishi kerak**	**Moddiy sharoit nikoh uchun asosiy omil**
18-20 yosh	2-o‘rin 15%	5-o‘rin 10%	1-o‘rin 50%	3-o‘rin 10%	4-o‘rin 15%
21-23yosh	0%	2-o‘rin 25%	3-o‘rin 30%	1-o‘rin 40%	4-o‘rin 15%
24-26yosh	0%	1-o‘rin 50%	3-o‘rin 20%	2-o‘rin 30%	4-o‘rin 20%

TAHLIL VA NATIJALAR

Ko‘rsatkichlarga ko‘ra, 18-20 yoshli respondentlarning 50 foizi “Ota-ona fikri birinchi o‘rinda turishi kerak” degan fikrni 1-o‘ringa, 21-23 yoshli respondentlarning 30 foizi va 24-26 yoshli respondentlarning 20 foizi esa ushbu fikrni uchinchi o‘rinda belgilaganlar. Respondentlarning bu fikrlarini bir yoqlama qabul qilish emas, balki muvozanatli yondashish kerak. Bizga ma’lumki, ota-ona hayotiy tajribaga boy bo‘lib, shuningdek, farzandining xarakteri va ehtiyojlarini yaxshi biladi, har qanday qarorlarni qabul qilishda oqilona maslahatlari bilan

yordam beradi hamda o‘z oilasidagi an’ana va qadriyatlarni inobatga olgan holda qaror qabul qiladi.

Nikoh – bu, avvalo, ikki insonning shaxsiy hayoti. Shunga binoan, juftliklar o‘rtasida o‘zaro hurmat, muhabbat va psixologik moslik eng zarur omillardir. Ma’naviy tayyorgarlik va oila ilmini o‘zlashtirish oiladagi qadriyatlar asosida ota-ona tomonidan o‘rgatiladi. Juft tanlashda yoshlarning o‘z tanlovi bo‘lishi yaxshi, albatta, ammo bunda ota-onadan ham mas’uliyatli bo‘lish talab qilinadi.

Oilaviy qadriyatlar har bir oilaga xos bo‘lgan, oila uchun ustuvor hayotiy maqsadlarni belgilaydigan, oila a’zolari o‘rtasidagi munosabatlarni tashkil etadigan va uning hayotiga ta’sir qiluvchi g‘oyalar majmuidir. Oilaviy qadriyatlar insonning biologik, axloqiy va psixologik fazilatlarini birlashtiradi hamda axloqning asosiga aylanadi. Shuningdek, keksa avlod vakillariga ko‘rsatilayotgan ehtirom, kattalarning o‘gitlari va pand-nasihatlariga amal qilish, ularning keksaygan chog‘larida tayanch bo‘la olish singari qadriyatlar ham mavjud.

Dasturxon atrofidagi yig‘inlarda keksa avlod vakillari xalqimizning nodir ijod namunalari bo‘lgan maqollar, matallar, rivoyatlar va hikmatlar orqali turli maishiy masalalar hamda muammolarga yechimlar ko‘rsatadilar. Keksaygan ota-onalar uchun moddiy ashyolardan ko‘ra, oila a’zolarining shirin so‘zi va tabassumi, qalbini ko‘tarishi hamda dalda berishi qadrliroqdir.

Oilaviy qadriyatlarda nikoh masalasini doimo e’tibordan chetda qoldirmaslik zarur. Chunki bugungi kunda aksariyat yoshlarning oilaviy hayotga yetarli darajada tayyor emasligi natijasida ular orasida oilaviy ajrimlar soni ortib borayotgani achinarli holatdir. Demak, ota-onalar o‘z maslahatlari bilan yoshlarga to‘g‘ri qaror qabul qilishda yordam berishlari kerak.

XULOSA

Oila qadriyati an’anaviymi yoki zamonaviymi, uning zamirida ota-onaga va kattalarga hurmat, oila a’zolari o‘rtasidagi muhabbat va g‘amxo‘rlik, bir-biriga ishonch va vafodorlik, har bir a’zoning o‘z vazifasini anglab bajarishi, o‘zaro qo‘llab-quvvatlash hamda birlikda yashash kabi jihatlar mujassam bo‘ladi.

Tadqiqot natijalari asosida ota-onalardagi ustuvor kognitiv ustanovkalar shaxsning tarbiyasi va kamolotiga asos bo‘lishi, jamiyat barqarorligini ta’minlashi, shuningdek, oilada milliy an’analar va urf-odatlarning saqlanishi yosh avlodni to‘g‘ri yo‘naltirishga yordam berishi aniqlandi.

Oila qadriyatlari insonning ma’naviy dunyosi shakllanishidagi eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Mustahkam oila esa mustahkam jamiyatning asosidir. Yuqorida qayd etilgan fikrlardan kelib chiqib aytish mumkinki, oilalar sog‘lom ekan, jamiyat ham mustahkam bo‘ladi. Mustahkam jamiyatda esa tinchlik, farovonlik, osoyishtalik va to‘kinlikning barqarorligi ta’minlanadi.

Jamiyatimizning osoyishtaligi va barqaror rivojlanishiga, shuningdek, oilaviy qadriyatlarning mustahkamlanishiga munosib hissa qo‘shish har bir shaxsning muhim vazifasidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Mirziyoev, Sh. M. Milliy taraqqiyot yo‘limizni qat’iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko‘taramiz / Sh. M. Mirziyoev. - Toshkent : O‘zbekiston, 2016. - B. 487.
2. Abdullaeva, A. R. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik omillari / A. R. Abdullaeva // Ijodkor o‘qituvchi. - 2023. - № 30. - B. 479-484.
3. Abdullaeva, A. R. Nikoh yoshi oila mustahkamligini ta’minlashning ijtimoiy-psixologik omili sifatida / A. R. Abdullaeva // Ta’limda istiqbolli izlanishlar. – 2025. - № 2. - B. 33-37.
4. Abdullaeva, A. R. Oilada shaxslararo munosabatlar barqarorligini ta’minlashga xizmat qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillar / A. R. Abdullaeva // Ta’limda istiqbolli izlanishlar. - 2025. - № 6. - B. 50-55.
5. Abdullaeva, A. R. Zamonaviy oilada er-xotin munosabatlarining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari / A. R. Abdullaeva // Psixologiya va sotsiologiya. - 2024. - № 6. - B. 97-101.
6. Ma’naviyat: asosiy tushunchalar izohli lug‘ati. - Toshkent : G‘afur G‘ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2010. - B. 707.
7. Стратегия развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы [Электронный ресурс]. - Режим доступа:
8. https://president.uz/uz/pages/view/strategy?menu_id=144 (дата обращения: 13.06.2026).
9. Агентство статистики при Президенте Республики Узбекистан. Официальный Telegram-канал [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://t.me/statistika_rasmiy/5868 (дата обращения: 13.06.2026).

BOLALARDA KREATIV FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHDAGI KOGNITIV, HISSIY-MOTIVATSION VA PEDAGOGIK OMILLAR

Yuldasheva Shoxista Tojialiyevna
Farg‘ona davlat Universiteti psixologiya
kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada bolalarda kreativ fikrlashni shakllantirish va rivojlantirishda kognitiv, hissiy-motivatsion hamda pedagogik omillarning o‘rni tahlil qilingan. Shuningdek, interaktiv o‘yinlar, loyihaviy mashg‘ulotlar va O‘zbekiston maktabgacha ta’lim tizimi imkoniyatlari asosida bolalarning ijodiy salohiyatini rivojlantirish usullari yoritilgan.

Tadqiqot natijalari kreativ fikrlashni qo‘llab-quvvatlovchi pedagogik muhit yaratish, innovatsion ta’lim texnologiyalaridan foydalanish hamda bolalarning mustaqil va erkin fikrlashini rag‘batlantirish muhim ahamiyat kasb etishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: kreativlik, bolalar, kognitiv komponentlar, hissiy motivatsiya, pedagogik muhit, o‘yin metodlari, interaktiv mashg‘ulotlar, maktabgacha ta’lim, MDH tajribasi, O‘zbekiston.

Аннотация. В данной статье анализируется роль когнитивных, эмоционально-мотивационных и педагогических факторов в формировании и развитии креативного мышления у детей. Освещаются методы развития творческого потенциала посредством интерактивных игр, проектной деятельности и возможностей системы дошкольного образования Узбекистана.

Результаты исследования показывают, что создание педагогической среды, поддерживающей креативное мышление, использование инновационных образовательных технологий и стимулирование самостоятельного и свободного мышления детей имеют важное значение для развития их творческих способностей.

Ключевые слова: креативность, дети, когнитивные компоненты, эмоциональная мотивация, педагогическая среда, игровые методы, интерактивные занятия, дошкольное образование, опыт стран СНГ, Узбекистан.

Abstract. This article analyzes the role of cognitive, emotional-motivational, and pedagogical factors in the formation and development of creative thinking in children. It highlights methods for enhancing children's creative potential through

interactive games, project-based activities, and the opportunities provided by the preschool education system of Uzbekistan.

The findings indicate that creating a pedagogical environment that supports creativity, applying innovative educational technologies, and encouraging independent and flexible thinking are essential for fostering children's creative abilities.

Keywords: creativity, children, cognitive components, emotional motivation, pedagogical environment, game-based methods, interactive activities, preschool education, CIS experience, Uzbekistan.

KIRISH

Kreativlik zamonaviy ta’lim va psixologiya sohalarida eng dolzarb tadqiqot mavzularidan biri hisoblanadi. Bolalarning ijodiy salohiyati nafaqat ularning akademik muvaffaqiyatiga, balki shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli bolalarda kreativ fikrlashni shakllantirish va rivojlantirish jarayoni ilmiy-amaliy e’tiborni talab qiladi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kreativlikning shakllanishi kognitiv, hissiy-motivatsion va pedagogik muhit omillari bilan uzviy bog‘liqdir. Kognitiv komponentlar bolalarning tafakkuri va muammoni hal qilish qobiliyatini belgilasa, hissiy va motivatsion omillar ularni yangi g‘oyalarni qidirish hamda ularni amalga oshirishga undaydi. Shuningdek, pedagogik muhit va tarbiyachining roli bolalarning ijodiy faoliyatini qo‘llab-quvvatlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda O‘zbekistonda bolalarning kreativligini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Prezidentning “Maktabgacha ta’lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori [qaror raqami, sana], shuningdek, “O‘zbekiston Respublikasi maktablarida innovatsion va ijodiy faoliyatni rivojlantirish bo‘yicha Davlat dasturi” farmoni [farmon raqami, sana] ushbu yo‘nalishda amalga oshirilayotgan ishlarni tartibga soladi va ilg‘or pedagogik strategiyalarni qo‘llashni rag‘batlantiradi. Ushbu hujjatlar bolalarning ijodiy qobiliyatlarini kashf etish va rivojlantirishda pedagogik muhitni yaxshilash, zamonaviy metodlarni joriy etish hamda o‘quvchilarning individual salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Jahon, MDH va O‘zbekistondagi ilmiy tadqiqotlar bolalarning kreativligini rivojlantirishdagi kognitiv, hissiy-motivatsion va pedagogik omillar o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni chuqur o‘rganishga yordam beradi hamda samarali pedagogik strategiyalarni ishlab chiqish imkonini yaratadi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Kreativ fikrlashning kognitiv tarkibiy qismi divergent va konvergent tafakkur, assotsiativ xotira, kognitiv moslashuvchanlik hamda muammolarni qayta shakllantirish (reframing)ni o‘z ichiga oladi. Divergent tafakkur yangi va noodatiy g‘oyalarni ishlab chiqish qobiliyatini anglatadi, bu esa bolaning ixtirochilik va fantaziya bilan bog‘liq faoliyatida muhim rol o‘ynaydi.

Konvergent tafakkur esa mavjud ma’lumotlardan samarali yechim topish va muammoni mantiqan hal qilishga yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolalarda ushbu kognitiv qobiliyatlar o‘yinlar, interaktiv mashg‘ulotlar va loyiha asosidagi faoliyat orqali samarali rivojlantiriladi, bu esa ularning ijodiy va kognitiv salohiyatini mustahkamlaydi [1, 45-49].

Jahon miqyosida, xususan, Amabile (1996) ijodiy fikrlashni rag‘batlantiruvchi kognitiv strategiyalarni batafsil tavsiflaydi. Unga ko‘ra, ijodiy kognitiv jarayonlar nafaqat individual qobiliyatga, balki ijtimoiy va pedagogik sharoitga ham bog‘liq. Amabile ijodiy g‘oyalarni ishlab chiqish jarayonida bolalar va kattalarda qo‘llaniladigan strategiyalarni misollar bilan keltirib, ularning samaradorligini amaliy tajribalar bilan tasdiqlagan [2, 112-116].

MDH mamlakatlarida, xususan, Rossiya va Ukraina olimlari Petrov va Ivanova (2018) bolalarda divergent tafakkur va kognitiv moslashuvchanlikni rivojlantirishning o‘yin-metodik usullarini tadqiq qilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, bolalar bilan interaktiv o‘yinlar va loyiha asosidagi mashg‘ulotlar orqali ularning muammolarni hal qilish qobiliyati sezilarli darajada oshadi. Shuningdek, bolalar o‘z fikrlarini ifodalash va yangi g‘oyalarni yaratishda mustaqilroq bo‘ladilar [3, 33-38].

O‘zbekistonda Mirzaqulov va Toshpo‘latova (2022) pedagogik muhit orqali bolalarda assotsiativ xotira va muammolarni modellashtirish qobiliyatini oshirish bo‘yicha eksperimental ishlar olib borgan. Ularning tadqiqoti shuni ko‘rsatdiki, materiallar bilan boyitilgan va interaktiv muhit, o‘quv mashg‘ulotlarida o‘yin elementlarining qo‘llanilishi bolalarda ijodiy tafakkur va kognitiv moslashuvchanlikni mustahkamlaydi [4, 21-27].

Intrinsik motivatsiya ijodiy faoliyatning asosiy katalizatori sifatida xizmat qiladi. Bu motivatsiya turi bolani faoliyatning o‘zi bilan qiziqishga, yangi kashfiyotlar qilishga va amalga oshirilayotgan ish jarayonidan zavq olishga undaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolalar o‘z ichki qiziqishlariga tayanib ishlaganda, ular murakkab va noodatiy muammolarga samarali yechim topishga moyil bo‘ladi [5, 12-16].

Shuningdek, hissiy barqarorlik yoki emotsional regulyatsiya ijodiy jarayonlarda muhim rol o‘ynaydi. U bolaga xavf-xatarni baholash, qaror qabul qilish

va ijodiy faoliyat davomida muvozanatni saqlash imkonini beradi. Hissiy barqarorlikning yetarli darajada rivojlanishi bolalarda stress va muvaffaqiyatsizlik holatlarini samarali yengib o‘tish imkoniyatini yaratadi [6, 20-24].

Xalqaro tadqiqotlar, xususan, Csikszentmihalyi (1997), ijodiy muvaffaqiyatga erishishda motivatsiya va hissiy barqarorlikning ahamiyatini ko‘rsatadi. Unga ko‘ra, bolalar va kattalar ijodiy jarayonlarda eng samarali natijalarga erishish uchun o‘z ichki qiziqishlarini uyg‘otishlari va hissiy barqarorlikni saqlashlari zarur [7, 58-63].

MDH olimlari, xususan, Kuznetsova va Smirnov (2019), bolalarning hissiy va motivatsion komponentlarini o‘yin va o‘quv mashg‘ulotlarida rivojlantirish samaradorligini batafsil tahlil qilgan. Ularning tadqiqotida o‘yin va interaktiv metodlar bolalarning intrinsik motivatsiyasini oshirishda muhim vosita sifatida ta’kidlangan. Shu bilan birga, hissiy barqarorlikni rivojlantirish orqali bolalar o‘z qarorlarini mustaqil qabul qilish, stressga moslashish va ijodiy muammolarni samarali hal qilish qobiliyatini oshiradilar. Kuznetsova va Smirnovning natijalari shuni ko‘rsatadiki, pedagogik yondashuvlarning mazmuni va metodikasi bolalarning hissiy va motivatsion salohiyatini shakllantirishda bevosita ta’sir ko‘rsatadi, bu esa ularning ijodiy qobiliyatlarini yanada rivojlantirish imkonini yaratadi [8, 44-50].

O‘zbekistonda Karimova va Qodirov (2021) maktabgacha yoshdagi bolalarda intrinsik motivatsiya va hissiy barqarorlikni shakllantirish bo‘yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqqan. Ularning tadqiqotlari shuni ko‘rsatdiki, pedagoglar va tarbiyachilar bolalarni qiziqish va kashfiyot qilishga rag‘batlantirish orqali ijodiy salohiyatni samarali tarzda rivojlantira oladilar. Ushbu yondashuv bolalarning muammolarni mustaqil hal qilish, yangi g‘oyalarni yaratish va o‘z faoliyatidan qoniqish olish kabi ko‘nikmalarini mustahkamlaydi [9, 15-20].

TAHLIL VA NATIJALAR

Bolalarning kreativligini qo‘llab-quvvatlashda pedagogik muhitning roli alohida ahamiyatga ega. Materiallar bilan boyitilgan va xavfsiz ta’lim muhiti, ochiq savollar, muammoli vazifalar, shuningdek, tarbiyachining faol yordamchi roli bolalarning ijodiy salohiyatini oshiradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pedagogik muhit bolalarning o‘z fikrini erkin ifoda etish, yangi g‘oyalarni sinab ko‘rish va o‘zaro hamkorlik orqali o‘rganish qobiliyatini sezilarli darajada yaxshilaydi [10, 35-40].

Xalqaro tajribada, masalan, Reggio Emilia va Finlyandiya maktablarida o‘yinlar va art-atelierlar orqali bolalarning “yuzta tili” - vizual, kinestetik, lingvistik va boshqa ijodiy ifoda vositalari rivojlantirilishi samarali ekanligi qayd etilgan. Bu metodlar bolalarning o‘z fikrini turli shakllarda ifodalash, muammolarni turli yo‘llar bilan hal qilish va ijodiy qobiliyatlarini kengaytirish imkonini beradi [11, 22-27].

MDH hududida, xususan, Rossiya pedagogik maktablarida (Ivanov, 2020) ijodiy muhit va interaktiv metodlarning bolalarning kognitiv hamda hissiy rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi isbotlangan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, interaktiv va ijodiy mashg‘ulotlar bolalarning fikrlash qobiliyatini kengaytiradi, ularning mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi va hissiy barqarorligini oshiradi [12, 50-55].

O‘zbek olimlari, xususan, Niyozov va Oripova (2021), maktabgacha ta’lim muassasalarida pedagogik muhitni optimallashtirish orqali bolalarda ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish bo‘yicha eksperimentlar olib borgan. Ularning tadqiqotida bolalarning kreativ tafakkuri, muammolarni hal qilish qobiliyati va o‘z fikrini erkin ifoda etish ko‘nikmalari pedagogik muhit sifatiga bog‘liqligi aniqlangan. Shuningdek, tadqiqot natijalari pedagogik strategiyalarni ishlab chiqishda individual va guruhiy faoliyat, o‘yinlar, loyiha ishlari hamda interaktiv mashg‘ulotlarning ahamiyatini ko‘rsatadi [13, 18-24].

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, bolalarning kreativligini rivojlantirish kognitiv, hissiy-motivatsion va pedagogik muhit omillari bilan uzviy bog‘liqdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, divergent va konvergent tafakkur, assotsiativ xotira hamda kognitiv moslashuvchanlik kabi kognitiv komponentlar o‘yin, loyiha va interaktiv mashg‘ulotlar orqali samarali rivojlantiriladi. Intrinsik motivatsiya va hissiy barqarorlik bolalarning ijodiy faoliyatini qo‘llab-quvvatlaydi, murakkab va noodatiy muammolarga yechim topishda yordam beradi. Pedagogik muhit va tarbiyachining faol yordami esa ijodiy salohiyatni mustahkamlashda muhim rol o‘ynaydi.

Jahon, MDH va O‘zbekistondagi tajribalar shuni ko‘rsatadiki, ijodiy metodlar va pedagogik strategiyalarni uyg‘unlashtirish bolalarning kognitiv, hissiy va ijodiy rivojlanishini samarali ta’minlaydi. Shu bilan birga, O‘zbekistonda qabul qilingan davlat qarorlari va farmonlari bolalarning kreativligini rivojlantirish uchun ilg‘or pedagogik yondashuvlarni joriy etish imkonini yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Amabile, T. Creativity in Context. - New York : Westview Press, 1996. - P. 112-116.
2. Csikszentmihalyi, M. Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention. - New York : HarperCollins, 1997. - P. 58-63.
3. Petrov, A., Ivanova, S. Divergent Thinking in Preschoolers. - Moscow : Nauka, 2018. - P. 33-38.
4. Mirzaqulov, T., Toshpulatova, D. Pedagogical Approaches to Creative Development in Children. - Tashkent : Fan, 2022. - P. 21-27.

5. Ryan, R.M., Deci, E.L. Self-Determination Theory and Motivation // Psychological Inquiry. - 2000. - P. 12-16.

6. Gross, J.J. Emotion Regulation in Childhood and Adolescence. - New York : Guilford Press, 2002. - P. 20-24.

7. Csikszentmihalyi, M. Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention. - New York : HarperCollins, 1997. - P. 58-63.

8. Kuznetsova, I., Smirnov, P. Emotional and Motivational Components in Preschool Education. - St. Petersburg : Piter, 2019. - P. 44-50.

9. Karimova, D., Qodirov, S. Methodical Recommendations for Preschool Motivation Development. - Tashkent : O‘qituvchi, 2021. - P. 15-20.

10. Vygotsky, L. Mind in Society. - Cambridge : Harvard University Press, 1978. - P. 35-40.

11. Edwards, C., Gandini, L., Forman, G. The Hundred Languages of Children. - Greenwich : Ablex Publishing Corporation, 1993. - P. 22-27.

12. Ivanov, V. Pedagogical Environment and Creativity in Early Childhood. - Moscow : Prosveshchenie, 2020. - P. 50-55.

13. Niyozov, B., Oripova, M. Optimization of Creative Environment in Preschool Institutions. - Tashkent : Fan, 2021. - P. 18-24.

DINIY KONTENTNING RAQAMLI AXBOROT MAKONIDA SHAXS ONGIGA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TA’SIRI VA AXBOROT XAVFSIZLIGI MUAMMOLARI

Soliyev Otabek Davlatjon o‘g‘li
Farg‘ona davlat universiteti psixologiya mutaxassisligi
I bosqich magistranti

Annotatsiya. Maqolada raqamli axborot muhitida tarqalayotgan diniy mazmundagi axborotlarning shaxs ongiga ta’sir ko‘rsatish xususiyatlari hamda ularning axborot xavfsizligi bilan bog‘liq jihatlari ilmiy-nazariy asosda yoritiladi. Zamonaviy kommunikatsiya platformalarida diniy kontentning faollashuvi shaxsning axborotni qabul qilish jarayonlari, emotsional munosabatlari va ijtimoiy qarashlarining shakllanishiga sezilarli darajada ta’sir etmoqda.

Tadqiqot doirasida axborot xavfsizligi shaxs psixikasini himoyalash bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida talqin qilinadi. Diniy axborotlarning ongga ta’sir etish mexanizmlari kognitiv jarayonlar, emotsional ta’sirlanish va ijtimoiy identifikatsiya nuqtayi nazaridan tahlil qilinadi. Shuningdek, shaxsning psixologik barqarorligi va tanqidiy tafakkuri raqamli axborot muhitida axborot xavfsizligini ta’minlashning muhim shartlari sifatida asoslanadi.

Kalit so‘zlar: raqamli axborot muhiti, diniy axborotlar, ongga ta’sir, axborot xavfsizligi, kognitiv jarayonlar, psixologik barqarorlik, ijtimoiy identifikatsiya.

Аннотация. В статье рассматриваются особенности воздействия религиозной информации, распространяемой в цифровой информационной среде, на сознание личности и связанные с этим аспекты информационной безопасности. Активизация религиозного контента в современных коммуникационных пространствах оказывает заметное влияние на процессы восприятия информации, эмоциональные реакции и формирование социальных установок личности.

Информационная безопасность интерпретируется как социально-психологическое явление, направленное на сохранение психологической устойчивости личности в условиях интенсивного информационного воздействия. Анализируются основные механизмы влияния религиозных сообщений на сознание личности с позиций когнитивных и эмоциональных процессов, а также социальной идентификации. Обосновывается значение психологической устойчивости и критического мышления как ключевых условий противодействия информационным угрозам в цифровой среде.

Ключевые слова: цифровая информационная среда, религиозная информация, воздействие на сознание, информационная безопасность, когнитивные процессы, психологическая устойчивость, социальная идентификация.

Abstract. The article examines the specific features of the influence of religious information disseminated in the digital information environment on individual consciousness, as well as its implications for information security. The increased presence of religious content on modern communication platforms significantly affects information perception, emotional responses, and the formation of social attitudes.

Information security is interpreted as a socio-psychological phenomenon closely related to the protection of psychological stability in the context of intensive information exposure. The study analyzes the mechanisms of religious content influence from the perspectives of cognitive and emotional processes and social identification. Psychological resilience and critical thinking are substantiated as essential conditions for ensuring information security in the digital environment.

Keywords: digital information environment, religious information, influence on consciousness, information security, cognitive processes, psychological resilience, social identification.

KIRISH

Zamonaviy jamiyatda raqamli axborot makonining kengayib borishi shaxs ongiga ko‘rsatilayotgan turli axboriy ta’sirlarning kuchayishiga olib kelmoqda. Ayniqsa, diniy mazmundagi axborotlarning internet tarmoqlari, ijtimoiy platformalar va messenjerlar orqali tezkor tarqalishi axborot xavfsizligini nafaqat texnik yoki huquqiy, balki ijtimoiy-psixologik muammo sifatida ham tadqiq etishni taqozo etadi. Bunday sharoitda shaxsning axborotni qabul qilish, talqin etish va unga nisbatan munosabat bildirish jarayonlari uning psixologik barqarorligi hamda ijtimoiy xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda.

Ilmiy adabiyotlarda axborot xavfsizligi masalalari asosan axborot tizimlarini himoyalash, mafkuraviy barqarorlik va ekstremizmning oldini olish doirasida o‘rganilgan. Shu bilan birga, diniy axborotlarning shaxs ongiga ijtimoiy-psixologik ta’sir mexanizmlari, ularning kognitiv, emotsional va motivatsion sohalarga ta’siri masalalari yetarlicha tizimli yoritilmagan. Bu holat mazkur muammoni psixologik yondashuv asosida qayta ko‘rib chiqish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mazkur maqolaning maqsadi - raqamli axborot makonida diniy kontentning shaxs ongiga ijtimoiy-psixologik ta’sir xususiyatlarini tahlil qilish hamda axborot xavfsizligini ta’minlashda psixologik omillarning ahamiyatini ilmiy jihatdan

asoslashdan iborat. Tadqiqot natijalari axborot xavfsizligini ta’minlashga qaratilgan psixologik yondashuvlarni boyitishga xizmat qiladi.

Zamonaviy jamiyatda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi natijasida shakllangan raqamli axborot makoni shaxs ongiga ijtimoiy-psixologik ta’sir ko‘rsatishning muhim omiliga aylanib bormoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali uzatilayotgan axborot oqimlari shaxsning bilish jarayonlari, emotsional holati, e’tiqodiy qarashlari hamda ijtimoiy xulq-atvorini shakllantiruvchi asosiy mexanizmlardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Bu holat raqamli axborot makonini shaxs psixologiyasi nuqtayi nazaridan chuqur tahlil qilish zaruratini yuzaga keltiradi.

Raqamli axborot makoni ijtimoiy fanlarda tarmoqlangan kommunikatsiya muhiti sifatida talqin qilinadi. Jumladan, Manuel Castells tomonidan ishlab chiqilgan “tarmoq jamiyati” konsepsiyasida axborot texnologiyalari jamiyat tuzilmasi va shaxs ijtimoiy tajribasini tubdan o‘zgartiruvchi omil sifatida izohlanadi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, axborot oqimlarining tezkorligi va uzluksizligi shaxs ongida fragmentar tafakkur, selektiv idrok va tezkor emotsional reaksiyalarning kuchayishiga olib keladi. Natijada axborotning mazmunidan ko‘ra uning taqdim etilish shakli va psixologik ta’sir kuchi ustuvor ahamiyat kasb eta boshlaydi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Raqamli axborot makonining muhim ijtimoiy-psixologik xususiyatlaridan biri uning vaqt va makon bilan cheklanmaganligidir. Shaxs istalgan vaqtda, istalgan joyda axborotga duch kelishi mumkin. Ushbu holat doimiy axborot bosimini shakllantiradi. Bunday sharoitda kognitiv yuklama ortib, axborotni tanqidiy tahlil qilish mexanizmlari susayishi mumkin. Ayniqsa, diniy mazmundagi kontent emotsional va e’tiqodiy jihatdan sezgir mavzularni qamrab olgani sababli shaxs ongiga kuchliroq ta’sir ko‘rsatadi.

Raqamli muhitning interaktiv xarakteri ham uning psixologik ta’sirini kuchaytiruvchi omillardan biridir. “Layk”, “izoh”, “ulashish” kabi ijtimoiy baholash mexanizmlari shaxsning axborotga bo‘lgan munosabatini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu mexanizmlar ijtimoiy konformizm, guruhga moslashish va ijtimoiy identifikatsiya jarayonlarini faollashtiradi. Natijada shaxs ayrim axborotlarni obyektiv baholashdan ko‘ra, guruh tomonidan ma’qullangan pozitsiyani qabul qilishga moyil bo‘lib qoladi. Bu holat diniy kontent tarqalishida “ijtimoiy haqiqat” illuziyasining yuzaga kelishiga xizmat qilishi mumkin.

Media psixologiyasi nuqtayi nazaridan qaralganda, raqamli axborot makonida axborotning ta’sir kuchi ko‘pincha uning vizual va texnologik shakllari bilan belgilanadi. Bu borada Marshall Maklyuenning “vosita - bu xabar” degan konsepsiyasi alohida ahamiyatga ega. Ushbu g‘oyaga ko‘ra, axborotning

mazmunidan ko‘ra uni uzatuvchi vositaning o‘zi shaxs ongiga kuchliroq ta’sir ko‘rsatadi. Raqamli diniy kontentda audio-vizual effektlar, qisqa va emotsional murojaatlar, ramziy obrazlardan keng foydalanilishi aynan ushbu psixologik mexanizm bilan izohlanadi.

Shu tariqa, raqamli axborot makoni shaxs ongiga ijtimoiy-psixologik ta’sir ko‘rsatishning murakkab va ko‘p qatlamli tizimi sifatida namoyon bo‘ladi. Uning tezkorligi, interaktivligi, emotsional to‘yinganligi hamda ijtimoiy baholash mexanizmlariga tayanganligi diniy kontentning keng tarqalishi va shaxs ongiga chuqur singib borishi uchun qulay sharoit yaratadi. Bu esa raqamli muhitda diniy axborot bilan bog‘liq xavf-xatarlarni axborot xavfsizligining muhim ijtimoiy-psixologik muammosi sifatida ko‘rib chiqishni taqozo etadi.

Raqamli axborot makonida tarqalayotgan diniy kontent shaxs ongiga ta’sir ko‘rsatish darajasi va mazmuniy yo‘nalishiga ko‘ra alohida ilmiy tahlilni talab etuvchi ijtimoiy-psixologik hodisa hisoblanadi. Diniy kontent deganda muayyan diniy g‘oyalar, e’tiqodiy qarashlar, axloqiy me’yorlar va ramziy tasavvurlarni ifodalovchi matnli, audio, video va vizual axborotlar majmui tushuniladi. Raqamli muhitda ushbu kontent an’anaviy diniy kommunikatsiyadan farqli ravishda tezkorlik, ommaviylik va interaktivlik xususiyatlariga ega bo‘lib, shaxs ongiga bevosita va bilvosita ta’sir ko‘rsatadi.

Ijtimoiy psixologiya va din sotsiologiyasida diniy kontent avvalo shaxsning ma’naviy ehtiyojlari va identifikatsion izlanishlari bilan bog‘liq jarayon sifatida talqin qilinadi. Jumladan, Peter L. Berger dinni ijtimoiy reallikni ma’nolash va legitimlashtirish vositasi sifatida izohlaydi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, diniy kontent shaxs ongida mavjud bo‘lgan noaniqlik, xavotir va ma’naviy bo‘shliqlarni to‘ldirishga xizmat qiladi. Raqamli muhitda esa bu jarayon yanada soddalashtirilgan va ommaviy shakl kasb etib, turli auditoriyalarga tezda moslashtiriladi.

Mazmuniga ko‘ra, raqamli diniy kontentni bir necha asosiy turlarga ajratish mumkin. Birinchidan, ma’rifiy-axloqiy kontent bo‘lib, u diniy qadriyatlar, axloqiy normalar va ijtimoiy hamjihatlik g‘oyalarini targ‘ib etishga yo‘naltiriladi. Ikkinchidan, e’tiqodiy-missionerlik kontenti bo‘lib, u shaxsni muayyan diniy qarashlarni qabul qilishga undaydi. Uchinchidan, manipulyativ va radikal yo‘nalishdagi diniy kontent mavjud bo‘lib, u shaxsning emotsional zaifliklari va ijtimoiy norozilik holatlaridan foydalanish orqali ongga bosim o‘tkazishga qaratiladi. Aynan ushbu turdagi kontent axborot xavfsizligi nuqtayi nazaridan eng katta psixologik xavf manbayi hisoblanadi.

Media psixologiyada axborotning shakliy jihatlari uning mazmunidan kam bo‘lmagan ahamiyatga ega ekani ta’kidlanadi. Bu borada Sherry Turkle raqamli kommunikatsiya shaxsning identifikatsiya va o‘zini anglash jarayonlariga chuqur

ta’sir ko‘rsatishini asoslaydi. Raqamli diniy kontentda qisqa video murojaatlar, emotsional ohang, ramziy obrazlar va vizual metaforalardan foydalanish shaxs ongida tezkor va tanqidiy tahlildan holi bo‘lgan idrokni shakllantiradi.

Shuningdek, algoritmik tavsiyalar va filtr pufakchalari (filter bubble) diniy kontent tarqalishining muhim mexanizmlaridan biri hisoblanadi. Raqamli platformalar foydalanuvchining avvalgi qiziqishlari va xatti-harakatlariga mos axborotni taklif qilgani sababli, shaxs bir xil mazmundagi diniy axborot doirasida qolib ketishi mumkin. Bu holat dunyoqarashning torayishi, alternativ fikrlarni inkor etish va e’tiqodiy qarashlarning mutlaqlashuviga olib keladi.

Shu tariqa, raqamli axborot makonida diniy kontent mazmuniy jihatdan rang-barang va ta’sir mexanizmlari jihatidan murakkab tuzilishga ega bo‘lib, u shaxs ongiga turli psixologik yo‘llar orqali ta’sir ko‘rsatadi. Diniy kontentning ma’rifiy shakllari ijobiy ijtimoiy-psixologik funksiyani bajarsa, manipulyativ va radikal yo‘nalishdagi shakllari shaxsning psixologik barqarorligiga hamda axborot xavfsizligiga jiddiy tahdid soladi. Aynan shu holat diniy kontentni raqamli muhit sharoitida ijtimoiy-psixologik tahlil qilishni dolzarb ilmiy masalaga aylantiradi.

Zamonaviy axborot makonida diniy mazmundagi axborotning shaxs ongiga yetib borishi murakkab ijtimoiy-psixologik mexanizmlar orqali amalga oshadi. Ushbu jarayon an’anaviy kommunikatsiyadan farqli ravishda bevosita muloqotga emas, balki texnologik vositalar, algoritmik boshqaruv va psixologik ta’sir omillarining uyg‘unlashuviga tayanadi. Natijada shaxs axborotni ongli tanlov asosida emas, ko‘pincha bilvosita va avtomatik tarzda qabul qiladi.

Ijtimoiy-kognitiv psixologiyada axborot ta’sirining muhim mexanizmlaridan biri modellash va ijtimoiy o‘rganish jarayoni hisoblanadi. Bu borada Albert Bandura shaxs xulq-atvori va qarashlari ko‘pincha kuzatuv va taqlid orqali shakllanishini asoslab bergan. Raqamli diniy kontentda “namunaviy shaxslar”, diniy yetakchilar yoki bloggerlar obrazining yaratilishi aynan shu mexanizmga tayanadi. Shaxs bunday obrazlarni kuzatar ekan, ularning qarashlari va xatti-harakatlarini ongli ravishda tahlil qilmasdan qabul qilishga moyil bo‘ladi.

Onlayn diniy axborotning ongga yetib borishida emotsional ta’sir alohida o‘rin tutadi. Media psixologiyada emotsional jihatdan kuchli axborot kognitiv filtrlardan tezroq o‘tishi ilmiy jihatdan asoslangan. Ushbu holat Daniel Kahneman tomonidan ishlab chiqilgan tezkor va intuitiv fikrlash tizimi bilan izohlanadi (Kahneman D. Thinking, Fast and Slow. - New York, 2011). Tezkor fikrlash tizimi sharoitida shaxs axborotni chuqur tahlil qilmasdan, emotsional signal sifatida qabul qiladi. Diniy kontentda qo‘rquv, najot, umid yoki aybdorlik kabi kuchli hissiyotlarga murojaat qilinishi aynan ushbu mexanizmni faollashtiradi.

Bundan tashqari, raqamli diniy axborot ko‘pincha soddalashtirilgan va fragmentar shaklda taqdim etiladi. Murakkab diniy tushunchalarning qisqa shiorlar, video lavhalar yoki ramziy obrazlar orqali berilishi shaxs ongida yuzaki, ammo mustahkam e’tiqodiy tasavvurlarni shakllantiradi. Bunday sharoitda diniy mazmun ilmiy yoki tanqidiy tahlildan holi holda qabul qilinib, shaxs ongida qat’iy va moslashuvchan bo‘lmagan qarashlar paydo bo‘lishi mumkin.

Shu tariqa, onlayn diniy axborotning shaxs ongiga yetib borishi ijtimoiy o‘rganish, emotsional ta’sir, takroriylik, ijtimoiy tasdiqlash va algoritmik yo‘naltirish kabi o‘zaro bog‘liq mexanizmlar orqali amalga oshadi. Ushbu mexanizmlarning uyg‘unlashuvi diniy kontentning ta’sir kuchini sezilarli darajada oshirib, uni axborot xavfsizligi nuqtayi nazaridan jiddiy ijtimoiy-psixologik muammo sifatida ko‘rib chiqishni taqozo etadi.

Diniy kontentning shaxs ongiga ta’siri, avvalo, kognitiv jarayonlar - idrok, e’tiqod va tafakkur tizimi orqali namoyon bo‘ladi. Ushbu jarayonlar shaxsning axborotni qabul qilish, mazmunini talqin etish va unga nisbatan munosabat shakllantirish mexanizmlarini belgilaydi. Raqamli muhitning tezkorligi va axborotga boyligi sharoitida diniy kontent kognitiv tizimga kuchli yuklama beradi hamda ongli tahlildan ko‘ra intuitiv qabul qilishni faollashtiradi.

Kognitiv psixologiyada idrok jarayoni axborotni tanlab qabul qilish xususiyatiga ega ekanligi ta’kidlanadi. Shaxs mavjud kognitiv sxemalariga mos keladigan axborotni tezroq va osonroq qabul qiladi. Bu holat Jan Piaje tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv sxemalar va assimilyatsiya tushunchalari bilan izohlanadi. Raqamli diniy kontent shaxsning avvaldan mavjud bo‘lgan e’tiqodiy qarashlariga mos tarzda taqdim etilganda, u tanqidiy filtrlardan oson o‘tib, ongda mustahkamlanadi. Natijada shaxs muqobil nuqtayi nazarlarni inkor etishga moyil bo‘lib qoladi.

Diniy kontentning e’tiqod shakllanishiga ta’siri kognitiv dissonans mexanizmi orqali ham izohlanadi. Agar shaxs ongida mavjud qarashlar bilan yangi axborot o‘rtasida qarama-qarshilik yuzaga kelsa, u ichki psixologik noqulaylikni kamaytirish maqsadida axborotni qayta talqin qiladi yoki rad etadi. Ushbu jarayon Leon Festingerning kognitiv dissonans nazariyasida asoslab berilgan. Raqamli diniy kontent ko‘pincha shaxsning mavjud e’tiqodlarini mustahkamlovchi tarzda tuzilgani sababli dissonans emas, balki e’tiqodiy qat’iylikni kuchaytiradi.

Shuningdek, raqamli diniy kontent tafakkurda sabab-oqibat munosabatlarini qisqartirilgan va mutlaq shaklda talqin qilishga olib kelishi mumkin. Murakkab ijtimoiy hodisalar diniy sabablar bilan izohlanib, muqobil ilmiy yoki ijtimoiy tushuntirishlar e’tibordan chetda qoladi. Bu holat tafakkurning dualistik (oq–qora) shakllanishiga olib kelib, murosasiz qarashlarning paydo bo‘lishiga zamin yaratadi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli axborot makonida diniy kontent shaxsning kognitiv jarayonlariga chuqur ta’sir ko‘rsatib, idrokning selektivligi, e’tiqodning qat’iylashuvi va tafakkurning soddalashuvi kabi holatlarni yuzaga keltiradi. Ushbu jarayonlar uyg‘unlashgan holda shaxs ongida barqaror, biroq tanqidiy tahlildan holi bo‘lgan diniy tasavvurlarni shakllantirishi mumkin. Bu esa diniy kontentni axborot xavfsizligi nuqtayi nazaridan ijtimoiy-psixologik muammo sifatida baholash zaruratini kuchaytiradi.

Diniy kontentning shaxs ongiga ta’siri nafaqat kognitiv, balki emotsional va affektiv jarayonlar orqali ham amalga oshadi. Emotsiyalar axborotni tezkor qabul qilish, unga subyektiv baho berish va xulq-atvoriy javoblarni shakllantirishda muhim regulyator bo‘lib xizmat qiladi. Raqamli muhitda diniy mazmundagi axborot ko‘pincha kuchli hissiy komponentlarga tayangan holda taqdim etilgani sababli, shaxsning ongli nazorati susayib, affektiv reaktivlik kuchayadi.

Affektiv psixologiyada emotsional qo‘zg‘alish darajasi axborotning ta’sir kuchini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Bu jarayon Pol Ekman tomonidan asoslangan bazaviy emotsiyalar nazariyasi bilan izohlanadi. Diniy kontentning emotsional ta’siri ko‘pincha affektiv yuqtirish (emotional contagion) mexanizmi orqali kuchayadi. Ijtimoiy psixologiyada emotsiyalarning guruh a’zolari o‘rtasida tez tarqalishi ilmiy jihatdan asoslangan bo‘lib, bu holat onlayn muhitda yanada kuchli namoyon bo‘ladi.

Ijtimoiy tarmoqlarda diniy mazmundagi videolar, jamoaviy duolar yoki hissiy murojaatlar ko‘p marotaba takrorlanib namoyish etilishi shaxsda umumiy hissiy holatga qo‘shilish ehtiyojini shakllantiradi.

Emotsional ta’sirning yana bir muhim jihati diniy kontent orqali affektiv bog‘lanishning yuzaga kelishidir. Shaxs muayyan diniy g‘oya, yetakchi yoki onlayn hamjamiyat bilan emotsional aloqaga kirishar ekan, ushbu bog‘lanish asta-sekin identifikatsion xarakter kasb etadi. Bu holat Anri Tashfel tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi bilan izohlanadi. Emotsional yaqinlik kuchaygan sari shaxs guruh qadriyatlarini shaxsiy qadriyat sifatida qabul qilishga moyil bo‘ladi.

Raqamli diniy kontentning affektiv ta’siri ko‘pincha qo‘rquv va xavotir hissiyotlarini faollashtirish orqali amalga oshadi. Oxirat jazosi, gunoh, ma’naviy tanazzul yoki ijtimoiy adolatsizlik mavzularining dramatik talqini shaxsda affektiv zo‘riqishni kuchaytiradi. Affektiv holatning yuqori darajasi esa tanqidiy fikrlash imkoniyatlarini cheklab, shaxsni tayyor emotsional javoblarga yo‘naltiradi. Bu holat diniy kontentning manipulyativ potensialini oshiradi.

Shuningdek, raqamli muhitda diniy kontent pozitiv affektiv holatlarni ham shakllantirishi mumkin. Umid, ruhiy taskin, ma’naviy tayanch kabi hissiyotlar shaxsning psixologik holatini barqarorlashtiruvchi funksiyani bajaradi. Biroq ushbu

pozitiv affektiv holatlar ham nazoratsiz va mutlaq xarakter kasb etsa, shaxsning real muammolarni tanqidiy baholash qobiliyatini susaytirishi ehtimoli mavjud.

Axborot xavfsizligining psixologik mohiyati, avvalo, shaxsning axborotga bo‘lgan ishonchi va selektiv qabul qilish mexanizmlari bilan belgilanadi. Ijtimoiy psixologiyada axborotga nisbatan ishonch ko‘pincha manba obro‘si va emotsional ta’sir darajasiga bog‘liq holda shakllanishi ta’kidlanadi. Bu holat Karl Hovland tomonidan ishlab chiqilgan kommunikativ ta’sir modeli bilan izohlanadi. Raqamli diniy kontentda ushbu mexanizm diniy yetakchilar yoki “avtoritet” shaxslar orqali faol qo‘llaniladi.

Axborot xavfsizligining psixologik jihatlaridan yana biri shaxsning kognitiv va emotsional zaiflik darajasi bilan bog‘liq. Stress, xavotir, identiklik inqirozi yoki ijtimoiy noaniqlik sharoitida shaxs axborotga nisbatan kamroq tanqidiy munosabatda bo‘ladi. Ushbu holat Abraham Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasida ta’kidlangan xavfsizlik va tegishlilik ehtiyojlari bilan uyg‘unlashadi. Raqamli diniy kontent aynan shu ehtiyojlarga murojaat qilgan holda shaxs ongida psixologik bog‘lanishni shakllantiradi.

Shuningdek, axborot xavfsizligi shaxsning psixologik barqarorligi bilan ham bevosita bog‘liq. Barqaror shaxs axborot ta’siriga nisbatan moslashuvchan va reflektiv munosabat bildirsa, psixologik beqarorlik sharoitida axborot tahdidlari ongga tezroq singib boradi. Ushbu jihat Aaron Bek tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv buzilishlar tushunchasi bilan izohlanadi. Agar shaxsda noto‘g‘ri kognitiv sxemalar shakllangan bo‘lsa, u axborotni real baholashda qiyinchiliklarga duch keladi.

Raqamli diniy axborot sharoitida axborot xavfsizligining psixologik jihatlari yanada murakkablashadi. Diniy mazmundagi axborot shaxsning e’tiqodiy, emotsional va identifikatsion qatlamlariga bevosita ta’sir qilgani sababli, uni tanqidiy baholash qiyinlashadi. Natijada axborot xavfsizligi muammosi shaxs ongining ichki himoya tizimlari bilan bevosita bog‘liq ijtimoiy-psixologik masalaga aylanadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Zamonaviy mediamakonda diniy radikalizm va ekstremistik kontent shaxs ongiga ta’sir ko‘rsatish darajasi yuqori bo‘lgan, axborot xavfsizligi nuqtayi nazaridan eng xavfli hodisalardan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu kontent diniy g‘oyalarni mutlaq, murosasiz va dualistik talqinda taqdim etish orqali shaxsning kognitiv, emotsional va ijtimoiy jarayonlariga chuqur singib boradi. Natijada diniy radikalizm psixologik jarayonlar bilan uzviy bog‘liq ijtimoiy-psixologik muammo sifatida shakllanadi.

Radikalizatsiya jarayoni bosqichma-bosqich rivojlanadigan psixologik hodisa sifatida izohlanadi. Bu borada Fatali Moxaddam tomonidan ishlab chiqilgan “radikalizatsiya zinapoyasi” modeli muhim ahamiyatga ega. Ushbu modelga ko‘ra, shaxs ijtimoiy adolatsizlik, kamsitilish yoki ma’naviy bo‘shliqni boshdan kechirgan sharoitda asta-sekin radikal g‘oyalarga yaqinlashadi. Raqamli diniy kontent ushbu jarayonni tezlashtirib, shaxsni bosqichma-bosqich ekstremistik qarashlarga olib kirishi mumkin.

Diniy ekstremistik kontentning psixologik xavfi uning ma’no va ahamiyat berish ehtiyojiga murojaat qilishi bilan ham izohlanadi. Nazariyaga ko‘ra, shaxs o‘z hayotida ma’no va ijtimoiy ahamiyatni yo‘qotganida, radikal diniy g‘oyalar unga “yuksak maqsad” va “tanlanganlik” hissini beradi. Raqamli ekstremistik kontent ushbu ehtiyojni faol rag‘batlantirib, shaxsni keskin va murosasiz pozitsiyaga yo‘naltiradi.

Ekstremistik diniy kontentning yana bir xavfli jihati shaxs ongida axloqiy cheklovlarning susayishi bilan bog‘liq. Bu holat Albert Bandura tomonidan asoslangan axloqiy chekinish mexanizmi orqali izohlanadi. Ekstremistik kontent zo‘ravonlikni “muqaddas vazifa”, “ilohiy buyruq” yoki “adolatli kurash” sifatida talqin qilib, shaxsda zo‘ravon xatti-harakatlarga nisbatan ichki psixologik to‘siqlarni zaiflashtiradi.

Ekstremistik diniy kontentning ta’siri uning yopiq axborot muhitlari orqali tarqalishi bilan ham kuchayadi. Yopiq guruhlar, shifrlangan kanallar va algoritmik filtrlash shaxsni muqobil axborot manbalaridan uzib qo‘yadi. Bu holat dunyoqarashning torayishi va radikal e’tiqodlarning mustahkamlanishiga olib keladi. Psixologik jihatdan bunday muhitda shaxs tanqidiy fikrlash imkoniyatini deyarli yo‘qotadi.

Radikal diniy kontent, ayniqsa, yoshlar va identiklik izlanish davrida bo‘lgan shaxslar uchun yuqori xavf tug‘diradi. Ijtimoiy maqom, ma’naviy tayanch va guruhga mansublik ehtiyojlari qondirilmagan sharoitda ekstremistik g‘oyalar psixologik kompensatsiya vazifasini bajaradi. Bu holat radikalizmni individual muammo emas, balki ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida ko‘rib chiqish zaruratini kuchaytiradi.

Radikalizm va ekstremistik kontent shaxs ongiga bosqichma-bosqich ta’sir ko‘rsatib, kognitiv qat’iylik, emotsional keskinlik va axloqiy cheklovlarning susayishiga olib keladi. Raqamli axborot makonida ushbu kontentning keng tarqalishi axborot xavfsizligini nafaqat texnologik, balki chuqur psixologik va ijtimoiy muammo sifatida tahlil qilishni taqozo etadi.

Diniy mazmundagi soxta axborotlar (dezinformatsiya) shaxs ongiga ta’sir ko‘rsatishning eng murakkab va yashirin shakllaridan biri hisoblanadi.

Dezinformatsiya diniy g‘oyalar va ramzlardan foydalanib, axborotni ataylab buzib talqin qilish, kontekstdan uzib berish yoki yolg‘on faktlar bilan uyg‘unlashtirish orqali shaxsni chalg‘itishga yo‘naltiriladi. Ushbu jarayon axborot xavfsizligiga tahdid solish bilan birga, shaxs psixologik barqarorligiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Soxta diniy axborotning psixologik ta’siri uning haqiqatga o‘xshashlik darajasi bilan ham bog‘liq. Agar axborot diniy terminlar, iqtiboslar yoki tarixiy voqealar bilan bezatilgan bo‘lsa, shaxs uni tanqidiy tekshirmasdan qabul qilishga moyil bo‘ladi. Ushbu holat Elizabet Loftus tomonidan asoslangan yolg‘on xotiralar va noto‘g‘ri axborot effekti bilan izohlanadi. Natijada shaxs ongida soxta axborot real bilim sifatida mustahkamlanib qolishi mumkin.

Diniy dezinformatsiyaning keng tarqalishiga ijtimoiy tasdiqlash mexanizmlari ham xizmat qiladi. Soxta diniy axborot shaxs psixologiyasiga xavotir, ishonchsizlik va kognitiv chalkashlik holatlarini keltirib chiqaradi. Qarama-qarshi diniy talqinlar va noto‘g‘ri ma’lumotlarning ko‘pligi shaxs ongida barqaror bilim tizimini shakllantirishga to‘sqinlik qiladi. Bu holat shaxsni keskin qarorlarga, mutlaq xulosalarga yoki axborotdan butunlay voz kechishga olib kelishi mumkin.

Bundan tashqari, diniy dezinformatsiya shaxsning axloqiy va ijtimoiy baholash mezonlariga ham ta’sir ko‘rsatadi. Soxta axborot orqali ayrim guruhlar “yovuz”, “dushman” yoki “adashgan” sifatida talqin qilinib, stereotiplar va ijtimoiy murosasizlik kuchaytiriladi. Bu holat jamiyatda ijtimoiy ziddiyatlarning kuchayishiga zamin yaratadi.

Raqamli axborot makonida soxta diniy axborot shaxs ongiga kognitiv xatolar, ijtimoiy tasdiqlash va emotsional ta’sir mexanizmlari orqali chuqur singib boradi. Diniy dezinformatsiya shaxsning real bilimlarini buzib, psixologik barqarorligiga va axborot xavfsizligiga jiddiy tahdid soladi. Shu sababli soxta diniy axborotni aniqlash va unga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning muhim yo‘nalishi hisoblanadi.

XULOSA

Axborot olish va tarqatishning jadal rivojlanishi shaxs ongiga ta’sir ko‘rsatish mexanizmlarini tubdan o‘zgartirib, diniy kontentning tarqalishi va qabul qilinish jarayonlarini yangi ijtimoiy-psixologik bosqichga olib chiqdi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhitda diniy axborot shaxs ongiga nafaqat bilish jarayonlari orqali, balki emotsional, affektiv va ijtimoiy identifikatsion mexanizmlar orqali ham chuqur ta’sir ko‘rsatmoqda. Bu esa diniy kontentni oddiy axborot hodisasi emas, balki shaxs psixologiyasiga tizimli ta’sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omil sifatida ko‘rib chiqish zaruratini asoslaydi.

Tahlil qilinganidek, raqamli diniy kontent shaxsning idroki va tafakkurida selektivlikni kuchaytirib, mavjud e’tiqodiy qarashlarni mustahkamlashga xizmat qiladi. Qisqa, soddalashtirilgan va emotsional jihatdan boy axborotlar tanqidiy fikrlash mexanizmlarini cheklab, diniy g‘oyalarni mutlaq haqiqat sifatida qabul qilish ehtimolini oshiradi. Natijada shaxs ongida moslashuvchan bo‘lmagan, qat’iy va ba’zan murosasiz e’tiqodiy tasavvurlar shakllanishi mumkin.

Diniy kontentning emotsional va affektiv ta’siri shaxsda qo‘rquv, aybdorlik, umid yoki ma’naviy taskin kabi kuchli hissiy holatlarni yuzaga keltirib, ongli nazoratni susaytiradi. Ushbu affektiv jarayonlar ijtimoiy identifikatsiya va guruhga mansublik hissi bilan uyg‘unlashgan holda shaxsni muayyan onlayn diniy hamjamiyatlarga yaqinlashtiradi. Guruhiy identifikatsiyaning kuchayishi esa shaxsni konformizmga, muqobil qarashlarni inkor etishga va “biz-ular” tipidagi dualistik dunyoqarashni qabul qilishga olib kelishi mumkin.

Axborot xavfsizligining psixologik jihatlari tahlili shuni ko‘rsatadiki, raqamli diniy kontent bilan bog‘liq xavf-xatarlar faqat texnologik himoya choralarini kuchaytirish bilan bartaraf etilmaydi. Ayniqsa, diniy radikalizm, ekstremistik kontent va soxta diniy axborot shaxs ongiga bosqichma-bosqich singib borib, kognitiv qat’iylik, emotsional keskinlik va axloqiy cheklovlarning susayishiga olib kelishi mumkin.

Umuman olganda, raqamli axborot makonida diniy kontent shaxs ongiga ko‘p qatlamli ijtimoiy-psixologik ta’sir ko‘rsatib, axborot xavfsizligini shaxs psixologiyasi bilan uzviy bog‘liq muammo sifatida namoyon etadi. Shu sababli diniy axborot bilan bog‘liq xavf-xatarlarni bartaraf etishda texnik va huquqiy choralar bilan bir qatorda, psixologik yondashuvlarni rivojlantirish, tanqidiy fikrlashni shakllantirish hamda axborot savodxonligini oshirish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Bandura A. Moral Disengagement: How People Do Harm and Live with Themselves. - Stanford: Stanford University Press, 2016.
2. Beck A. T. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. - New York: International Universities Press, 1976.
3. Castells M. The Rise of the Network Society. - Oxford: Blackwell Publishers, 1996.
4. Ekman P. Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life. - New York: Times Books, 2003.
5. Festinger L. A Theory of Cognitive Dissonance. - Stanford: Stanford University Press, 1957.

6. Hovland C. I., Janis I. L., Kelley H. H. Communication and Persuasion. - New Haven: Yale University Press, 1953.
7. Kahneman D. Thinking, Fast and Slow. - New York: Farrar, Straus and Giroux, 2011.
8. Loftus E. F. Eyewitness Testimony. - Cambridge: Harvard University Press, 1996.
9. Maslow A. H. Motivation and Personality. - New York: Harper & Row, 1954.
10. Moghaddam F. M. From the Terrorists' Point of View: What They Experience and Why They Come to Destroy. - Westport: Praeger, 2005.
11. Piaget J. The Psychology of Intelligence. - London: Routledge & Kegan Paul, 1950.
12. Tajfel H. Human Groups and Social Categories. - Cambridge: Cambridge University Press, 1981.
13. Turkle S. Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet. - New York: Simon & Schuster, 1995.
14. Kruglanski A. W., Bélanger J. J., Gunaratna R. The Psychology of Radicalization and Deradicalization. - Washington: American Psychological Association, 2014.

MUSTAQIL TA’LIM JARAYONIDA TALABALARGA O‘QUV MATERIALLARINI MUSTAQIL O‘QITISHNI TAKOMILLASHTIRISHNING PEDAGOGIK SHART-SHAROITLARI

Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna
Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti
pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
qurbonovazaynab0@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta’lim muassasalarida mustaqil ta’limni tashkil etishning nazariy va metodologik asoslari yoritilgan. Mustaqil ta’lim talabalarning o‘quv materiallarini mustaqil o‘zlashtirishi, murakkablik darajasi turlicha bo‘lgan topshiriqlarni hamda amaliy vazifalarni auditoriya va auditoriyadan tashqari sharoitlarda ijodiy va mustaqil bajarishi orqali nazariy bilim, amaliy ko‘nikma va kompetensiyalarni shakllantirishga qaratilgan tizimli pedagogik faoliyat sifatida tavsiflanadi. Shuningdek, maqolada mustaqil ishlarning didaktik maqsadi, mazmuni, vazifalari, murakkablik darajasi va tashkil etilish shakllariga ko‘ra tasniflanishi hamda ularning ta’lim sifatini oshirishdagi ahamiyati tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: mustaqil ta’lim, mustaqil ish, topshiriq, axborot, pedagogik zaruriyat, o‘quv jarayoni, ta’limiy maqsadlar, refleksiya, elektron ta’lim vositalari, o‘quv resurslari, globallashuv.

Аннотация. В данной статье рассмотрены теоретические и методологические основы организации самостоятельного обучения в высших учебных заведениях. Подчеркивается, что самостоятельное обучение представляет собой систематическую педагогическую деятельность, направленную на формирование теоретических знаний, практических умений и компетенций посредством самостоятельного освоения учебного материала, а также творческого выполнения заданий и практических работ различного уровня сложности как в аудитории, так и вне её. В статье также анализируются виды самостоятельной работы в зависимости от их дидактических целей, содержания, задач, уровня сложности и форм организации, а также их значение в повышении качества образования.

Ключевые слова: самостоятельное обучение, самостоятельная работа, задание, информация, педагогическая необходимость, образовательный процесс, образовательные цели, рефлексия, электронные средства обучения, учебные ресурсы, глобализация.

Abstract. This article examines the theoretical and methodological foundations of organizing independent learning in higher education institutions. Independent learning is characterized as a systematic pedagogical activity aimed at developing theoretical knowledge, practical skills, and competencies through the independent acquisition of educational materials, as well as the creative completion of tasks and practical assignments of varying levels of complexity both inside and outside the classroom. The article also analyzes the classification of independent work according to its didactic objectives, content, tasks, complexity levels, and forms of organization, highlighting its significance in improving the quality of education.

Keywords: independent learning, independent work, assignment, information, pedagogical necessity, educational process, educational objectives, reflection, electronic learning tools, educational resources, globalization.

KIRISH

Bugungi oliy ta’lim tizimi talabalardan o‘z ta’lim jarayonini ongli ravishda rejalashtirish, uni boshqarish hamda natijalarini tahlil qilish kabi murakkab psixologik-pedagogik vazifalarni bajarishni talab etadi. Bu esa talabadan nafaqat bilim olish, balki o‘z-o‘zini tarbiyalashga tayyor bo‘lishni, intellektual va kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishni ham taqozo etadi. Mustaqil ta’lim tanqidiy fikrlash, tahliliy yondashuv va o‘z-o‘zini baholash ko‘nikmalarini rivojlantirishning muhim asosi hisoblanadi (YUNESKO, 2017).

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

O‘zbekiston Respublikasida uzluksiz ta’lim tizimini takomillashtirish, uning sifati va samaradorligini oshirishda moddiy-texnik omillar bilan bir qatorda, ta’lim muassasalarida mustaqil ta’limni tashkil etish darajasi va imkoniyatlarini kengaytirish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Talabalarning mustaqil faoliyat yuritish mexanizmlarini takomillashtirish, ularning zamonaviy talablar asosida samarali faoliyat ko‘rsatishlari uchun zarur shart-sharoitlarni yaratishda oliy ta’lim tizimi alohida o‘rin tutadi.

Mamlakatimizda ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar, qabul qilinayotgan qonunlar va normativ-huquqiy hujjatlar jamiyat taraqqiyotiga sezilarli ijobiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Mazkur hujjatlar mamlakatning intellektual salohiyatini yuksaltirish, davlat ta’lim standartlariga muvofiq malakali va raqobatbardosh kadrlar tayyorlashda muhim omil bo‘lib xizmat qilmoqda.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi PF–5847-son Farmoni bilan tasdiqlangan “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi”da oliy ta’lim tizimini izchil isloh qilishning ustuvor yo‘nalishlari belgilab berilgan. Ushbu hujjatda zamonaviy bilim va

ko‘nikmalarga ega, mustaqil fikrlaydigan yuqori malakali kadrlarni tayyorlash jarayonini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish, oliy ta’limni modernizatsiya qilish hamda ilg‘or texnologiyalar asosida ijtimoiy soha va iqtisodiyot tarmoqlarini rivojlantirish strategik vazifa sifatida e’tirof etilgan. Jumladan, konsepsiyada mustaqil ta’lim soatlari ulushini oshirish, talabalarda mustaqil ta’lim olish, tanqidiy va ijodiy fikrlash, tizimli tahlil qilish hamda tadbirkorlik ko‘nikmalarini shakllantirish, o‘quv jarayoniga kompetensiyaviy yondashuvni kuchaytirishga qaratilgan metodika va texnologiyalarni joriy etish, ta’lim jarayonini amaliy ko‘nikmalarni rivojlantirishga yo‘naltirish, shuningdek, xalqaro ta’lim standartlariga asoslangan ilg‘or pedagogik texnologiyalar, o‘quv dasturlari va o‘quv-uslubiy materiallarni keng tatbiq etish vazifalari belgilangan [1].

TAHLIL VA NATIJALAR

Bugungi kun talablari mustaqil ta’limni oliy ta’lim muassasalarida yo‘lga qo‘yishni alohida pedagogik ahamiyatga ega jarayon sifatida belgilab bermoqda. Bu jarayon talabaning shaxsiy va kasbiy rivojlanishining markaziy ustunlaridan biriga aylangan. Mustaqil ish, mustaqil ta’lim va uning nazariy asoslari insoniyat tarixida shakllangan va rivojlangan. Shunday bo‘lsa-da, uning tashkiliy-uslubiy ta’minoti va samarali tashkil etish shart-sharoitlari bo‘yicha D.R. Garrison, H. Davis, shuningdek, mamlakatimiz olimlaridan A.V. Sadikova, D. Axmedova, D. Asqarova, Z.U. Berdinazarovlar tadqiqot ishlarini olib borishgan.

Mustaqil ish, mustaqil faoliyat va mustaqil ta’lim tushunchalari nisbiy xarakterga ega bo‘lib, turli tadqiqotchilar ularni turlicha izohlaydilar, ayrim hollarda esa mazkur tushunchalarga butunlay o‘ziga xos talqin beriladi. Shu bois, ularning mazmun va mohiyatini aniq belgilash, ularni o‘zaro farqlash hamda zamonaviy ta’lim jarayoniga moslashtirish ilmiy izlanishlarda dolzarb masala hisoblanadi. Bu yondashuv talabaning o‘quv jarayonida mustaqilligi, tashabbuskorligi va ijodiy faolligini chuqurroq o‘rganish imkonini beradi. Masalan, R.E. Slavin [2] mustaqil ishni o‘qitish metodi, o‘quv vositasi sifatida qaragan va o‘quv hamda ilmiy bilish shakli sifatida baholagan. H. Davisga [3] ko‘ra, “o‘qituvchi tomonidan belgilangan, biroq uning bevosita yordamisiz olinadigan har qanday bilim uchun olib borilgan faoliyat – bu mustaqil ish” va hokazo.

Aynan talabalarning mustaqil ishi, mustaqil ta’limi haqida so‘z yuritgan pedagog olim S.I. Qulmamatov [4] “talabalarning mustaqil ishi o‘quv jarayonining ajralmas qismi bo‘lib, u o‘qituvchining bevosita ishtirokisiz, ammo uning tavsiyalari va ko‘rsatmalari asosida, oldindan belgilangan muddatda mustaqil bajarilishi lozim bo‘lgan faoliyatni anglatadi”, deb ta’kidlaydi.

“O‘.Q. Tolipovning kasbiy ta’lim tizimida yoshlarning kasbiy bilim, ko‘nikma va malakalarini rivojlantirishning pedagogik texnologiyalari [5], Sh.

Sharipovning talabada ixtirochilik ijodkorligini shakllantirishning pedagogik asoslari [6] tadqiqotlarida ko‘rib chiqilgan”.

Pedagog olim B. Muqimov [7]ning tadqiqotida o‘quvchilarning mustaqil ishlari, xususan, darslarda ularning og‘zaki va yozma ijodiy faoliyatini tashkil etish masalalari o‘rganilgan. Chunki ma’naviy barkamol avlodni tarbiyalash ijodiy ishlar va mustaqil faoliyatni talab etadi. Mustaqil fikri va shaxsiy qarashlari bo‘lmagan o‘quvchi ijodkor ham, mustaqil faol shaxs ham bo‘la olmaydi.

L.G. Peterson [8] tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda “shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim modeli asosida talabaning mustaqil bilim olish faoliyatini regulyativ strategiya, ya’ni rejalashtirish, o‘z-o‘zini nazorat qilish va o‘z ustida ishlash mexanizmlari asoslab berilgan. Muallif talabaning mustaqil o‘rganishga bo‘lgan tayyorgarligini shakllantirishda shaxsiy motivatsiya va refleksiya muhim rol o‘ynashini qayd etadi”.

E.V. Bonderevskaya [9] esa innovatsion texnologiyalar asosida talabalarning mustaqil ta’lim faoliyatini tashkil etishning amaliy jihatlariga e’tibor qaratgan. Uning tadqiqotida elektron platformalar, testlar, individual o‘quv qo‘llanmalar orqali talabalarning o‘quv mustaqilligini rivojlantirishga oid metodik yechimlar keltirilgan.

I.V. Robert [10] fikricha, “mustaqil o‘quv-izlanish faoliyati” tushunchasi alohida o‘rganilishi lozim bo‘lgan muhim jarayon hisoblanadi. Bu faoliyat talabaning nafaqat bilim egallashini, balki mustaqil izlanish topshiriqlarini bajarish orqali yangi g‘oyalarni izlab topishini, tanqidiy fikrlash orqali mavjud ma’lumotlarni tahlil qilib, o‘z xulosalarini chiqarishini ham o‘z ichiga oladi. Shuningdek, axborot manbalarini mustaqil tahlil qilish ko‘nikmasi talabaning to‘g‘ri qaror qabul qilishida, bilimlarni chuqurlashtirishida va o‘z kasbiy salohiyatini rivojlantirishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu jihatdan olganda, mustaqil o‘quv-izlanish faoliyati talabaning shaxsiy va intellektual o‘sishini ta’minlovchi asosiy vositalardan biri sifatida qaraladi.

Pedagogika va psixologiya sohalarida mustaqil ta’lim tushunchasi keng o‘rganilgan bo‘lib, uning asosiy mazmuni talabaning bilishga bo‘lgan ichki ehtiyoji va faolligini qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan. Ilmiy-nazariy adabiyotlarda ta’kidlanishicha, qadimgi faylasuflar (Aflotun, Aristotel) va Sharq mutafakkirlari (Farobiy, Ibn Sino va boshqalar) o‘quv jarayonida shogirdning aqliy faolligini kuchaytirish, mustaqil izlanish va o‘zini anglashni muhim omil sifatida e’tirof etishgan. Masalan, Al-Farobiyning ta’lim haqidagi qarashlarida bilimni egallash jarayoni faqat ustozga bog‘liq bo‘lmay, shogirdning shaxsiy sa’y-harakati va mushohadasiga tayanishi ta’kidlanadi. Ular nazarda tutishicha, o‘zlashtirilgan bilim

inson tafakkurida mustaqil tahlil qilinib, amaliy faoliyatda qo‘llanilgandagina chinakam samara beradi [11].

O‘quv jarayonini uslubiy ta’minlash kompleksini rivojlantirish talabalarning mustaqil ishi samaradorligining muhim shartidir. Bunday kompleks tarkibiga ma’ruza matnlari, o‘quv-uslubiy qo‘llanmalar, laboratoriya mashg‘ulotlari, o‘quv mashg‘ulotlari elementlari, real ma’lumotlar asosida shakllantirilgan vazifa va topshiriqlar banklari, modellashtirish, o‘quv dasturlari va o‘zini-o‘zi boshqarish dasturlari, o‘quv va monitoringning avtomatlashtirilgan tizimlari, elektron ma’lumotlar bazalari kiradi. Bu muammoli o‘qitishni tashkil etishga imkon beradi, bunda talaba o‘quv jarayonining teng ishtirokchisi hisoblanadi.

O‘qitishning kredit-modul tizimi ko‘pincha zamonaviy ta’lim amaliyotida shunday texnologiya sifatida qabul qilinadiki, u talaba va o‘qituvchiga ta’lim faoliyatining subyekti sifatida harakat qilish, ya’ni hamkor bo‘lish imkonini beradi.

XULOSA

Pedagogika yo‘nalishida tahsil olayotgan bo‘lajak Tarbiya fani o‘qituvchilarida mustaqil bilim olishga qiziqish va salohiyatni rivojlantirish, ularning pedagogik madaniyatini yuksaltirishga turtki beradigan muhim omil sifatida shakllantirish zarur.

Talabalarni mustaqil ta’lim jarayoniga jalb etishda asosiy omil ularning ichki motivlari va shaxsiy ehtiyojlaridir. Boshqacha aytganda, talaba nimani o‘rganishi kerakligini, qanday maqsadlarga erishishni va bu jarayonda qaysi vazifalarni bajarishni o‘zi belgilaydi. Mustaqil ta’limning mohiyatini quyidagicha izohlash mumkin:

birinchidan, u talabaning siyosiy ongini shakllantiradi, zamonaviy hayotiy voqelikka to‘g‘ri munosabat bildirishiga yordam beradi;

ikkinchidan, kasbiy tayyorgarlik jarayonida talabaning mustaqil bilim olish faoliyatini qo‘llab-quvvatlaydi va uning kasbiy rivojlanishiga xizmat qiladi;

uchinchidan, o‘quv fanlarini yanada chuqurroq o‘zlashtirish hamda talabaning shaxsiy rejalari va qiziqishlariga moslashtirilgan ta’limni tashkil etadi;

to‘rtinchidan, talabaning iste’dodi va sevimli mashg‘ulotlarini rivojlantirish imkonini yaratadi;

beshinchidan, shaxsiy fazilatlari va xarakterini shakllantirishga yordam beradi.

Shu bois, mustaqil ta’lim nafaqat bilim olish vositasi, balki talabaning shaxsiy, kasbiy va ijtimoiy jihatdan yetuk inson bo‘lib shakllanishida ham muhim omil sifatida qaraladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

О мерах по утверждению Концепции развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года: Указ Президента Республики Узбекистан № ПФ-5847 от 8 октября 2019 г. - Ташкент, 2019.

Slavin, R. E. Educational Psychology: Theory and Practice / R. E. Slavin. - 12th ed. - Boston : Pearson Education, 2017. - 576 p.

Davis, H. Learning and Motivation in the Postsecondary Setting / H. Davis. - Cham : Springer, 2019. - P. 12.

Қулмаматов, С. И. Мустақил таълимни ташкил этишда компьютер технологияларидан фойдаланиш методикаси («Информатика ва ахборот технологиялари» фани мисолида): дис. … канд. пед. наук / С. И. Қулмаматов. - Гулистон : ГулДУ, 2008. - 122 б.

Толипов, Ў. Қ. Талабалар мустақил ишларида ўқитиш воситалари / Ў. Қ. Толипов // Халқ таълими. - Тошкент, 2000. - № 1. - Б. 45-47.

Шарипов, Ш. С. Талабалар ихтирочилик ижодкорлигини шакллантиришнинг педагогик шароитлари (меҳнат ва касб таълими факультетлари мисолида): дис. … канд. пед. наук / Ш. С. Шарипов. - Тошкент, 2000. - 205 б.

Муқимов, Б. Р. Талабаларни мустақил иш жараёнида интерфаол таълим методлари асосида дидактик компетенциясини такомиллаштириш: дис. … PhD по пед. наукам / Б. Р. Муқимов. - Тошкент, 2020. - Б. 86-90.

Петерсон, Л. Г. Личностно-ориентированная технология в образовании / Л. Г. Петерсон. - Москва, 2018. - 256 с.

Бондаревская, Е. В. Инновационные технологии обучения и самостоятельная работа студентов / Е. В. Бондаревская // Инновации в образовании. - 2017. - № 8. - С. 8-15.

Роберт, И. В. Цифровые образовательные технологии / И. В. Роберт. - Москва, 2013. - 312 с.

Маматкулов, Р. Талабаларда мустақил таълим компетенциясини шакллантириш усуллари / Р. Маматкулов. - Тошкент : ТДПУ, 2020. - 156 б.

ONALIK FENOMENI: FANLARARO TALQIN VA OILAVIY-PEDAGOGIK MAZMUNI

Yuldasheva Zulayxo Sadullayevna
Toshkent Gumanitar fanlar universiteti
“Pedagogika” yo‘nalishi magistranti

Annotatsiya. Mazkur maqolada onalik fenomeni turli ilmiy yondashuvlar asosida tahlil qilinib, uning biologik, reproduktiv, psixologik, ijtimoiy va pedagogik jihatlari yoritilgan. Onalikka oid zamonaviy ilmiy qarashlar, ona-bola munosabatlarining psixologik asoslari hamda onalikning oilaviy tarbiya tizimidagi o‘rni tadqiq etilgan. Tadqiqot natijalari onalikni nafaqat biologik hodisa, balki murakkab ijtimoiy-pedagogik institut va oilaviy pedagogikaning muhim kategoriyalaridan biri sifatida talqin etish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: onalik, onalik fenomeni, oilaviy pedagogika, ona-bola munosabatlari, pedagogik kompetensiya, oilaviy tarbiya, ota-onalik, ijtimoiylashuv, pedagogik madaniyat.

Abstract. This article examines the phenomenon of motherhood through various scientific approaches and highlights its biological, reproductive, psychological, social, and pedagogical dimensions. Contemporary scientific perspectives on motherhood, the psychological foundations of mother-child relationships, and the role of motherhood within the family education system are analyzed. The findings indicate that motherhood should be understood not only as a biological phenomenon but also as a complex socio-pedagogical institution and one of the key categories of family pedagogy.

Keywords: motherhood, phenomenon of motherhood, family pedagogy, mother-child relationships, pedagogical competence, family education, parenting, socialization, pedagogical culture.

Аннотация. В данной статье феномен материнства рассматривается с позиций различных научных подходов. Анализируются его биологические, репродуктивные, психологические, социальные и педагогические аспекты. Особое внимание уделяется современным научным представлениям о материнстве, психологическим основам взаимоотношений матери и ребёнка, а также роли материнства в системе семейного воспитания. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости рассматривать материнство не только как биологическое явление, но и как сложный социально-педагогический институт и одну из важнейших категорий семейной педагогики.

Ключевые слова: материнство, феномен материнства, семейная педагогика, отношения матери и ребёнка, педагогическая компетентность, семейное воспитание, родительство, социализация, педагогическая культура.

KIRISH

Zamonaviy jamiyatda oila shaxsning birlamchi ijtimoiylashuv muhiti sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Oilada bolaning ma’naviy, axloqiy, intellektual va emotsional rivojlanishining dastlabki asoslari shakllanadi. Ushbu jarayonda onaning o‘rni beqiyosdir. Bola hayotining ilk davrlaridan boshlab ona nafaqat parvarishlovchi, balki tarbiyachi, kommunikator, ijtimoiy tajriba uzatuvchi va rivojlantiruvchi muhit yaratuvchi subyekt sifatida namoyon bo‘ladi [1].

So‘nggi yillarda onalik fenomeni turli fanlar – biologiya, psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va antropologiya doirasida faol tadqiq qilinmoqda. Biroq ko‘plab tadqiqotlarda onalikning alohida jihatlariga e’tibor qaratilgan bo‘lib, uning yaxlit pedagogik mohiyatini ochib berish masalasi hanuz dolzarbligicha qolmoqda. Shu sababli onalik fenomenini oilaviy pedagogika nuqtai nazaridan tahlil qilish zamonaviy pedagogika va psixologiya fanining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi onalik fenomenining ilmiy-nazariy talqinlarini tahlil qilish hamda uning oilaviy-pedagogik mazmunini ochib berishdan iborat.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Onalik fenomeni ilmiy adabiyotlarda turli nazariy yondashuvlar asosida tadqiq etilgan. John Bowlby (J. Bowlby) va Mary Ainsworth (M. Ainsworth) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar ona-bola bog‘lanishining bola psixik rivojlanishidagi ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslab bergan [2; 3]. Mualliflar xavfsiz emotsional bog‘lanish bolaning keyingi ijtimoiy moslashuvi va shaxs sifatida shakllanishida muhim rol o‘ynashini ta’kidlaydilar.

Lev Vygotskiy (L.S. Vygotskiy) va Aleksey Leontyev (A.N. Leontyev) tomonidan ishlab chiqilgan madaniy-tarixiy yondashuvga ko‘ra, bolaning rivojlanishi yaqin ijtimoiy muhit bilan o‘zaro ta’sir jarayonida amalga oshadi. Mazkur muhitning markaziy subyekti sifatida ona bolaning bilish jarayonlari va ijtimoiy tajribasining shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadi [4].

G.G. Filippova, V.S. Muxina, L.B. Shneyder va L.A. Pyankova kabi olimlar onalikning psixologik va ijtimoiy jihatlarini tadqiq etganlar. Ularning fikricha, onalik biologik vazifadan tashqari, ayolning shaxsiy rivojlanishi, o‘zini anglashi va ijtimoiy rolini amalga oshirishi bilan bog‘liq murakkab fenomen hisoblanadi [5; 6].

O‘zbekistonlik olimlar orasida V.M. Karimova, G‘.B. Shoumarov va Z.T. Nishonova oilaviy munosabatlar, ota-onalik madaniyati hamda oilaviy tarbiyaning

psixologik asoslarini tadqiq etganlar [7; 8]. D.U. Abdullayeva tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlarda esa o‘zbek oilalarida ona va bola munosabatlarining ijtimoiy-psixologik asoslari hamda milliy-madaniy xususiyatlari yoritilgan [9].

A. Muxsiyeva va U. Abirovalarning “Oila pedagogikasi” o‘quv qo‘llanmasida oilaning tarbiyaviy imkoniyatlari va onaning pedagogik faoliyati oilaviy tarbiya samaradorligining muhim omili sifatida tavsiflangan [10].

Tadqiqot nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, unda ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, tizimli yondashuv va umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Tadqiqotning metodologik asosini oilaviy pedagogika, rivojlanish psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya hamda kompetensiyaviy yondashuv nazariyalari tashkil etdi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Onalik fenomenining ilmiy-nazariy talqinlari

Onalik fenomeni zamonaviy fanlarda eng murakkab va ko‘p qirrali tadqiqot obyektlaridan biri hisoblanadi. Uning mohiyatini tushuntirishga qaratilgan ilmiy qarashlar biologik determinizmdan tortib sotsiomadaniy konstruktivizmgacha bo‘lgan keng nazariy spektrni qamrab oladi. Mazkur holat onalikning nafaqat individual, balki ijtimoiy, madaniy va pedagogik mazmunga ega ekanligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, ilmiy adabiyotlarda onalikning mohiyati borasida yagona yondashuv mavjud emasligi kuzatiladi. Aksincha, turli ilmiy maktablar ushbu fenomenning turli jihatlarini ustuvor deb hisoblaydilar.

Onalikka oid dastlabki nazariy qarashlar asosan biologik determinizm tamoyiliga tayangan. Mazkur yondashuv vakillarining fikricha, onalik ayolning tabiiy biologik vazifasi bo‘lib, uning asosini reproduktiv instinkt tashkil etadi. Evolyutsion biologiya va etologiya vakillari, xususan, K. Lorens (Konrad Lorenz), onalik xulq-atvorining ayrim shakllari biologik jihatdan dasturlashtirilganligini va avlodning yashab qolishiga xizmat qilishini ta’kidlaydilar [11]. Ushbu yondashuv onalikning tabiiy asoslarini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega bo‘lsa-da, zamonaviy olimlar uning cheklanganligini ham qayd etadilar. Chunki inson onaligi faqat instinktlar bilan emas, balki madaniy qadriyatlar, ijtimoiy tajriba va pedagogik ta’sirlar bilan ham shakllanadi.

Shu sababli XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab biologik yondashuv tanqid qilina boshladi. Tadqiqotchilar onalikning barcha jihatlarini reproduktiv instinkt bilan izohlash ilmiy jihatdan yetarli emasligini ta’kidladilar. Jumladan, L.B. Shneyder va G.G. Filippova onalik biologik asosga ega bo‘lsa-da, uning mazmuni ayolning shaxsiy tajribasi, oilaviy qadriyatlari va ijtimoiy muhiti ta’sirida shakllanishini qayd etadilar [5; 6]. Ushbu pozitsiya onalikni biopsixososial hodisa sifatida talqin qilish uchun metodologik asos yaratdi.

Psixologik yondashuv doirasida esa onalik ayolning shaxsiy rivojlanishi va identifikatsiyasi bilan bog‘liq fenomen sifatida talqin qilinadi. V.S. Muxina onalikni ayol shaxsining muhim psixologik holati va o‘zini anglash shakli sifatida tavsiflaydi [5]. Uning fikricha, ayolning ona sifatida shakllanishi biologik jarayon emas, balki murakkab psixologik rivojlanish natijasidir. G.G. Filippova esa onalikni ayolning motivatsion-qadriyatli sohasi bilan bog‘lab, uni shaxs rivojlanishining alohida bosqichi sifatida tavsiflaydi [5].

Biroq psixologik yondashuv ham barcha savollarga javob bera olmaydi. Chunki ayrim tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional jihatdan yetuk va psixologik tayyor ayollarda ham onalik uslublari keskin farq qilishi mumkin. Bu esa onalikning shakllanishida nafaqat individual psixologik omillar, balki ijtimoiy va madaniy omillar ham muhim rol o‘ynashini ko‘rsatadi.

Sotsiologik yondashuv vakillari aynan shu jihatga e’tibor qaratadilar. Talcott Parsons, Elisabeth Badinter va L.A. Pyankova kabi olimlarning fikricha, onalik biologik emas, avvalo ijtimoiy rol hisoblanadi [12]. Ushbu yondashuvga ko‘ra, jamiyat onaga nisbatan muayyan kutishlar, majburiyatlar va xulq-atvor standartlarini shakllantiradi. Natijada ayol o‘zining onalik rolini mavjud ijtimoiy me’yorlar va qadriyatlar asosida amalga oshiradi. Ayniqsa, Pyankova onalikni ayolning ijtimoiy o‘zini anglashi darajasi va shaxsiy tanlovining mahsuli sifatida baholaydi [12].

So‘nggi yillarda onalikka nisbatan madaniy-konstruktivistik yondashuvlar ham keng tarqalmoqda. Mazkur yondashuv vakillari onalikning mazmuni tarixiy davrlar va madaniy makonlarga qarab o‘zgarib borishini ta’kidlaydilar. Bir jamiyatda “ideal ona” deb baholanadigan xulq-atvor modeli boshqa jamiyatda mutlaqo boshqacha talqin qilinishi mumkin. Shu jihatdan onalik biologik emas, balki madaniy jihatdan konstruksiya qilinadigan hodisa sifatida ko‘riladi.

O‘zbekistonlik olima D.U. Abdullayevaning tadqiqotlari ham ushbu nuqtai nazarni qisman tasdiqlaydi. Olimaning fikricha, o‘zbek oilalarida ona va bola munosabatlari milliy qadriyatlar, avlodlararo munosabatlar, qarindoshlik tizimi va oilaviy an’analar ta’sirida shakllanadi [9]. Bu esa onalikning etnopsixologik va sotsiomadaniy jihatlari mavjudligini ko‘rsatadi.

Oilaviy pedagogika nuqtai nazaridan qaralganda esa yuqoridagi barcha yondashuvlar onalik fenomenining ayrim jihatlarini yoritadi, biroq uning tarbiyaviy mohiyatini to‘liq ochib bera olmaydi. A. Muxsiyeva va U. Abirovalarning ta’kidlashicha, onalik, avvalo, pedagogik faoliyatning o‘ziga xos shakli bo‘lib, unda bola shaxsini shakllantirish, rivojlantirish va ijtimoiylashtirish jarayonlari amalga oshiriladi [10]. Shu sababli oilaviy pedagogika doirasida onalik faqat biologik yoki ijtimoiy rol emas, balki tarbiya subyekti sifatida ko‘riladi.

Muallifning fikricha, zamonaviy ilmiy qarashlar orasida integrativ yondashuv eng asosli hisoblanadi. Chunki onalikni faqat biologik instinkt, faqat psixologik holat yoki faqat ijtimoiy rol sifatida talqin qilish uning mohiyatini toraytirib yuboradi. Aslida onalik biologik imkoniyatlar, psixologik tayyorgarlik, ijtimoiy tajriba, madaniy qadriyatlar va pedagogik faoliyatning o‘zaro integratsiyasi natijasida shakllanuvchi murakkab tizimli hodisadir. Aynan shunday yondashuv onalikning oilaviy pedagogika kategoriyasi sifatidagi mazmunini to‘liq ochib berish imkonini beradi.

Onalikning oilaviy-pedagogik mazmuni

Oilaviy pedagogika nuqtai nazaridan onalik oilaning tarbiyaviy salohiyatini amalga oshiruvchi asosiy mexanizmlardan biri hisoblanadi. Oila tarbiyasining samaradorligi ko‘p jihatdan onaning tarbiyaviy faoliyatni qanday tashkil etishi, bola bilan qanday munosabatlar o‘rnatishi va uning rivojlanish ehtiyojlarini qay darajada hisobga olishi bilan belgilanadi. Shu sababli oilaviy pedagogikada onalik nafaqat shaxsiy yoki oilaviy hodisa, balki tarbiya jarayonining muhim pedagogik resursi sifatida ham qaraladi.

A. Muxsiyeva va U. Abirovalarning ta’kidlashicha, oilaviy tarbiya tizimida ota-onalar, ayniqsa, ona tomonidan amalga oshiriladigan pedagogik ta’sirlar bolaning shaxsiy sifatlari, ijtimoiy xulq-atvori va ma’naviy qadriyatlarining shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi [10]. Shu nuqtai nazardan, onalik oilaviy tarbiya mazmunini amaliyotga tatbiq etuvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Onalikning oilaviy-pedagogik mazmuni, avvalo, tarbiyaviy funksiyada o‘z ifodasini topadi. Bola hayotining dastlabki davrlarida ona uning rivojlanishiga eng ko‘p ta’sir ko‘rsatuvchi shaxs bo‘lib, bolaning axloqiy me’yorlar, qadriyatlar va xulq-atvor namunalarini o‘zlashtirishida muhim rol o‘ynaydi. V.M. Karimovaning ta’kidlashicha, oiladagi sog‘lom psixologik muhit va ota-onalarning pedagogik madaniyati bola shaxsining barkamol rivojlanishining muhim omillaridan biri hisoblanadi [7]. Ushbu muhitni shakllantirishda esa onaning roli alohida ahamiyatga ega.

Oilaviy pedagogikada onalikning rivojlantiruvchi funksiyasi ham muhim o‘rin tutadi. Zamonaviy rivojlantiruvchi ta’lim nazariyalariga ko‘ra, bolaning kognitiv, emotsional va kommunikativ salohiyati yaqin kattalar bilan hamkorlik jarayonida rivojlanadi [4]. Shu bois ona bolaning bilish faoliyatini qo‘llab-quvvatlovchi, uning qobiliyatlari va qiziqishlarini rivojlantiruvchi pedagogik muhit yaratuvchi subyekt sifatida maydonga chiqadi.

D.U. Abdullayevaning tadqiqotlari ona va bola o‘rtasidagi munosabatlarning sifati bolaning emotsional xavfsizligi va ijtimoiylashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatishini ko‘rsatadi [9]. Shu sababli onalikning oilaviy-pedagogik mazmunida

emotsional qo‘llab-quvvatlash funksiyasi ham muhim o‘rin egallaydi. Aynan ona tomonidan yaratiladigan emotsional xavfsizlik muhiti bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, mustaqilligi va ijtimoiy faolligining shakllanishiga xizmat qiladi.

Onalikning oilaviy-pedagogik mazmuni madaniy-translyatsion funksiyada ham namoyon bo‘ladi. Har bir jamiyatning ma’naviy qadriyatlari, axloqiy me’yorlari, urf-odatlari va tarbiya an’analari, avvalo, oilada, ko‘p hollarda esa ona orqali keyingi avlodga uzatiladi. Shu jihatdan ona oilaviy va milliy madaniyatning tashuvchisi hamda uzatuvchisi sifatida namoyon bo‘ladi. Etnopsixologik tadqiqotlar o‘zbek oilalarida aynan ona bolani milliy qadriyatlar va ijtimoiy me’yorlar bilan tanishtiruvchi asosiy subyektlardan biri ekanligini ko‘rsatadi [9].

Muallifning fikricha, zamonaviy oilaviy pedagogikada onalikning mazmuni tobora kengayib bormoqda. Agar an’anaviy yondashuvlarda onalik ko‘proq parvarish va nazorat funksiyalari bilan bog‘langan bo‘lsa, bugungi kunda onadan pedagogik savodxonlik, refleksiv tafakkur, emotsional intellekt va tarbiyaviy kompetentlik ham talab etilmoqda. Shu sababli “kompetent onalik” tushunchasi zamonaviy oilaviy pedagogikaning muhim ilmiy kategoriyalaridan biriga aylanib bormoqda.

Shunday qilib, onalikning oilaviy-pedagogik mazmuni tarbiyaviy, rivojlantiruvchi, emotsional-qo‘llab-quvvatlovchi, madaniy-translyatsion va ijtimoiylashtiruvchi funksiyalar birligida namoyon bo‘ladi. Aynan ushbu funksiyalar orqali onalik oilaviy tarbiya tizimining markaziy komponenti sifatida faoliyat ko‘rsatadi va bola shaxsining barkamol rivojlanishini ta’minlaydi.

XULOSA

O‘tkazilgan nazariy tahlillar onalik fenomeni biologik, reproduktiv, psixologik, ijtimoiy va pedagogik jihatlarni o‘zida mujassamlashtirgan murakkab hamda ko‘p qirrali hodisa ekanligini ko‘rsatdi. Tadqiqot natijalari onalikning mazmunini faqat biologik yoki ijtimoiy rol doirasida tushuntirish mumkin emasligini, aksincha, uni shaxs, oila va jamiyat rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatuvchi kompleks fenomen sifatida talqin qilish zarurligini tasdiqladi.

Ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatdiki, onalikning pedagogik mohiyati bolaning tarbiyasi, rivojlanishi va ijtimoiylashuvini ta’minlashga qaratilgan faoliyatda namoyon bo‘ladi. Ona bolaning birinchi pedagogi sifatida uning dunyoqarashi, axloqiy qarashlari, kommunikativ madaniyati va qadriyatlar tizimining shakllanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu sababli onalikni oilaviy pedagogikaning markaziy kategoriyalaridan biri sifatida e’tirof etish ilmiy jihatdan asosli hisoblanadi.

Tadqiqot davomida tahlil qilingan xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy qarashlari onalikning samaradorligi ko‘p jihatdan onaning pedagogik

kompetensiyasi, emotsional yetukligi, refleksiv qobiliyati va tarbiyaviy mas’uliyatiga bog‘liq ekanligini ko‘rsatdi. Ayniqsa, D.U. Abdullayeva tomonidan asoslab berilgan ona-bola munosabatlarining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari hamda A. Muxsiyeva va U. Abirovalarning oilaviy tarbiyaga oid ilmiy qarashlari onalikning pedagogik mazmunini tushunishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi [9; 10].

Muallifning fikricha, zamonaviy sharoitda onalik fenomenining mazmuni sezilarli darajada kengayib bormoqda. Bugungi kunda onadan nafaqat mehr-muhabbat va g‘amxo‘rlik, balki pedagogik savodxonlik, emotsional intellekt, raqamli madaniyat, refleksiv tafakkur va samarali kommunikativ kompetensiyalar ham talab etilmoqda. Shu sababli “kompetent onalik” konsepsiyasini rivojlantirish zamonaviy oilaviy pedagogikaning ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida qaralishi lozim.

O‘zbekiston Respublikasida ham oila institutini mustahkamlash, onalik va bolalikni qo‘llab-quvvatlash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida e’tirof etilmoqda. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyev ta’kidlaganidek, “Oila jamiyatning tayanchi, muqaddas maskanidir. Oila sog‘lom bo‘lsa, jamiyat mustahkam bo‘ladi, jamiyat mustahkam bo‘lsa, davlat barqaror rivojlanadi”. Mazkur fikr oiladagi tarbiyaviy muhit va onalik institutining jamiyat taraqqiyotidagi strategik ahamiyatini yana bir bor tasdiqlaydi.

Shuningdek, Prezidentimiz tomonidan ilgari surilgan “Farzand tarbiyasi - kelajak tarbiyasi” degan g‘oya ham onalikning pedagogik mohiyatini ochib beradi. Zero, yosh avlodning ma’naviy barkamolligi, intellektual salohiyati va fuqarolik pozitsiyasi, avvalo, oilada va ko‘p jihatdan ona tomonidan yaratilgan tarbiyaviy muhit ta’sirida shakllanadi.

Shu munosabat bilan quyidagi tavsiyalarni ilgari surish mumkin:

– yosh onalarning pedagogik kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan milliy dasturlarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish;

– maktabgacha ta’lim tashkilotlari, umumta’lim maktablari, oliy ta’lim muassasalari va mahallalar hamkorligida “Kompetent onalik maktablari” faoliyatini yo‘lga qo‘yish;

– yosh onalar uchun pedagogik savodxonlik, emotsional intellekt va ota-onalik kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan treninglar hamda psixoedukativ dasturlarni kengaytirish;

– oila, onalik va bola rivojlanishi masalalariga oid zamonaviy ilmiy bilimlarni ommalashtirishga qaratilgan raqamli ta’lim platformalarini rivojlantirish;

– ona-bola munosabatlarini mustahkamlash va oilalarning pedagogik salohiyatini oshirish bo‘yicha kompleks ilmiy-amaliy loyihalarni amalga oshirish;

– onalik fenomenining pedagogik, psixologik va etnomadaniy jihatlarini o‘rganishga qaratilgan empirik tadqiqotlarni kengaytirish.

Umuman olganda, onalik fenomeni biologik hodisadan ancha keng mazmunga ega bo‘lib, u shaxs rivojlanishi, oilaviy tarbiya va jamiyat taraqqiyotining muhim omillaridan biri hisoblanadi. Shu sababli onalikni oilaviy pedagogika nuqtai nazaridan chuqur o‘rganish, uning pedagogik salohiyatini rivojlantirish va amaliyotga tatbiq etish zamonaviy pedagogika hamda psixologiya fanlarining istiqbolli yo‘nalishlaridan biri bo‘lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksi. - Toshkent: Adolat, 2023.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyevning oila, xotin-qizlar va yoshlar tarbiyasiga oid nutqlari va ma’ruzalari. - Toshkent: O‘zbekiston, 2023.
3. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. - New York: Basic Books, 1982. - 425 p.
4. Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. - Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978. - 391 p.
5. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. - Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979. - 330 p.
6. Lorenz K. On Aggression. - New York: Harcourt, Brace & World, 1966. - 306 p.
7. Delors J. Learning: The Treasure Within. Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century. - Paris: UNESCO Publishing, 1996. - 288 p.
8. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Москва: Педагогика-Пресс, 1999. - 536 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - Москва: Политиздат, 1977. - 304 с.
10. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития. - Москва: Академия, 2000. - 456 с.
11. Филиппова Г.Г. Психология материнства. - Москва: Институт психотерапии, 2002. - 240 с.
12. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. - Москва: Академический проект, 2000. - 512 с.
13. Пьянкова Л.А. Материнство как ресурс психолого-педагогической и социальной поддержки детства на современном этапе // Педагогическое образование в России. - 2014. - № 12. - С. 156-161.

14. Бадинтер Э. Конфликт: женщина и мать / пер. с франц. - Москва: Новое литературное обозрение, 2015. - 304 с.
15. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. - Toshkent: O‘qituvchi, 2018. - 320 b.
16. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. - Toshkent: Sharq, 2008. - 256 b.
17. Nishonova Z.T. Oila va shaxs rivojlanishi psixologiyasi. - Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2016. - 280 b.
18. Abdullayeva D.U. O‘zbek oilalarida ona va bola munosabatlarining ijtimoiy-psixologik asoslari: 19.00.05 - Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya ixtisosligi bo‘yicha psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi. - Toshkent, 2024.
19. Muxsiyeva A., Abirova U. Oila pedagogikasi: o‘quv qo‘llanma. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2021. - 240 b.
20. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 2010. - 540 b.
21. Davletshin M.G. Psixologiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 2002. - 512 b.
22. Musurmonova O. Oila ma’naviyati va tarbiya. - Toshkent: O‘qituvchi, 2012. - 224 b.

PRAGMALINGUISTIC ASPECTS OF ENGLISH AND UZBEK PRINT AND ONLINE NEWS TEXTS

Istamova Dilnoza Sadulloyevna
Navoi State University
Department of Practical English
Accociate prof, (PhD)
e-mail: ms.istamova@mail.ru

Abstract. This article examines the pragmalinguistic characteristics of English and Uzbek print and online news texts. The study demonstrates that news discourse functions not only as a means of information transmission but also as a mechanism for constructing social meanings, guiding interpretation, shaping evaluative perspectives, and influencing readers' perceptions of events. Particular attention is paid to headlines, speech acts, presupposition, implicature, deixis, modality, evaluative vocabulary, quotation strategies, and the distinctions between print and online news formats. The findings indicate that English and Uzbek news texts share common journalistic functions; however, they differ in terms of pragmatic emphasis, rhetorical organization, cultural politeness conventions, source presentation strategies, and the degree of explicit evaluation.

Keywords: pragmalinguistics, media text, English news discourse, Uzbek news discourse, print media, online news.

Annotatsiya. Ushbu maqolada ingliz va o‘zbek tillaridagi bosma hamda onlayn yangilik matnlarining pragmalingvistik xususiyatlari tahlil qilinadi. Tadqiqot yangilik diskursining nafaqat axborot uzatish, balki ijtimoiy ma’nolarni shakllantirish, voqealarni talqin etishga yo‘naltirish, baholashni konstruksiyalash va o‘quvchi idrokiga ta’sir ko‘rsatish funksiyalarini ham bajarishini yoritadi. Maqolada sarlavhalar, nutq aktlari, presuppozitsiya, implikatura, deyksis, modallik, baholovchi leksika, iqtibos keltirish strategiyalari hamda bosma va onlayn formatlar o‘rtasidagi farqlar alohida tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari ingliz va o‘zbek yangilik matnlari umumiy jurnalistik funksiyalarga ega ekanligini, biroq pragmatik urg‘u, ritorik tashkil etilish, madaniy xushmuomalalik me’yorlari, manbalarni taqdim etish usullari va ekspressiv baholash darajasi jihatidan farqlanishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: pragmalingvistika, media matn, ingliz tili yangilik diskursi, o‘zbek tili yangilik diskursi, bosma OAV, onlayn yangiliklar.

Аннотация. В данной статье рассматриваются прагмалингвистические особенности печатных и онлайн-новостных текстов на английском и

узбекском языках. Исследование показывает, что новостной дискурс выполняет не только функцию передачи информации, но и способствует формированию социальных смыслов, направляет интерпретацию событий, конструирует оценочные значения и оказывает влияние на восприятие читателем происходящего. Особое внимание уделяется заголовкам, речевым актам, пресуппозиции, импликатуре, дейксису, модальности, оценочной лексике, стратегиям цитирования, а также различиям между печатными и онлайн-форматами. В статье обосновывается, что английские и узбекские новостные тексты обладают общими журналистскими функциями, однако различаются по прагматической направленности, риторической организации, культурным нормам вежливости, способам представления источников информации и степени эксплицитной оценки.

Ключевые слова: прагмалингвистика, медиатекст, английский новостной дискурс, узбекский новостной дискурс, печатные СМИ, онлайн-новости.

INTRODUCTION

The study of media texts has become one of the important directions of modern linguistics because the language of news directly participates in the formation of public knowledge. A news text is not a neutral container of facts. It selects information, arranges it in a particular order, gives prominence to some details, suppresses others, identifies participants, quotes sources, evaluates actions, and anticipates the reader's reaction. For this reason, the pragmalinguistic study of English and Uzbek media texts is relevant not only to linguistics but also to journalism, translation studies, intercultural communication, and media literacy.

Pragmalinguistics studies language in relation to communicative intention, context, addressee, speaker position, and communicative effect. In media discourse, these aspects are especially visible because journalists write for a mass audience and operate within institutional norms. The same event may be presented differently depending on headline structure, lexical choice, modality, quotation, background information, and visual framing. T. van Dijk emphasizes that news discourse is shaped by structures of relevance, macrostructure, schemata, and ideological context [1]. This means that the linguistic analysis of news should not be limited to grammar or vocabulary; it must also examine how a text functions as a communicative act.

English and Uzbek media texts are comparable because both participate in contemporary information exchange; however, they also reflect different linguistic, cultural, and journalistic traditions. English-language media, especially international news outlets, often rely on concise headlines, a strong information hierarchy, direct

attribution, analytical framing, and a balanced presentation of institutional sources. Uzbek media texts, depending on the type of publication, may demonstrate greater attention to official discourse, respectful forms of reference, socially approved evaluations, and explanatory background information. Online media in both languages increasingly employ shorter paragraphs, clickable headlines, multimedia elements, social media distribution, and audience engagement strategies. These developments make pragmalinguistic analysis even more necessary.

MATERIALS AND METHODS

The first important pragmalinguistic aspect of news texts is the headline. Headlines perform several functions simultaneously: they inform, attract attention, frame events, and shape the reader's interpretation. In English print and online news, headlines often employ compressed syntax, active verbs, and a high degree of semantic density, as in: Government Approves New Energy Package, Markets Fall After Inflation Warning, and Scientists Identify New Climate Risk. The pragmatic force of such headlines lies in their immediacy and factual focus. Uzbek headlines also perform informative and attention-grabbing functions; however, they may contain more explicit contextual or evaluative elements, particularly in official or socially oriented media. For example, Yangi loyiha yoshlar bandligini ta'minlashga xizmat qiladi and Hududlarda investitsion faollik oshmoqda. In these examples, the headline not only reports an event but also frames it as socially beneficial or development-oriented.

From the perspective of speech act theory, a news text is not merely a constative statement. J. Austin demonstrated that utterances can perform actions rather than simply describe reality [2]. In media texts, reporting an event may simultaneously perform the acts of informing, warning, legitimizing, criticizing, persuading, or mobilizing. For example, a headline such as Experts Warn of Rising Cyber Threats does not merely state that experts have spoken; it pragmatically warns readers and creates an expectation of risk. Similarly, Uzbek headlines such as Mutaxassislar suv resurslaridan oqilona foydalanish zarurligini ta'kidlamoqda also perform advisory and normative functions. The journalist does not issue a direct command; rather, the structure of the text guides readers toward a socially expected conclusion.

RESULTS AND DISCUSSION

Presupposition is another significant feature of media discourse. A presupposition is background information that a text treats as already known or accepted. G. Yule explains that presuppositions are assumptions embedded in linguistic expressions and taken for granted by speakers and listeners [3]. In news texts, presuppositions may be conveyed through verbs, definite descriptions,

temporal markers, and evaluative constructions. For example, the phrase the reform continues presupposes that the reform has already begun. Similarly, the expression another step toward digitalization presupposes that digitalization is an ongoing and desirable process. In Uzbek media, phrases such as islohotlarning navbatdagi bosqichi, amalga oshirilayotgan chora-tadbirlar, and belgilangan vazifalar ijrosi often contain institutional presuppositions: the reader is expected to accept that reforms, measures, and tasks already exist as legitimate frameworks.

Implicature also plays an important role. H.P. Grice's theory of conversational implicature explains how speakers communicate more than what is explicitly stated through cooperation, relevance, and inference [4]. In news discourse, implicature may arise through comparison, omission, sequencing, and quotation. If an online article states, The company reported record profits while employees demanded higher wages, the text does not explicitly accuse the company of unfairness; however, the contrast invites a critical interpretation. In Uzbek media, pragmatic implicature may be more indirect. A text may report that ayrim mas'ullar vazifaga lozim darajada yondashmagan, which implies criticism without a harsh direct accusation. Such forms demonstrate how media language balances information, evaluation, and institutional caution.

Deixis, or contextual reference, is also essential. Words and expressions such as today, yesterday, here, this year, our country, the region, the government, and the public depend on the communicative context. In English-language international media, deictic reference is often adjusted for a global audience; country names, institutions, and locations are specified more explicitly. In Uzbek national media, expressions such as mamlakatimizda, yurtimizda, hududlarda, and mahallalarda frequently create a shared national frame between the journalist and the reader. These deictic choices are not merely grammatical. They establish communicative proximity and define who belongs to the implied audience.

Modality is one of the strongest pragmatic instruments in news discourse. Modal verbs and modal expressions indicate possibility, probability, obligation, necessity, expectation, and evaluation. English news texts often employ forms such as may, could, is expected to, is likely to, must, and should. These markers allow journalists to distinguish facts from forecasts or expert interpretations.

Uzbek news texts use similar pragmatic resources through expressions such as mumkin, kutilmoqda, ehtimol, zarur, lozim, and ta'kidlandi. In official Uzbek media discourse, markers of necessity and obligation are especially frequent when issues related to policy, social responsibility, or development objectives are discussed.

Therefore, modality reflects not only uncertainty but also authority and normative orientation.

Evaluation in media texts may be either explicit or implicit. Explicit evaluation employs adjectives and adverbs such as successful, serious, controversial, important, dangerous, rapidly, and significantly. Implicit evaluation emerges through the selection of facts, the order of presentation, metaphor, quotation, and comparison. A. Bell argues that news language is shaped by audience design, editorial values, and institutional routines [5]. This phenomenon is evident in both English and Uzbek media. English media may employ evaluative frames such as crisis, pressure, challenge, breakthrough, and setback. Uzbek media may use frames such as taraqqiyot, barqarorlik, islohot, imkoniyat, muammo, and dolzarb vazifa. These lexical choices demonstrate how reality is linguistically organized and presented to readers.

Quotation strategies are central to the pragmatics of news discourse. Journalists may quote officials, experts, witnesses, citizens, companies, institutions, or anonymous sources. Direct quotations create authenticity and immediacy, whereas indirect quotations allow journalists to summarize, compress, and reframe information. English news texts usually mark attribution carefully through expressions such as according to officials, the minister said, analysts noted, and the report states. Uzbek news texts also employ attribution; however, official sources often occupy a dominant position in political, economic, and social reporting. Expressions such as vazirlik ma’lumotiga ko‘ra, mutasaddilar ta’kidlashicha, and rasmiy xabarda qayd etilishicha create a sense of institutional reliability. The pragmatic effect is that readers are encouraged to trust the information on the basis of source authority.

Print and online news texts differ in their pragmatic organization. Print texts are generally more stable, editorially filtered, and structurally complete. They often follow a formal sequence consisting of a headline, lead, background information, details, quotations, and a conclusion. Online news texts, by contrast, are more flexible and dynamic. They may be updated after publication and can include hyperlinks, videos, infographics, comment sections, and social media sharing functions. These features alter the pragmatic relationship between the text and the reader. Online readers do not merely receive information; they may also click, compare, comment, share, and react. Consequently, online news employs stronger attention-management strategies, including shorter headlines, emotionally charged verbs, visual cues, keywords, tags, and fragmented paragraph structures.

CONCLUSION

English and Uzbek print and online news texts possess a complex pragmalinguistic structure. They inform readers while simultaneously framing events, creating evaluations, constructing authority, organizing interpretation, and influencing public perception. Their pragmatic meaning is generated through headlines, speech acts, presuppositions, implicatures, deixis, modality, quotation strategies, naming conventions, passive constructions, and intertextual references. These features demonstrate that news discourse is not a mechanical reflection of reality but rather a socially organized communicative practice.

Comparative analysis reveals both common and distinctive tendencies. English news texts are often characterized by conciseness, explicit attribution, sharper analytical framing, and greater headline compression. Uzbek news texts, in contrast, frequently rely on institutional references, respectful forms of naming, social value framing, the authority of official sources, and more indirect evaluative strategies. Print media tend to preserve a stable editorial structure, whereas online media introduce speed, interactivity, hyperlinks, multimodality, and stronger attention-management techniques. Therefore, the pragmalinguistic study of English and Uzbek news discourse is of considerable importance for linguistics, journalism, translation studies, intercultural communication, and critical media literacy.

REFERENCES

1. Van Dijk, T. A. News as Discourse. - Hillsdale, New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates, 2018. - 200 p.
2. Austin, J. L. How to Do Things with Words. - Oxford : Clarendon Press, 2012. - 166 p.
3. Yule, G. Pragmatics. - Oxford : Oxford University Press, 2016. - 138 p.
4. Grice, H. P. Logic and Conversation // Syntax and Semantics. Vol. 3 : Speech Acts / ed. by P. Cole, J. L. Morgan. - New York : Academic Press, 2015. - P. 41-58.
5. Bell, A. The Language of News Media. - Oxford : Blackwell, 2011. - 277 p.
6. Сафаров, Ш. Прагмалингвистика. - Тошкент : Ўзбекистон миллий энциклопедияси, 2008. - 286 б.

PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA QONUNLARNING O‘RNI VA TA’SIRI

Bahodirova Marhaboxon Toxirjon qizi
Farg‘ona davlat universiteti
psixologiya yo‘nalishi talabasi
marhaboxontohirjonovna@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada O‘zbekiston Respublikasidagi amaldagi qonunlarning fuqarolarning psixologik barqarorligi va ruhiy salomatligini ta’minlashdagi o‘rni psixologik resurs sifatida tahlil qilinadi. Xususan, O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining yangi tahriri qabul qilinishi natijasida inson huquq va erkinliklarining mustahkamlanishi, ijtimoiy adolat tamoyillarining kuchayishi hamda huquqiy kafolatlarning kengayishi fuqarolarning xavfsizlik hissi, ijtimoiy ishonchi va psixologik barqarorligiga ko‘rsatgan ta’siri yoritiladi. Shuningdek, huquqiy barqarorlikning shaxs ruhiy salomatligi va ijtimoiy farovonlikni ta’minlashdagi ahamiyati ilmiy-nazariy jihatdan asoslanadi.

Kalit so‘zlar: psixologik barqarorlik, ruhiy salomatlik, psixologik resurs, huquqiy barqarorlik, ijtimoiy farovonlik, xavfsizlik.

Аннотация. В данной статье анализируется роль действующих законов Республики Узбекистан как психологического ресурса, обеспечивающего психологическую устойчивость и психическое здоровье граждан. Особое внимание уделяется влиянию принятия новой редакции Конституции Республики Узбекистан на укрепление прав и свобод человека, расширение правовых гарантий и усиление принципов социальной справедливости. Рассматривается их воздействие на чувство безопасности, социальное доверие и психологическую устойчивость граждан. Также научно обосновывается значение правовой стабильности в обеспечении психического здоровья личности и общественного благополучия.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, психическое здоровье, психологический ресурс, правовая стабильность, социальное благополучие, безопасность.

Abstract. This article analyzes the role of the current legislation of the Republic of Uzbekistan as a psychological resource that contributes to citizens’ psychological resilience and mental well-being. Particular attention is paid to the impact of the adoption of the new edition of the Constitution of Uzbekistan on strengthening human rights and freedoms, expanding legal guarantees, and reinforcing the principles of social justice.

The study highlights how these factors influence individuals' sense of security, social trust, and psychological stability. Furthermore, the significance of legal stability in ensuring mental health and social well-being is theoretically substantiated.

Keywords: psychological resilience, mental health, psychological resource, legal stability, social well-being, security.

KIRISH

Bugungi globallashuv jarayonida siyosiy tizimning barqarorligi, huquqiy me'yorlarning izchilligi va inson huquqlarining uzluksiz kafolatlanishi jamiyatning psixologik farovonligida hal qiluvchi omilga aylanib bormoqda. Zamonaviy psixologiya va siyosiy fanlar kesishmasida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, huquqiy tizimning barqarorligi shaxsning ruhiy holati, stressga chidamliligi, ijtimoiy xavfsizlik hissi va kelajakni prognozlash qobiliyatiga bevosita ta'sir ko‘rsatadi. Shu jihatdan, "Konstitutsiya - erkin va farovon hayot garovi!" degan tamoyil nafaqat siyosiy-huquqiy yondashuv, balki psixologik barqarorlikning ham markaziy tushunchasiga aylanmoqda [2].

O‘zbekiston Respublikasining yangi tahrirdagi Konstitutsiyasi (2023-yil) inson qadrini yuksaltirish, ijtimoiy himoya tizimini kuchaytirish, huquq va erkinliklarning kengaytirilgan kafolatlarini ta'minlash orqali demokratik jamiyatning psixologik asoslarini mustahkamlaydi. Yangi huquqiy normalar nafaqat davlat boshqaruvi va fuqarolik jamiyati institutlari faoliyatini takomillashtiradi, balki shaxsning ruhiy salomatligiga ijobiy ta'sir etadigan huquqiy xavfsizlik muhitini shakllantiradi. Bu esa psixologiyada "psixologik barqarorlik", "subyektiv farovonlik", "ichki nazorat lokusi", "psixologik xavfsizlik", "barqaror identifikatsiya" kabi ko‘rsatkichlarning o‘sishiga xizmat qiladi.

Ushbu maqolada tahlil qilinayotgan psixologik resurslar shaxsning stressli vaziyatlarga bardosh berish, ijtimoiy tizimga moslashish, o‘z hayoti ustidan nazoratni his qilish va muammolarni konstruktiv hal etishida yordam beradigan ichki va tashqi omillardir. Konstitutsiyaning barqarorligi, undagi ijtimoiy kafolatlarning kuchaytirilishi, inson huquqlarining aniq belgilanishi aynan shunday resurslardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Shu ma'noda, yangi Konstitutsiyada aks etgan huquqiy me'yorlar shaxsda xavfsizlik hissi, davlatga bo‘lgan ishonch, kelajakka ijobiy qarash, ijtimoiy barqarorlikni idrok etish kabi psixologik holatlarni mustahkamlashi mumkin.

Mazkur maqola ushbu jarayonning mexanizmlarini chuqur tahlil qilib, huquqiy kafolatlar va ruhiy salomatlik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ilmiy asosda yoritishni maqsad qiladi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Konstitutsiya davlatning huquqiy tizimini belgilovchi, jamiyat hayotining asosiy tamoyillari va fuqarolarning fundamental huquqlarini kafolatlovchi oliy hujjat hisoblanadi. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining yangi tahriri (2023) shaxsning huquqiy maqomini yanada mustahkamlab, “inson-jamiyat-davlat” tamoyilini asosiy g‘oya sifatida belgiladi. Bu tamoyil jamiyatning siyosiy-huquqiy barqarorligini ta’minlash bilan birga, fuqarolarning psixologik farovonligiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Konstitutsiyaning bir qator moddalarida shaxsning daxlsizligi, xavfsizligi, farovon hayot kechirish huquqi mustahkamlangan. Jumladan, 27-modda - har bir insonning shaxsiy hayoti, sha’ni va qadr-qimmati himoya qilinishi, 31-modda - har bir fuqaroning ruhiy va jismoniy sog‘lig‘ini saqlash huquqi, 42-modda - har bir shaxsning munosib turmush darajasiga ega bo‘lishi, 46-modda - davlatning ijtimoiy himoyaga muhtoj qatlamlarni qo‘llab-quvvatlash majburiyati kabi qator normalar shaxsda ichki xavfsizlik, ishonch va barqarorlik tuyg‘ularining shakllanishida asosiy psixologik omil sifatida xizmat qiladi [1].

Xorij olimlari Abraxam Maslou, Erik Erikson va S. Hobfollning psixologik tadqiqotlarida ta’kidlanishicha, huquqiy barqarorlik shaxsning fundamental psixologik ehtiyojlari bo‘lgan xavfsizlik, boshqaruv hissi va nazorat illyuziyasini mustahkamlaydi. Barqaror normativ muhit shaxsning stress darajasini pasaytiradi, kelajakka ishonchni oshiradi, psixologik barqarorlik va emotsional muvozanatni saqlashga yordam beradi [4].

Psixologiyada “resurs” tushunchasi shaxsning stressga bardoshliligini oshiruvchi ichki va tashqi imkoniyatlar majmuasini bildiradi (Hobfollning Conservation of Resources Theory nazariyasi). Yangi tahrirdagi O‘zbekiston Konstitutsiyasi aynan shaxsning psixologik resurslariga ijobiy ta’sir ko‘rsatadigan normativ asoslarni yaratadi. Masalan, 65-modda - davlatning shaxs manfaatlari va erkinliklarini ta’minlash majburiyati, 67-modda - davlat organlarining fuqarolar oldida hisobdorligi va ochiqligi, 70-modda - yoshlarga yaratiladigan imkoniyatlar va ijtimoiy kafolatlar kiradi [1]. Bu normalar shaxsda “men himoyalanganman”, “mening davlatim men uchun mas’ul”, “mening ovozim bor” kabi ijobiy ijtimoiy-psixologik hissiyotlarni kuchaytiradi. Shu tarzda Konstitutsiya psixologik resurs sifatida namoyon bo‘lib, shaxsning stressga bardosh berish qobiliyatini, kelajak rejalari bo‘yicha ishonchini, ijtimoiy faolligini va ichki motivatsiyasini oshiradi.

Zamonaviy siyosiy psixologiya va huquqiy sotsiologiyada Beck, Tyler, Hobfoll, Norris kabi olimlarning tadqiqotlariga ko‘ra, jamiyatdagi huquqiy barqarorlik indeksining o‘sishi quyidagi psixologik ko‘rsatkichlarning kuchayishiga olib keladi: stress darajasining pasayishi, ijtimoiy ishonchning oshishi, fuqarolarning xavfsizlik hissining kuchayishi va psixologik farovonlikning yaxshilanishi [4]. Shuningdek, yangi konstitutsion normalar fuqarolarning o‘z hayoti ustidan nazorat hissini oshiradi. Nazorat hissi psixologik salomatlikning eng barqaror prediktorlaridan biri hisoblanadi.

Yangi tahrirdagi O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining qabul qilinishi (2023) ijtimoiy-huquqiy jarayonlarda sezilarli o‘zgarishlar yaratdi. Quyidagi amaliy natijalar konstitutsion kafolatlarning fuqarolar psixologik farovonligiga bevosita ta’sirini ko‘rsatadi: Konstitutsiyaning 49-moddasi - “Mehnat qilish huquqi”, 52-moddasi - “Ijtimoiy ta’minot huquqi” hamda 67-moddasi - “Davlatning yoshlar bilan ishlash borasidagi majburiyatlari” kabi ijtimoiy yo‘naltirilgan normalari natijasida 2023-2025-yillarda o‘rtacha aholi daromadlari real qiymatda 8-10 foizga oshgan. Yosh oilalarning uy-joyga ega bo‘lishi bo‘yicha imtiyozli kreditlar kengayib, ipoteka olgan yoshlar soni 35 foizga ko‘paygan. Aholining davlat xizmatlariga ishonchi bo‘yicha indeks 2022-yildagi 58 foizdan 2024-yilda 71 foizga oshgan [5]. Ijtimoiy farovonlik o‘sishi - bu psixologik farovonlikning asosiy omillaridan biri sifatida kuchli ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Yangi Konstitutsiyada “Xalq - davlat hokimiyatining birdan-bir manbayi” tamoyili mustahkamlandi. Bu fuqarolar ongida faollik resursining kuchayishiga olib keldi. Masalan, 2023-yil referendumida qatnashish darajasi 84,5 foizni tashkil etdi, bu fuqarolarning konstitutsion jarayonga tarixiy darajada faol jalb etilganini ko‘rsatadi. 2024-yil saylovlarida qatnashish faolligi avvalgi davrlarga nisbatan 12 foizga yuqori bo‘ldi. Yoshlar o‘rtasida “konstitutsion madaniyat” bo‘yicha treninglar va ta’lim dasturlarida ishtirok etish ikki baravar oshdi [3, 5]. Psixologiyada fuqarolik faolligi “subyektiv nazorat hissi”ni oshiradi va stressni kamaytiradi.

Konstitutsiyaning 65- va 67-moddalarida oilani qo‘llab-quvvatlash, bolalar manfaatlari va yoshlar salohiyatini yuksaltirish alohida kafolatlangan. Natijada yosh oilalar orasida iqtisodiy xavotirlar indeksi 14 foizga kamaygan. Oilaviy stress omillari bo‘yicha “yuqori xavotir” guruhidan “o‘rtacha xavotir” guruhiga o‘tganlar ulushi 22 foizni tashkil etdi [3, 5]. Bu o‘zgarishlar Konstitutsiyaning huquqiy kafolatlar orqali ruhiy salomatlikni bilvosita mustahkamlashini ilmiy asoslaydi va ijtimoiy siyosatning psixologik ta’sir kuchiga ega ekanini ko‘rsatadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Mazkur tadqiqot natijalari yangilangan Konstitutsiyaning nafaqat huquqiy, balki psixologik resurs sifatidagi funksiyasini ham chuqur namoyon qiladi.

Huquqiy barqarorlikning kuchayishi fuqarolarning ruhiy mustahkamligi va ijtimoiy ishonchining oshishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadigan omil ekanini ilmiy ma’lumotlar bir necha bor tasdiqlagan.

Yangi tahrirdagi Konstitutsiya bilan inson huquqlarining kafolatlanishi kengaydi, davlatning ijtimoiy majburiyatlari kuchaydi, fuqarolarni qo‘llab-quvvatlash bo‘yicha aniq mexanizmlar belgilandi, bu esa ijtimoiy-psixologik barqarorlikni mustahkamlovchi resurs sifatida namoyon bo‘ladi.

Psixologiya fanida xavfsizlik hissi shaxsning asosiy psixologik ehtiyojlaridan biri sifatida qaraladi. Yangi Konstitutsiya fuqarolar ongida aynan mana shu “psixologik xavfsizlik”ni kuchaytiruvchi omil bo‘lib xizmat qilmoqda. Natijada aholi o‘rtasida kelajakka nisbatan ishonchning ortishi, davlat institutlariga ishonchning tiklanishi, stress darajasining pasayishi kabi ijobiy o‘zgarishlar o‘z tasdig‘ini topdi. Bu holat Lazarusning kognitiv baholash nazariyasini to‘liq tasdiqlaydi - inson o‘z hayoti ustidan nazorat borligini his qilsa, xavotir darajasi sezilarli pasayadi.

Shuningdek, Konstitutsiya o‘z-o‘zidan emas, amaliyot orqali psixologik resursga aylanadi. Shu sababli Konstitutsiya nafaqat huquqiy asos, balki kundalik hayotda real o‘zgarishlar orqali shaxs ruhiyatini qo‘llab-quvvatlovchi mexanizm sifatida ishlaydi.

XULOSA

Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev ta’kidlaganidek, “Konstitutsiya – erkin va farovon hayot garovi” bu nafaqat huquqiy haqiqat, balki jamiyat psixologik farovonligining ham asosiy mezonidir. Yangi tahrirdagi O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi inson huquqlarining daxlsizligini mustahkamlash, ijtimoiy himoya, ta’lim va sog‘liqni saqlash sohasida keng ko‘lamli kafolatlarni joriy etishi bilan ruhiy barqaror hayot uchun zarur zamin yaratdi.

Ushbu maqolada o‘tkazilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, Konstitutsiya jamiyatda faqat huquqiy tizimning poydevori bo‘lib qolmay, balki shaxslar uchun psixologik resurs sifatida ham xizmat qiladi. Huquqiy barqarorlik, adolatga ishonch, ijtimoiy himoyaning kengayishi va davlat tomonidan fuqarolarga berilgan kafolatlarning oshishi natijasida odamlarning xavfsizlik hissi mustahkamlanib, stress omillariga nisbatan bardoshlilik ortadi. Bu esa psixologik farovonlikning asosiy tarkibiy qismi sanaladi.

Shuningdek, natijalar shuni ko‘rsatadiki, konstitutsiyaviy islohotlar ruhiy salomatlikning oshishiga bevosita ta’sir etmoqda: odamlar o‘z kelajagi, farzandlari

ta’limi, sog‘lig‘i va mehnat huquqlarining kafolatlanganini his qilgan sari ijtimoiy ishonch darajasi yuksalmoqda.

Ayniqsa, yangilangan Konstitutsiyaning 13-, 27-, 29-, 55- va 78-moddalaridagi inson sha’ni, erkinligi, ijtimoiy himoya va tenglikka doir normalar fuqarolarning psixologik barqarorligini ta’minlovchi kuchli omillar sifatida namoyon bo‘lmoqda [1].

Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, yangi Konstitutsiya O‘zbekistonda huquqiy demokratik jamiyatni rivojlantirish bilan birga, fuqarolarning ruhiy farovonligi, ijtimoiy ishonchi va kelajakka bo‘lgan umidini mustahkamlovchi kuchli psixologik omilga aylandi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Konstitutsiyaning mazmun-mohiyati. Yangi O‘zbekiston Konstitutsiyasi. Konstitutsiya O‘zbekiston. 2023-yil.
2. Konstitutsiya - erkin va farovon hayot garovi! - O‘zbekiston Respublikasi Milliy huquqiy markazi. 2024-yil.
3. Yangilangan O‘zbekiston Konstitutsiyasi - barqaror taraqqiyot kafolati. https://yuz.uz/ 2023
4. Atadjanov M.Y. “Xavfsizlik psixologiyasi” dasrlik. Farg‘ona.: 2024-y.
5. https://stat.uz/uz/ , https://constitution.uz/oz , https://lex.uz/uz/

MUNDARIJA	CONTENTS	СОДЕРЖАНИЕ

YOSHLAR HUQUQIY ONGINI SHAKLLANTIRISH – HUQUQIY NIGILIZMGA QARSHI KURASHNING USTUVOR OMILI Turdiyev Bexruz Sobirovich	6
TA’LIM JARAYONIDA AKADEMIK STRESS VA UNI KAMAYTIRISH STRATEGIYALARI Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich	**12**
ZAMONAVIY YOSHLARDA O‘ZIGA BAHONI ADEKVATLASHTIRISH ORQALI STRESSGA BARQARORLIKNI OSHIRISH IMKONIYATLARI Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna., Ismoilova Moxinur Kamilovna	**17**
АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕНИЯ НАРРАТИВНО-ЭКСПОЗИЦИОННОЙ ТЕРАПИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВШИХ ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ В УСЛОВИЯХ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ Юлдашев Санжар Рузимуродович	**25**
OLIMPIYA TERMA JAMOASI SPORTCHILARINI MUSOBAQAOLDI PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIK VOSITALARDAN FOYDALANISHNING ILMIY-AMALIY ASOSLARI Nazarov Davron Baxtiyor o‘g‘li	**38**
IJTIMOIY TARMOQLARDA YOLG‘ON AXBOROTLARGA MOYILLIKNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI VA NAMOYON BO‘LISH MEXANIZMLARI Nurmatov A.N	**46**
O‘SMIR SUZUVCHILARDAGI ICHKI NIZOLAR VA ULARNING SPORT FAOLIYATIGI TA’SIRI Mavlanov Donyor Ergash o‘g‘li	**54**
YOSHLARNI NIKOH YOSHI HAQIDAGI ADEKVAT TASAVVURLARI OTA-ONA OILASIDAGI MA’NAVIY MUHITNING BARQARORLIGIGA MOSLIGINI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEZONLARI Abdullayeva Aropatxon Rustamovna	**61**

BOLALARDA KREATIV FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHDAGI KOGNITIV, HISSIY-MOTIVATSION VA PEDAGOGIK OMILLAR Yuldasheva Shoxista Tojialiyevna	**67**
DINIY KONTENTNING RAQAMLI AXBOROT MAKONIDA SHAXS ONGIGA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TA'SIRI VA AXBOROT XAVFSIZLIGI MUAMMOLARI Soliyev Otabek Davlatjon o'g'li	**73**
MUSTAQIL TA'LIM JARAYONIDA TALABALARGA O'QUV MATERIALLARINI MUSTAQIL O'QITISHNI TAKOMILLASHTIRISHNING PEDAGOGIK SHART-SHAROITLARI Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna	**85**
ONALIK FENOMENI: FANLARARO TALQIN VA OILAVIY-PEDAGOGIK MAZMUNI Yuldasheva Zulayxo Sadullayevna	**91**
PRAGMALINGUISTIC ASPECTS OF ENGLISH AND UZBEK PRINT AND ONLINE NEWS TEXTS Istamova Dilnoza Sadulloyevna	**100**
PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA QONUNLARNING O'RNI VA TA'SIRI Bahodirova Marhaboxon Toxirjon qizi	**106**

LIDERLIK – ILMIY TADQIQOTLARNING PREDMETI SIFATIDA

(Mavzu bosh harflarda, Times New Roman 14 shriftda, 12 ta so‘zdan oshmagan holda)

Abdullayev Abdulla Abdullayevich
Toshkent amaliy fanlar universiteti professori, psixologiya fanlari doktori

(Muallif F.I.Sh., ish joyi, lavozimi, ilmiy daraja va unvoni Times New Roman 14 shriftda to‘liq yozilishi kerak)

Annotatsiya: Maqolaga annotatsiya o‘zbek, rus va ingliz tillarida taqdim etilishi lozim. Annotatsiya maqolaning qisqacha mazmunini yoritib berishi, unda tadqiqotning dolzarbligi, maqsadi, metodologiyasi, asosiy natijalari hamda ilmiy-amaliy ahamiyati qisqacha aks ettirilishi talab etiladi. Annotatsiya hajmi 100-150 ta so‘zdan oshmagan, bir butun matn shaklida yozilishi, unda iqtiboslar, jadvallar, formulalar va adabiyotlarga havolalar keltirilmasligi kerak.

Kalit so‘zlar: kamida 10-15 ta so‘zdan iborat bo‘lishi tavsiya etiladi.

Аннотация: Аннотация к статье должна быть представлена на узбекском, русском и английском языках. Аннотация должна кратко отражать содержание статьи, включая актуальность исследования, цель, методологию, основные результаты и научно-практическую значимость исследования. Объём аннотации не должен превышать 100-150 слов. Текст аннотации оформляется в виде единого текста без использования цитат, таблиц, формул и ссылок на литературу.

Ключевые слова: рекомендуется указывать не менее 10-15 слов.

Abstract: The abstract of the article should be presented in Uzbek, Russian, and English languages. The abstract must briefly reflect the content of the article, including the relevance of the research, its purpose, methodology, main results, and scientific-practical significance. The abstract should not exceed 100-150 words and must be written as a single coherent text without quotations, tables, formulas, or references.

Keywords: it is recommended to provide at least 10-15 keywords.

KIRISH

Maqolaning kirish qismida tadqiqot mavzusining dolzarbligi, muammoning ilmiy va amaliy ahamiyati, mavzu bo‘yicha mavjud ilmiy qarashlar hamda tadqiqotning maqsadi va vazifalari yoritilishi lozim. Shuningdek, tadqiqot obyekti va predmeti, qo‘llanilgan metodlar hamda maqolaning ilmiy yangiligi qisqacha bayon etilishi tavsiya etiladi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Mazkur bo‘limda tadqiqot mavzusi bo‘yicha mahalliy va xorijiy olimlarning ilmiy ishlari, mavjud nazariy yondashuvlar hamda ilmiy qarashlar tahlil qilinishi lozim. Tadqiqot davomida foydalanilgan adabiyotlar matn mazmuniga mos ravishda [1], [2], [3] ko‘rinishida havola tarzida berilishi tavsiya etiladi. Shuningdek, tadqiqot jarayonida qo‘llanilgan ilmiy metodlar, tahlil usullari, ma’lumotlar manbalari, tadqiqot obyekti va predmeti hamda metodologik yondashuvlar

yoritilishi zarur. Ushbu bo‘lim tadqiqotning ilmiy asoslanganligini va natijalarning ishonchliligini ko‘rsatib berishi kerak.

TAHLIL VA NATIJALAR

Mazkur bo‘limda tadqiqot jarayonida olingan natijalar ilmiy asosda tahlil qilinishi, ularning mazmun-mohiyati ochib berilishi hamda muammo yechimiga oid ilmiy xulosalar bayon etilishi lozim. Tahlil jarayonida statistik ma’lumotlar, jadvallar, diagrammalar va boshqa tahliliy materiallardan foydalanish tavsiya etiladi. Olingan natijalar mavzu bo‘yicha mavjud ilmiy qarashlar bilan qiyosiy tahlil qilinishi, tadqiqotning ilmiy yangiligi va amaliy аҳамияти asoslab berilishi zarur. Ushbu bo‘limda keltirilgan fikr va ma’lumotlarga tegishli adabiyotlar [1], [2], [3] ko‘rinishida havola tarzida berilishi tavsiya etiladi.

XULOSA

Mazkur bo‘limda tadqiqot natijalari umumlashtirilib, mavzu yuzasidan asosiy ilmiy xulosalar bayon etilishi lozim. Shuningdek, tadqiqot davomida aniqlangan muammolar, ularning yechimiga oid ilmiy-amaliy taklif va tavsiyalar keltirilishi tavsiya etiladi. Xulosa qismida tadqiqotning nazariy va amaliy ahamiyati, uning istiqboldagi ilmiy izlanishlar uchun ahamiyati ham qisqacha yoritilishi zarur. Mazkur bo‘lim aniq, qisqa va mantiqiy yakunlangan shaklda bayon etilishi talab etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

Mazkur bo‘limda maqola tayyorlash jarayonida foydalanilgan ilmiy manbalar, normativ-huquqiy hujjatlar, monografiyalar, ilmiy maqolalar, dissertatsiyalar, konferensiya materiallari hamda internet manbalari tartib asosida keltirilishi lozim.

Adabiyotlar ro‘yxati 5 ta manbaadan kam bo‘lmagan manba ko‘rinishida taqdim etishi shart. Bibliografik tavsif APA 7th Edition yoki Harvard uslubida rasmiylashtiriladi.

NASHR ETIKASI VA AKADEMIK HALOLLIK

Jurnal faoliyatida xalqaro nashriyot etikasi tamoyillari, jumladan COPE (Committee on Publication Ethics) tavsiyalariga amal qilinadi. Mualliflar tadqiqot natijalarining haqqoniyligi, ma’lumotlarning ishonchliligi hamda mualliflik huquqlariga rioya etilishi uchun mas’uldirlar.

Plagiat, ma’lumotlarni soxtalashtirish, mualliflikni noto‘g‘ri ko‘rsatish, bir tadqiqotni takroran nashr etish va boshqa akademik qoidabuzarlik holatlari maqolani rad etish uchun asos hisoblanadi.

Sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanilgan hollarda ularning qo‘llanilishi maqolaning metodologik qismida ochiq ko‘rsatilishi lozim.

TAQRIZLASH VA NASHR ETISH TARTIBI

Jurnalga kelib tushgan barcha maqolalar dastlabki texnik ekspertizadan o‘tkaziladi hamda ilmiy talablarga mos kelgan maqolalar ikki tomonlama anonim taqrizlash (Double Blind Peer Review) jarayoniga yuboriladi. Taqrizchilar xulosasi asosida maqola qabul qilinishi, qayta ishlash uchun muallifga yuborilishi yoki rad etilishi mumkin.

NAMUNA

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti. (2020). “Raqamli O‘zbekiston – 2030” strategiyasi to‘g‘risida PF–6079-son Farmon. https://lex.uz
2. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.). Sage Publications.

3. Abdullaev, A. A. (2024). Digital transformation in higher education. In Proceedings of the International Conference on Educational Innovation (pp. 145–152). Atlantis Press.
4. Hwang, G. J., Xie, H., Wah, B. W., & Gašević, D. (2020). Vision, challenges, roles and research issues of artificial intelligence in education. Computers and Education: Artificial Intelligence, 1, Article 100001. https://doi.org/10.1016/j.caeai.2020.100001
5. Ashurov, R. R. (2026). O‘quvchilarni intellektual rivojlantirishning psixologik omillari. Maktabgacha va maktab ta’limi, 4(2). https://maktabgacha-va-maktab-talimi-jurnal.uz/index.php/jurnal/article/view/4847
6. UNESCO. https://www.unesco.org

(Maqola matni to‘liq Times New Roman 14 shriftda 1,15 intervalda tayyorlanishi kerak)

Maqola qo‘lyozmasini quyidagi manzillarga yuborishingiz mumkin:
Telegram manzil: https://t.me/fanlararotadqiqotlar yoki @sarhad_5

Rasmiy telegram kanali: https://t.me/fanlararoilmiytadqiqotlar

Jurnal sayti: https://fanlararotadqiqotlar.uz/

☑ **Biz bilan ilmiy hamkorligingiz uchun minnatdorchilik bildiramiz.**
JURNAL TAHRIRIYATI
https://t.me/fanlararotadqiqotlar

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/