

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR: **ZAMONAVIY TAHDIDLAR VA RIVOJLANISH IMKONIYATLARI**

MAVZUSIDAGI RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY

KONFERENSIYA MATERIALLARI

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

ANIQ VA IJTIMOIY FANLAR UNIVERSITETI

OXUS UNIVERSITETI

“AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR: ZAMONAVIY TAHDIDLAR VA RIVOJLANISH IMKONIYATLARI”

mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari

22-may 2026-yil

Toshkent – 2026 y.

2026 yil 22-may kuni Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi, O‘zR Fanlar akademiyasi, Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti va OXUS universiteti hamkorligida **“Axborotlashgan jamiyatda psixologik tadqiqotlar: zamonaviy tahdidlar va rivojlanish imkoniyatlari”** mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Toshkent: AIFU, 2026. - 558 b.

Mas’ul muharrir:
prof. G.I.Botirov.

Tahrir hay’ati:

psixol.f.d (DSc), professor Jabborov X.X.,

tarix.f.b.f.d (PhD), dotsent Bo‘tayev J.SH.,

psixol.f.b.f.d (PhD), professor. Xudoyqulova G.B.,

falsafa fanlari nomzodi, dotsent Ortiqov M.A.

psixol.f.b.f.d (PhD), dotsent. Abdukadirova L.Y.,

psixol.f.b.f.d (PhD), katta o‘qit. Raxmonova D.F.,

psixol.f.b.f.d (PhD), katta o‘qit. Samatova S.G‘.,

psixol.f.b.f.d (PhD), dotsent. Ashurov R.R.,

katta o‘qit. Ergashev J.X.

Muallif fikri tahririyat nuqtayi nazaridan farqlanishi mumkin.
To‘plamdan o‘rin olgan maqolalarning saviyasi, sifati va ilmiy dalillarning haqqoniyligi hamda mazmuni uchun mualliflar mas’uldirlar.

© Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti 2026 yil 22 may.

KONFERENSIYA OCHILISHI

KONFERENSIYA ISHTIROKCHILARIGA TABRIK SO'ZI

Botirov G‘olibjon Isroilovich
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti rektori,
fizika-matematika fanlari doktori, professor

Hurmatli konferensiya ishtirokchilari, aziz mehmonlar, qadrli hamkasblar va talaba-yoshlar!

“Axborotlashgan jamiyatda psixologik tadqiqotlar: zamonaviy tahdidlar va rivojlanish imkoniyatlari” mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiyamizga xush kelibsiz! Sizlarni universitetimizning ilm-fan maskanida ko‘rib turganimdan samimiy mamnunman.

Bugungi konferensiya zamonaviy jamiyatning eng muhim paradigmalaridan biri – axborotlashuv jarayonining psixologik determinantlarini kompleks tarzda tadqiq etishga bag‘ishlanmoqda. Globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida inson psixikasining adaptatsion mexanizmlari, kognitiv jarayonlarning transformatsiyasi, emotsional-intellektual sohaning raqamli muhitga integratsiyalashuvi kabi fundamental masalalar psixologiya fanining eng dolzarb yo‘nalishlariga aylanmoqda.

Mazkur anjuman doirasida muhokama etiladigan ilmiy- tadqiqot yo‘nalishlari bugungi kunning eng o‘tkir va dolzarb masalalaridir. Jumladan, axborotlashgan jamiyatda shaxs psixologik salomatligi va ruhiy barqarorligini mustahkamlash masalalari, psixogigiyena va psixoprofilaktikaning zamonaviy strategiyalari, raqamli stressorlarning shaxs psixosomatik holatiga ta’siri mexanizmlari bugungi kunda alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Shuningdek, raqamli texnologiyalar va sun’iy intellektning ta’lim tizimida qo‘llanilishining psixologik masalalari va imkoniyatlari ta’lim paradigmasining yangi bosqichga ko‘tarilishini taqozo etmoqda. Sun’iy intellekt vositalarining o‘quv jarayoniga integratsiyasi, adaptiv ta’lim texnologiyalarining kognitiv rivojlanishga ta’siri, virtual ta’lim muhitida motivatsion komponentlarning transformatsiyasi masalalari jiddiy ilmiy tahlilni talab qiladi.

Raqamlashtirish sharoitida oilaning ijtimoiy-psixologik muammolari, deviant va delikvent xulq-atvor profilaktikasi va psixokorreksiyasi yo‘nalishi esa ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning ustuvor vazifalaridan biridir. Oilaviy munosabatlarning raqamli muhit ta’sirida transformatsiyalashuvi, ota-onalik fenomeni va bolalar-o‘smirlar o‘rtasida deviant xulq-atvor shakllanishining yangi determinantlari, kiberbulling, internet-addiksiya, gadjetga tobelik kabi fenomenlarning psixokorreksion dasturlarini ishlab chiqish bugungi kunda kechiktirib bo‘lmaydigan vazifalardandir.

Bundan tashqari, axborotlashgan jamiyatda kiberxavfsizlik va psixologik xizmatni ta’minlash bo‘yicha innovatsion yondashuvlar yo‘nalishi psixologiya

fanining yangi tarmog‘i sifatida shakllanmoqda. Raqamli muhitda shaxs psixologik xavfsizligini ta’minlash mexanizmlari, onlayn psixologik maslahat va psixodiagnostikaning metodologik asoslari, virtual psixokorreksion dasturlarning validligi va samaradorligi masalalari innovatsion tadqiqotlarni talab etadi.

Ishonch bilan aytishimiz mumkinki, mazkur konferensiyada taqdim etiladigan ilmiy ma’ruzalar, empirik tadqiqot natijalari va amaliy tavsiyalar nafaqat psixologiya fanining metodologik bazasini boyitadi, balki jamiyatimizning ijtimoiy-psixologik muammolarini hal etishda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.

Konferensiya ishiga muvaffaqiyat, ilmiy bahs-munozaralarga sermazmun mazmun tilayman. Barchangizga samarali faoliyat, yangi ilmiy kashfiyotlar va professional rivojlanish yo‘lida ulkan zafarlar tilayman!

E’tiboringiz uchun rahmat. Konferensiyamiz o‘z ishini boshlaydi!

YALPI MAJLIS MA’RUZALARI

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR: TRANSFORMATSIYALAR, TAHDIDLAR VA INNOVATSION ISTIQBOLLAR

Arzikulov Dilshod Ne'matovich

O'zbekiston Milliy universiteti, Ijtimoiy fanlar fakulteti, Psixologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari doktori, professor

Annotatsiya: Ushbu tezisda axborotlashgan jamiyat sharoitida inson psixikasida yuz berayotgan kognitiv va emotsional o'zgarishlar tahlil qilinadi. Raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta'siri, kiberpsixologik tahdidlar va zamonaviy psixologiyada Big Data hamda sun'iy intellektdan foydalanish imkoniyatlari ilmiy jihatdan asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: *axborotlashgan jamiyat, kognitiv transformatsiya, klipcha fikrlash, kiberpsixologiya, raqamli detoks, Big Data.*

XXI asrning ikkinchi o'n yilligiga kelib, insoniyat «axborotlashgan jamiyat» deb ataluvchi yangi evolyusion bosqichga qadam qo'ydi. Bu davrda axborot asosiy ishlab chiqarish resursiga, raqamli texnologiyalar esa kundalik hayotning ajralmas qismiga aylandi. Biroq, texnologik jarayon inson psixikasiga nafaqat ijobiy imkoniyatlar, balki ilgari kuzatilmagan psixologik tahdidlarni ham olib keldi. Ushbu tezisda axborotlashgan jamiyatda shaxs ruhiyatidagi transformatsiyalar va zamonaviy psixologiya fani oldidagi istiqbollar tahlil qilinadi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, doimiy axborot oqimi ostida yashash insonning diqqat va xotira tizimini o'zgartirmoqda. M. Kastels ta'kidlaganidek, tarmoq jamiyatida inson ongi ma'lumotlarni qabul qilishda «parallel ishlov berish» rejimiga o'tmoqda [1].

- **Klipcha fikrlash (Clip Thinking):** Yosh avlod vakillarida ma'lumotlarni yaxlit mantiqiy zanjir asosida emas, balki qisqa, yorqin va tezkor parchalar ko'rinishida qabul qilish shakllanmoqda. Bu chuqur mushohada yuritish qobiliyatining pasayishiga va yuzaki xulosalar chiqarishga sabab bo'ladi.
- **Diqqat defitsiti:** Doimiy «bildirishnomalar» (notifications) diqqatning barqarorligini buzadi. Bu holat ilmiy adabiyotlarda «raqamli chalg'ish» sifatida tavsiflanadi.

Global axborot tarmog'i inson ruhiy salomatligi uchun bir qator xavflarni yuzaga keltirdi:

- **Ijtimoiy izolyatsiya va «yolg'izlar olomoni»:** Inson virtual olamda yuzlab «do'stlar»ga ega bo'lsa-da, real hayotda emotsional yaqinlikning yo'qolishi kuzatiladi. Bu fenomen E. Frommning begonalashuv nazariyasining zamonaviy ko'rinishidir.
- **Kiberbulling va agressiya:** Internetdagi anonimlik hissi shaxslararo muloqotda etik normalarning buzilishiga va virtual tazyiqlarning ko'payishiga zamin yaratadi. Bu esa jabrlanuvchilarda depressiya va suitsidal moyillikni oshiradi [2].

- **FOMO sindromi (Fear of Missing Out):** Muhim voqea yoki yangilikdan qolib ketish qo‘rquvi foydalanuvchilarda doimiy xavotir va past o‘zini-o‘zi baholash hissini uyg‘otadi.

Texnologik rivojlanish psixologiya fani uchun yangi metodologik gorizontlarni ochmoqda:

- **Big Data va raqamli izlar:** Ijtimoiy tarmoqlardagi «layklar», sharhlar va qidiruv so‘rovlari insonning haqiqiy ehtiyojlari va fe’l-atvorini laboratoriya sharoitidan ko‘ra aniqroq ifodalaydi.
- **Virtual borliq (VR) terapiyasi:** Fobiyalarni davolash, posttravmatik stressni (PTSD) yengish va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishda VR texnologiyalari yuqori samara bermoqda [3].
- **Sun’iy intellekt va diagnostika:** AI algoritmlari matnlardagi so‘zlar tahlili orqali insonning ruhiy holatini (masalan, yashirin depressiyani) erta bosqichda aniqlash imkonini beradi.

Axborotlashgan jamiyatda shaxsning psixologik xavfsizligini ta’minlash uchun quyidagilar zarur:

a) Raqamli gigienani joriy etish: Ta’lim muassasalarida gadjetlardan foydalanish madaniyati va axborotni saralash ko‘nikmalarini o‘rgatish.

b) Media-psixologiyani rivojlantirish: Axborot xurujlariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish bo‘yicha ilmiy asoslangan treninglar tizimini yaratish.

v) Kiberpsixologik maslahatxonalar: Virtual olamdagi muammolar (o‘yin qaramligi, kibertazyiq) bilan shug‘ullanuvchi ixtisoslashgan markazlar tarmog‘ini kengaytirish.

Yuqoridagilardan kelib chiqib xulosa qiladigan bo‘lsak, olib borilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, axborotlashgan jamiyat inson psixikasi uchun ham cheksiz imkoniyatlar, ham ilgari kuzatilmagan ekzistensial xavf-xatarlar manbai hisoblanadi. Raqamli texnologiyalar insonning bilish jarayonlarini tezlashtirgan bo‘lsa-da, uning emotsional barqarorligi va diqqat konsentratsiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Xususan, «raqamli avlod» vakillarida kuzatilayotgan kognitiv o‘zgarishlar ta’lim va tarbiya tizimini tubdan qayta ko‘rib chiqishni taqozo etadi.

Axborotlashgan jamiyatda psixologik tadqiqotlarning asosiy maqsadi — texnologiyalarni insonga bo‘ysundirish va raqamli muhitda shaxsning ruhiy yaxlitligini saqlab qolishdan iborat bo‘lmog‘i lozim. Yuqoridagilardan kelib chiqib, quyidagi **amaliy tavsiyalar** ilgari suriladi:

I. Ta’lim tizimi uchun:

A) Diqqatni boshqarish mashg‘ulotlari: Maktab va oliy ta’lim dasturlariga «meditatsiya», «mindfulness» (ongli yashash) va diqqatni jamlash mashqlarini kiritish. Bu talabalarda «klipcha fikrlash» oqibatlarini yumshatishga yordam beradi.

B) Kritik fikrlash kurslari: Axborot oqimini saralash, feyk xabarlarni aniqlash va manipulyativ ta’sirlardan himoyalanish ko‘nikmalarini shakllantiruvchi maxsus kurslarni joriy etish.

II. Ijtimoiy-psixologik himoya sohasida:

a) Raqamli detoks (Digital Detox) madaniyati: Davlat va nodavlat tashkilotlarida xodimlarning ishdan tashqari vaqtda raqamli qurilmalardan dam olishini ko‘zda tutuvchi «raqamli gigiena» normalarini ishlab chiqish.

b) Virtual psixologik xizmatlarni rivojlantirish: Kiberbulling, internet-qaramlik va virtual firibgarlikdan jabrlanganlar uchun tezkor anonim psixologik yordam ko‘rsatuvchi chat-botlar va «issiq tarmoqlar» faoliyatini yo‘lga qo‘yish.

III. Ilmiy-tadqiqot yo‘nalishida:

a) Multidissiplinar yondashuv: Psixologlar, IT-mutaxassislar va neyrofiziologlar ishtirokida sun’iy intellektning inson hissiyotlariga ta’sirini o‘rganuvchi qo‘shma laboratoriyalar tashkil etish.

B) Kiberpsixologiya monitoringi: Jamiyatdagi ijtimoiy kayfiyatni aniqlash uchun ijtimoiy tarmoqlardagi «Big Data» ma’lumotlarini psixologik tahlil qilishning axloqiy va metodologik asoslarini yaratish.

IV. Oila instituti uchun:

«Ota-onalar uchun media-savodxonlik»: Farzandlarning gadjetlardan foydalanish vaqtini va mazmunini to‘g‘ri taqsimlash bo‘yicha psixologik qo‘llanmalar va treninglar tizimini yaratish. Bu oila ichidagi «raqamli devor» (elektron qurilmalar tufayli yuzaga keladigan begonalashuv) muammosini hal qilishga xizmat qiladi.

Yakuniy xulosa sifatida aytish mumkinki, axborotlashgan jamiyatda psixologning roli faqatgina muammoni davolash emas, balki insonni jadal o‘zgarib borayotgan texnik muhitda o‘zligini yo‘qotmaslikka o‘rgatishdan iboratdir. Texnologiya insonning qo‘lidagi qurol bo‘lishi kerak, uning ongini boshqaradigan kuch emas.

Adabiyotlar:

1. **Кастельс М.** Информационная эпоха: экономика, общество и культура / Пер. с англ. под науч. ред. О. И. Шкаратана. — М.: ГУ ВШЭ, 2000. – 608 с.

2. **Войскунский А. Е.** Психология и Интернет. — М.: Акрополь, 2010. – 439 с.

3. **Riva G., Wiederhold B. K., Mantovani F.** Neuroscience of Virtual Reality: From Virtual Exposure to Embodied Medicine // Frontiers in Human Neuroscience. — 2019. — Vol. 13.

4. **Абдуллаева Ш. А.** Рақамли таълим муҳитида шахснинг психологик хавфсизлиги. // «Психология» илмий журнали. — Бухоро, 2022. №3.

YOSHLAR XULQ-ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Atabayeva Nargis Batirovna,
psixologiya fanlari doktori, professor
O'zbekiston milliy pedagogika universiteti
nargis_aziza@mail.ru

Inson xulq-atvorini psixologik o'rganishga bo'lgan qiziqish, avvalo, unga ta'sir ko'rsatish, uni konstruktiv maqsadlarga yo'naltirish nuqtai nazaridan ahamiyatlidir. Bunday vazifalarni muvaffaqiyatli hal etish psixologik tadqiqotlar oldiga birinchi navbatda xulq-atvorning motivasion asoslarini chuqur o'rganish masalasini qo'yadi. Shu sababli zamonaviy psixologiya fanida tadqiqotlarning katta qismi aynan shu yo'nalishda o'tkazilmoqda. Xususan, yoshlar xulq-atvorining akmeologik rivojlanishini o'rganish mazkur sohaning alohida yo'nalishlaridan hisoblanadi. Yoshlar, ayniqsa jamiyatda uyushmagan yoshlar muammolarini ilmiy jihatdan tadqiq etish XIX-XX asrlarga kelib ommalasha boshlaydi. Xususan, yoshlar auditoriyasiga I.S.Kon ta'biri bilan aytganda "yoshlar – yosh xususiyatlari, ijtimoiy mavqyei va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan ajralib turuvchi ijtimoiy-demografik guruhdir" [1]. Mazkur guruh jamiyatning taraqqiyotida muhim o'ringa egadir. Biroq yuqorida ham ta'kidlab o'tilganidek, jamiyatda uyushmagan yoshlar ham mavjud. Amerikalik sosiolog Talkott Parsonsning ta'kidlashicha, yoshlar orasida "umumiy maqsadlar, yalpi ijtimoiy harakatlardan chetda qoluvchilar" sonining ortib borishi ikki jihatgan, ya'ni obyektiv va subyektiv omillarga bog'liqdir [2]. Mazkur omillar yoshlar orasida "uyushmaganlik" holatini kelib chiqishiga zamin hozirlaydi. Masalan, obyektiv omillar ijtimoiy muhit bilan bog'liq bo'lsa, subyektiv omillar yoshlarning individual psixologik xususiyatlari bilan bog'liqdir. Shunday ekan, "uyushmagan" yoshlar qatlamining shakllanishisha olib kelayotgan omillarni tahlil qilish va ularni barptaraf etish muhimdir.

Psixologik manbalarda mana shu ko'rsatib o'tilgan holatlar, shaxs rivojlanishidagi "yoshga oid inqiroz"larning o'ziga xos tarzda namoyon bo'lishiga olib keladi. Oiladagi noto'g'ri tarbiya, ta'lim muassasalaridagi noqulay shart-sharoit bolani sekin-astalik bilan "uyushmagan"lar guruhiga kirishiga olib keladi. Qolaversa, yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari ham ularni "uyushmagan yoshlar" guruhi sifatida shakllanishiga sabab bo'ladi. Mazkur ijtimoiy-psixologik xususiyatlar quyidagilar:

- ichki qarama-qarshilik;
- psixik beqarorlik;
- chidamlilikning past darajada namoyon bo'lishi;
- o'ziga xos submadaniyatni o'zlashtirishga moyillik.

Dj.Marsianing fikricha, yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga ko'ra quyidagi to'rt guruhga ajratish mumkindir:

Birinchi guruh - moratoriyga rioya qiluvchi yoshlar. Ular o'z zimmalariga hech qanday majburiyatlarni olmagan, o'z qadriyatlarini, kelajagini aniq belgilab olmagan, biroq ular bilan ishlash, qo'llab-quvvatlash orqali "to'liq shakllanmagan

holatlarni" bartaraf etish mumkin, chunki ularning o‘zlarida o‘zgarishga moyillik bor.

Ikkinchi guruh - shaxsiy taqdirini oldindan belgilab qo'ygan, kim bo'lishni aniq biladigan odamlar. Ular o'zlarining kelajakdagi yo'llarini tanlab olganlar va har bir ishni rejalashtirganlardir.

Uchinchi guruh - o'z hayot yo'lini tanlashdan qochgan ruhiy tushkunlikka ega yoshlar. Ota-onalar, o'qituvchilar, do'stlar ulardan o'zlari erisha oladigan narsadan ko'ra ko'proq narsani kutishadi. Ular ota-onalariga qarshi chiqa olmaydilar, ijtimoiy me'yorlar va qabul qilingan qoidalar yoki o'zlari qaror qabul qilish huquqi uchun kurashadilar. Ular o‘zlarini eng omadsiz inson sifatida his qiladilar. Ular biror qaror qabul qilishda doim "kemtiklik hissi va ichki begonalashuv" hislari bilan duch keladilar. Birinchi guruhdan farqli ravishda ular biror narsaga, o‘zgarishga intilmaydilar.

To‘rtinchi guruh esa - bu o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lgan yoshlar, ular inqirozni boshdan kechiradilar va uni muvaffaqiyatli yengadilar. Bu odamlar o'zlarining dunyoqarashlariga mos ravishda hayotiy maqsadlar va ustuvorliklarni shakllantirganlar. Komillik sari doim odimlab boradilar [3].

Aynan mazkur ijtimoiy-psixologik xususiyatlarga mos guruhlarning birinchi va uchinchi guruhi qaysidir ma'noda uyushmagan yoshlarning quyidagi qatlamlarini shakllanishiga olib kelishini kuzatishimiz mumkin:

- vaqtincha ishsiz (kasbiy tasavvurlari yaxshi shakllanmagan, layoqati va qobiliyatini anglamagan) yoshlar;
- huquqbuzar (deviant, kriminogen xulq egalari, suisidal urinishlarni sodir etganlar, ijtimoiy-huquqiy savodxonligi past bo‘lgan) yoshlar;
- ijtimoiy passiv (o‘zi haqidagi tushunchalari yetarlicha namoyon bo‘lmaydigan, o‘zini rivojlantirish ehtiyoji sust bo‘lgan) yoshlar.

Uyushmagan yoshlar guruhining kelib chiqishiga obyektiv va subyektiv sabablar mavjuddir. Obyektiv omillarni o‘zini bir necha guruhga ajratish mumkin. Birinchi guruh sifatida oila va oiladagi tarbiya uslubini keltirishimiz mumkin. Oilada noto‘g‘ri tarbiya shakllari, ya'ni giperopeka, bolani emosional rad etish, o‘ta qattiqqo‘llik shaxsda o‘ziga ishonchini past bo‘lishiga, hayotiy strategiyasini tanlab olmasligiga, o‘z ijtimoiy mavqyeini tasdiqlay olmasligi, o‘ziga bahoning noadekvatligi, ijtimoiy-psixologik kompetentlikning sustligini keltirib chiqaradi. Bundan tashqari bolaning oiladagi mavqyei ham uning xulqida turli illatlarni kelib chiqishiga sabab bo‘ladi. Bizga ma'lumki, to‘liq bo‘lgan oilalarda ham noto‘liq oilalarda ham sog‘lom yoki nosog‘lom oilaviy muhit mavjud bo‘ladi. Oiladagi doimiy janjallar, mojarolar oilada nosog‘lom muhitni vujudga keltiruvchi bosh omillardir. Nosog‘lom oila muhitida asosiy e'tibor o‘zaro ziddiyatlarga qaratilganligi sababli ularda bola tarbiyasi ko‘pincha tahdid va jismoniy jazolashdan iborat bo‘ladi. Bunday nosog‘lom oila muhitida voyaga yetgan bolalar o‘ta agressiv, jizzaki, janjalkash, jamiyatga nisbatan norozi kayfiyatda bo‘lishi kuzatilgan [4]. Oiladagi nosog‘lom muhit yoshlardagi destuktiv axloqni kelib chiqishiga sabab bo‘ladi. Mazkur oiladagi salbiy ta'sirni to‘rtta guruhga ajratish mumkin:

1. Onaning negativ munosabati – bolaga nisbatan hudbinlik, begonalashuv, beparvolik va ahamiyatsizlik hissining yuqoriligi. Natijada bolada o‘ziga ishonch darajasi past bo‘lib shakllanadi.

2. Bolaning oila a’zolari va tengdoshlariga nisbatan agressiv xatti-harakatda bo‘lishiga onaning emosional munosabati. Odatda ona o‘z farzandini emosional rad etsa, bolada atrofdagilarga, ijtimoiy muhitga negativ munosabat shakllanib boradi.

3. Ota-ona tomonidan jismoniy jazo metodining qo‘llanishi. Mazkur holat bolani destruktiv xulqqa moyilligini oshiradi.

4. Siblinglar orasidagi munosabatlarni adolatsizlik bilan hal etish. Natijada bolada atrofdagilarga salbiy munosabat, xattoki “noto‘liqlik kompleksining” ham shakllanishiga olib keladi.

Oiladagi tarbiyaning noto‘g‘riligi bolalarni “xavf guruhiga” kiruvchi yoshlar sifatida shakllanishiga olib keladi.

Obyektiv omillarning ikkichi guruhi esa turli destruktiv guruhlarning ta’siri bilan belgilanadi. Yoshlarning norasmiy, destruktiv guruhlarning ta’siriga berilib, qonunga qarshi motivasiyaning shakllanishi, jamiyat tartib-qoidalariga qarshi chiqish, negativzmning namoyon bo‘lishiga olib keladi. Uchinchi guruh ta’lim muassasalaridagi ta’lim sifatining sustligi. Shaxsning ma’naviy, axloqiy, huquqiy ongining shakllanishiga salbiy ta’sir etadigan ta’limning bo‘shligi. Yoshlarda o‘quv motivasiyasining sustligi tufayli qadriyatlar va ijtimoiy ustanovkalarning zaiflashishi bilan bog‘liq. Natijada yoshlar turmushdagi o‘zgarishlarga tayyor bo‘lmaydi va turli destruktiv oqimlarga qo‘shilib qolishi ehtimoli yuqori bo‘ladi.

Uyushmagan yoshlarni shakllanishiga olib keladigan subyektiv omillar – bu shaxsning individual psixologik xususiyatlaridir. Bunda yoshlarning kognitiv, ijtimoiy, emosional, motivasion xususiyatlaridagi ayrim nuqsonlar ularni uyushmagan guruhga kirib qolishiga sabab bo‘ladi. Yuqorida keltirilgan shaxs individual va ijtimoiy-psixologik xususiyatlar yoshlarni turli toifadagi “uyushmagan” toifaga birikib qolishiga olib kelmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1.Кон И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. - М.: Политиздат, 1987. - 366 с.

2.Parsons T. Youth in the context of American society // The Challenge of Youth / Ed. by E.H. Erikson. N.Y., 1965

3.Крутько И. С. Психотехнологии в работе с молодежью: учеб. пособие / И.С.Крутько; [науч. ред. А. В. Пономарев] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2017. — 188 с

4.Бэрон Р, Ричардсон Д. Агрессия. СПб. 2000.

YOSHLARDA OILAVIY QADRIYATLARNI SHAKLLANTIRISHDA IJTIMOIY TASAVVURLARNING AHAMIYATI

Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna
O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti
Amaliy psixologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari doktori (DSc)

Annotatsiya: Maqolada yoshlarda oilaviy qadriyatlar haqidagi tasavvurlarining shakllanishi va bu tasavvurlarning o'ziga xos xususiyatlari hamda ularning yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashdagi ahamiyati bayon etilgan.

Kalit so'zlar: *Oila, qadriyat, tasavvur, oilaviy hayot, oilaviy munosabatlar, oila qurish motivlari, onalik va otalik rollari, ijtimoiy mavqe, ijtimoiy rollar*

Oilaviy hayot haqidagi dastlabki tasavvurlar shaxsning o'z oilasida yuzaga keladi va unda tutgan o'rniga muvofiq holda mukammallashadi. Ushbu yo'nalishda olib borilgan bir qator tadqiqotlarda qiz va o'g'il bolalarning onalik va otalik rollariga bo'lgan munosabatlarida ularning ota va onalarining shaxsiy namunasi muhim rol o'ynashi ko'rsatib o'tilgan. Shuningdek o'g'il bolalar o'z onalariga o'xshash bo'lgan xotinni, qiz bolalar esa o'z otalariga o'xshash bo'lgan erni ma'qul ko'rishar ekan.

Oila va oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarning shakllanishida oiladagi emosional - hissiy shaxslararo munosabatlar muhim rol o'ynaydi. Ushbu munosabatlar oila haqidagi tasavvurlarning ijobiy yoki salbiy bo'lishi kabilarni belgilab beradi. Oiladagi emosional-hissiy shaxslararo munosabatlarga bog'liq holda bir qator tadqiqotlarni ko'rsatishicha, shaxsning emosional sohasi va boshqa odamlarga bo'lgan munosabatlar bilan bog'liq bo'lgan shaxs sifatlari shakllanadi. Oiladagi ota-onaning o'zaro munosabatlari asosida shakllangan ushbu sifatlar uzoq vaqtgacha shaxsda saqlanib qoladi va shaxsning, ayniqsa o'z oilasining boshqa a'zolari bilan bo'ladigan o'zaro munosabatlarda namoyon bo'ladi. Ma'lum bo'lishicha, ota-onalarning o'zaro munosabatlariga tegishli bo'lgan xususiyatlar bolalar tomonidan oila qurganlaridan keyin takrorlanar ekan. E.K.Vasilyevaning ko'rsatishicha, to'liq bo'lmagan oilada yoki ota-onasi o'rtasida salbiy munosabatlar xukm surgan oilada voyaga yetgan yigit va qizlarning oilasi ko'p hollarda buzilib ketar ekan. Oilaviy hayot haqidagi tasavvurlar shaxslararo emosional-hissiy munosabatlarning ta'siri ostida shaxsning o'z oilaviy hayotini «loyihalashtiruvchi» muhim ichki omillariga aylanadi.

Qizlar bo'lajak turmush o'rtoqlarida quyidagi sifatlarni qadrlashlari ma'lum bo'ldi: ma'lumotlilik, ziyolilik, dovyurakllik, qat'iyatlilik, ishbilarmonlik, odamlar orasida o'zini tuta bilish, sport bilan mashg'ul bo'lish kabilar. Oilada er yigit va qizlar tomonidan oila boshlig'i sifatida qabul qilinadi. Xotin timsolida esa aqllilik, go'zallik, ishbilarmonlik, mehribonlik, madaniyatlilik, oliy ma'lumotga ega bo'lishlilik, yaxshi kasb egasi bo'lish, yaxshi ovqat tayyorlash, tikish-bichish, farzandlarni tarbiyalash malakalariga ega bo'lish kabilar birinchi o'ringa qo'yiladi. Yigit va qizlar oila uchun mas'uliyatni to'liq holda xotinga bog'laydilar.

Lekin shu bilan bir vaqtda ularning tasavvurida oiladan tashqaridagi qadriyatlarga nisbatan ustanovkalar to‘liq aks ettirilishi namoyon bo‘ladi. Qizlarda oilaviy va ijtimoiy rollarni muvaffaqiyatli tarzda bir-biriga muvofiq bajarishga intilish kuchli bo‘lsa, yigitlarda kasbiy faollikka intilish ustunligi ma’lum bo‘ladi.

Shu bilan birga yigitlar oilaning farzandlarni tarbiyalash vazifasiga ko‘proq e’tibor bersalar, qizlar uchun oilada er-xotinnning o‘zaro hamkorligi masalasi qiziqarli ekan. U yoki bu muammoli vaziyatlarda qanday qaror qabul qilinishi haqida ham biz jinsiy differensiatsiyani ko‘rishimiz mumkin. Ma’lum bo‘lishicha, qizlar yigitlardan ko‘ra ko‘proq oilada demokratik tarzda qaror qabul qilishga moyil bo‘lsalar, yigitlar aksincha, qaror qabul qilishni faqat o‘z zimmalaridagi vazifa deb hisoblashar ekanlar.

O‘zaro emosional - hissiy munosabatlar haqidagi o‘y fikrlarda ham biz ana shunday jinsiy differensiatsiyani kuzatishimiz mumkin. Qizlar bo‘lajak turmush o‘rtoqlari bilan bo‘ladigan psixologik aloqalarni va o‘zaro ishonch munosabatlarni farzand tarbiyasidan ko‘ra ortiqroq qadrlasalar, yigitlar uchun oilada dam olish va farzand tarbiyalashga yo‘nalganlik ustivor ekanligi ma’lum bo‘ladi. O‘z-o‘zidan ma’lumki, loyihalashtirilgan «ideal» holdagi nikohda yigit va qizlar turlicha yo‘nalishga ega bo‘ladilar. Bunda yigit va qizlar «sevgi»ni oilaviy baxtning birinchi sharti sifatida qabul qilsalar-da, yigitlar er-xotin o‘rtasidagi hissiy-emosional munosabatlarga ko‘proq ayol kishi javobgar deb hisoblaydilar, qizlar esa erlar tomonidan hissiy emosional qo‘llab quvvatlanishlarini ustivor qilib qo‘yadilar. Ushbu holatlar qiz va yigitlarni oilaviy nizolarning sabablarini tahlil qilishga mo‘ljallangan topshiriqlarni bajarishlarida namoyon bo‘ladi.

Oilaviy hayot haqidagi bilim va tasavvurlar qay darajada mukammal bo‘lsa yoshlarda mustahkam oila qurish imkoniyati shu qadar yuqori bo‘ladi. Shuning uchun yoshlarimizni mustaqil, yetuk bir shaxs sifatida qabul qilib, ularda oilaviy hayotning past-balandlari haqida to‘g‘ri tasavvurlarni shakllantirish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2-е. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999. – С. 208.
2. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. Darslik. -T: Fan va texnologiya. 2007. -152 b.
3. О.А.Караванова. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. Москва. «Гайдарики» 2005 г. –310 с.
4. Сатир В. М. Как строит себя и свою семью. М.: Педагогика - ПРЕСС. 1992. -191 с.
5. Abdullayeva D.U. Imaginations of mother about woman social roles as a factor of attitudes towards children // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences.–Birmingham, 2019. № 12. –P. 24-27.

GLOBALLASHUV SHAROITIDA SHAXS MARGINALIZMINING OILAVIY VA MILLIY QADRIYATLARGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Jabborov Xazrat Xusenovich

Aniq va ijtimoiy fanlari va Toshkent davlat sharqshunoslik universitetlari professori, psixologiya fanlari doktori (DSc)
Respublika "Ma'rifat" targ'ibotchilar jamiyati a'zosi
xxjabborov@mail.ru Tel: 99.899.797.68.10

Annotatsiya. Ushbu maqolada marginalizmning shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasiga va milliy qadriyatlarning shakllanishiga ko'rsatayotgan salbiy ta'siri ijtimoiy-psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilinadi. Marginal shaxsning madaniyatlararo ziddiyat, identifikatsiya inqirozi va qadriyatlar parokandaligi kabi belgilar orqali milliy o'zlikdan uzoqlashuvi ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, global axborot muhitining ta'siri, madaniy begonalashuv, oilaviy tarbiyaning zaiflashuvi kabi omillarning marginalizatsiyani kuchaytirishi ko'rsatib o'tiladi. Maqola yakunida milliy qadriyatlarni mustahkamlash, yoshlar identifikatsiyasini qo'llab-quvvatlash va psixologik profilaktika orqali marginalizmni kamaytirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

***Kalit so'zlar**: marginalizm, identifikatsiya inqirozi, milliy qadriyatlar, ijtimoiy begonalashuv, globallashuv, madaniy identitet, psixologik omillar.*

Аннотация. В данной статье рассматривается негативное влияние маргинализма на социальную идентификацию личности и формирование национальных ценностей с социально-психологической точки зрения. Раскрываются особенности маргинальной личности, проявляющиеся через культурные противоречия, кризис идентичности и фрагментарность ценностной системы, что приводит к отчуждению от национальной культуры. Показано, что глобальное информационное пространство, культурная дезориентация и ослабление семейного воспитания усиливают процессы маргинализации. В заключение представлены рекомендации по укреплению национальных ценностей, поддержке идентификации молодежи и снижению маргинализма посредством психологической профилактики.

***Ключевые слова**: маргинализм, кризис идентичности, национальные ценности, социальное отчуждение, глобализация, культурная идентичность, психологические факторы.*

Globallashuv, axborot oqimlarining cheksizligi va madaniy migratsiya jarayonlari shaxsning ijtimoiy mavqeiga, dunyoqarashiga hamda qadriyatlariga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Ana shu o'zgarishlar ichida marginalizm – ikki yoki undan ortiq madaniyat, ijtimoiy tizim yoki qadriyatlar o'rtasida qolib ketgan shaxsning psixologik holati – zamonaviy ijtimoiy muammolardan biridir. Marginalizatsiya milliy qadriyatlarning shakllanishi va uzluksiz takrorlanish jarayoniga sezilarli darajada salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Marginalizm tushunchasining mohiyati. Marginal shaxs – ikki xil madaniyat yoki ijtimoiy muhit o‘rtasida o‘zini identifikatsiya qila olmaydigan, barqaror qadriyat tizimiga ega bo‘lmagan, ichki ziddiyatlarni boshdan kechiradigan individdir[1].

Marginalizm quyidagi psixologik belgilar bilan xarakterlanadi:

- Qadriyatlar o‘rtasida ikkilanma holat
- Identifikatsiya inqirozi (men kimman?)
- Barqaror dunyoqarashning shakllanmasligi
- Oilaviy va milliy qadriyatlardan uzoqlashish
- Ijtimoiy yotlashuv (begonalashuv)

Bu holat ayniqsa yoshlar orasida tez tarqalmoqda.

Masalaga daxldor tadqiqotlar marginalizmning milliy qadriyatlarga salbiy ta’sirini ko’rsatdi. Jumladan,

1) Qadriyatlar tizimining parokandalashuvi. Marginal shaxs milliy qadriyatlarni o‘zining asosiy identiteti sifatida qabul qilolmaydi. Natijada:

- qadimiy urf-odatlar mazmuni yo‘qoladi,
- ajdodiy merosga befarqlik paydo bo‘ladi,
- “zamonaviylik” ni noto‘g‘ri talqin qilish kuchayadi.

2) Ijtimoiy begonalashuv. Bunday shaxslar o‘z jamiyati bilan hissiy aloqani yo‘qotadi. Milliy qadriyatlarga nisbatan:

- loqaydlik,
- tanqidiy-agressiv pozitsiya,
- qabul qilmaslik kabi holatlar yuzaga keladi.

3) Madaniy uzviylikning buzilishi. Qadriyatlar avloddan-avlodga uzatilmay qoladi. Marginal yoshlar:

- oilaviy an’analarni davom ettirishni istamaydilar,
- diniy, axloqiy qadriyatlarga nisbatta sovuqqon bo‘ladilar.

4) Normativ-axloqiy me’yorlarning susayishi. Marginalizm shaxsning ichki axloqiy tayanchlarini zaiflashtiradi. Bu esa:

- me’yorbuzarlik,
- ijtimoiy jalb etuvchan guruhlarga qo‘shilish,
- mas’uliyatsizlik va individualizmning keskin kuchayishiga olib keladi.

5) Jamiyatdagi ijtimoiy integratsiya jarayonining murakkablashuvi. Marginal guruhlar ijtimoiy muvozanatni buzadi, jamiyatda:

- kelishmovchilik,
- sotsial izolyatsiya,
- madaniy bo‘linishlar paydo bo‘ladi.

3. Marginalizmning shakllanishiga ta’sir qiluvchi omillar.

Ijtimoiy omillar: Oilaning tarbiyaviy funksiyasining zaiflashuvi. Migratsiya jarayonlari. Global axborot maydonining beqiyos ta’siri. Noteng iqtisodiy sharoitlar. Mahalliy an’analarning ahamiyati pasayishi[2]

Psixologik omillar: Identifikatsiya inqirozi. Kamtarinlik, o‘ziga ishonchsizlik. Ijtimoiy qo‘rquv va moslashuv muammolari. Qadriyatlar ziddiyati tufayli paydo bo‘lgan ichki konflikt

Madaniy omillar: Axborotlashgan madaniyatning tezkor ta’siri. Milliy kino, adabiyot, san’atning iste’moli kamayishi. Chet madaniyatlariga haddan tashqari qiziqish. Masalaga daxldor adabiyotlar tahlili marginalizmni kamaytirish va milliy qadriyatlarni mustahkamlash yo‘llari bo’yicha quyidagixha yechimlarni beradi.

1) Oila instituti faoliyatini kuchaytirish. Milliy tarbiya an’analarini qayta tiklash. Oilaviy muloqot va emotsional qo‘llab-quvvatlashni oshirish

2) Yoshlar orasida identifikatsiyani mustahkamlash. “Men kimman?”, “Qaysi xalqning farzandiman?” savollariga ijobiy javob bermashga ko‘maklashuvchi dasturlar. Tarix va madaniyat bo‘yicha chuqur ta’lim

3) Milliy madaniyatni targ‘ib qilish. Milliy kino, adabiyot, san’at loyihalari. Mahalliy kontentni rivojlantirish.

4) Psixologik profilaktika. Marginal holatdagi yoshlar bilan psixologik suhbat, treninglar. Qadriyatlar muvozanatini tiklovchi psixokorreksion metodlar

5) Ijtimoiy integratsiyani kuchaytirish. Yoshlarni jamoaviy faoliyatga jalb qilish. Volontyorlik va madaniy loyihalarda qatnashish

Xulosa qilib aytganda, marginalizm fenomeni zamonaviy jamiyatning ijtimoiy-psixologik muammolaridan biri bo‘lib, uning ta’siri ayniqsa yoshlar ongida, qadriyatlar tizimida va ijtimoiy identifikatsiya jarayonida chuqur namoyon bo‘lmoqda. Globallashuv, migratsiya, internet va ommaviy madaniyatning kuchli oqimi shaxsni turli madaniy modellar o‘rtasida qolib ketishiga olib keladi. Natijada shaxsning o‘zini muayyan madaniyat vakili sifatida anglash jarayoni murakkablashadi, barqaror qadriyatlar tizimi shakllanmaydi va ichki ziddiyatlar kuchayadi. Bu holat milliy o‘zlikning zaiflashuvi va jamiyatdagi ijtimoiy bog‘liqlikning susayishiga sabab bo‘ladi[3].

Marginal shaxsning qadriyatlar parokandaligi, o‘z guruhidan begonalashuvi, normativ me’yorlarni rad etishi hamda "ikkilangan identitet" holatida yashashi milliy qadriyatlarga nisbatan e’tiborsizlikni kuchaytiradi. Shaxs madaniy ildizidan uzoqlashgan sari uning axloqiy barqarorligi, ijtimoiy mas’uliyati, o‘zligini anglash darajasi pasayadi. Bu esa nafaqat individual psixologik holatga, balki jamiyatning madaniy uzviyligiga, ruhiy sog‘ligiga va ma’naviy barqarorligiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Marginalizmning kuchayishiga olib kelayotgan omillar – oilaviy tarbiyadagi uzilishlar, milliy ta’lim mazmunining yetarlicha samarali bo‘lmasligi, chet madaniyatlarining nazoratsiz kirib kelishi, internetdagi begona qadriyatlarning yoshlar ongini egallab olishi, iqtisodiy va ijtimoiy tengsizliklar – jamiyatda yangi madaniy bo‘shliqlarni yuzaga keltirmoqda. Bu bo‘shliqlar esa milliy g‘oyaning shakllanishini, sotsial integratsiyani va ma’naviy birdamlikni qiyinlashtiradi.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, marginalizmga qarshi kurashish faqat taqiqlash, tanqid qilish yoki tashqi nazorat bilan emas, balki chuqur psixologik va ma’naviy mexanizmlar orqali amalga oshirilishi lozim. Milliy qadriyatlarni mustahkamlash uchun shaxsda ichki identitetni rivojlantirish, milliy g‘ururni shakllantirish, ajdodiy merosning mazmunini yoshlar ongiga chuqur singdirish zarur. Bunda oila, ta’lim tizimi, ommaviy axborot vositalari, madaniy muassasalar va psixologik xizmatlarning hamkorlikdagi roli beqiyosdir[4].

Demak marginalizm – milliy qadriyatlar barqarorligi va ma'naviy meros davomiyligi uchun katta xavf tug'diruvchi ijtimoiy-psixologik omildir. Uning oldini olish uchun kompleks yondashuv, ya'ni psixologik, pedagogik, madaniy va ijtimoiy choralar uyg'un holda amalga oshirilishi zarur. Identiteti mustahkam, ijtimoiy mas'uliyatni his qiluvchi, milliy o'zligiga ega bo'lgan yosh avlodni tarbiyalash – jamiyatning madaniy barqarorligi va kelajagi uchun eng muhim omillardan biridir.

Adabiyotlar ro'yhati:

1. Park, R. E. Human Migration and the Marginal Man.Nashr: American Journal of Sociology. 1928. B: 881–893
2. Berry, J. W. Acculturation and Identity: Cultural Adaptation and Marginalization among Youth. Nashr: Psychology Press. 2003.: 45–62
3. Karimov, A. Milliy qadriyatlar va globallashuv sharoitida yoshlarning ijtimoiy identifikatsiyasi. Nashr: TDIU Ilmiy Axborotlari. 2019. B: 112–118
4. Jabborov Xazrat Xusenovich Marginalizm milliy qadriyatlarning shakllanishiga salbiy ta'sir qilayotgan ijtimoiy-psixologik omil sifatida. Jamiyatning dolzarb muammolarini o'rganishda fanlararo integratsiyaning istiqbollari xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari 2025-yil, 15-noyabr B.224-227

ZAMONAVIY PSIXOLOGIK AMALIYOTDA PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH INSON QOBILIYATLARINI OPTIMALLASHTIRISH VOSITASI SIFATIDA

Abdumadjidova Dildora Raxmatullayevna
O'zbekiston milliy universiteti
«Psixologiya» kafedrasi v.b. dotsenti (DSc)

Psixologik qo'llab-quvvatlash – bu insonning moyilliklari, o'zini anglashi va qadriyatli yo'nalishlarini rivojlantirish jarayonida, shuningdek, mehnat bozorida insonning raqobatbardoshligini oshirish va o'z kasbiy majburiyatlarini bajarish sharoitlariga moslashishi jarayonida uning ijtimoiy-kasbiy o'zini o'zi aniqlashiga yordam berishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik usullar va vositalar majmuidir.

Zamonaviy amaliy psixologiyaning yangi talablari paydo bo'lishi bilan ta'limdagi innovatsiyalar ta'lim mazmuni, maqsadlari, ta'lim jarayonining innovatsion natijalariga oid yangi mohiyatli xususiyatlarning yuzaga kelishini taqozo etadi. Bunday mohiyatli xususiyatlar muammolarni hal qilishning o'ziga xos usullari: yangi innovatsion metodlar, texnologiyalar, vositalardir. Ta'lim jarayoni sharoitida innovatsiyalarning bu guruhi ma'lum talablarga javob berishi kerak, jumladan ularning eng muhimi: ta'lim faoliyatining tabiatiga va bu faoliyat subyekti bo'lgan inson tabiatiga mos kelishidir.

Psixologik qo'llab-quvvatlash insonning qobiliyatlarini safarbar qilish va uning psixologik holatlarini optimallashtirish vositasida amalga oshiriladi, buning natijasida har bir hayotiy bosqichda alohida shaxsning ham, turli jamoalar, kichik

guruhlar, norasmiy va rasmiy birlashmalarning ham kasbiy, mehnat va ijtimoiy faoliyatiga to‘sqinlik qiluvchi dolzarb psixologik qiyinchiliklar to‘liq hal etiladi yoki ularning ta’siri kamaytiriladi.

Psixologik qo‘llab-quvvatlashning asosiy yo‘nalishlari sifatida quyidagilar ajratib ko‘rsatish mumkin:

1. Psixologik profilaktika – bu yakka shaxsning, shuningdek jamoalar va kichik guruhlarning to‘liq psixik rivojlanishiga erishishda yordam berish, shu bilan birga turli shakldagi noxushliklar va ijtimoiy-psixologik ziddiyatlar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin bo‘lgan o‘zaro va shaxs ichidagi muammolarning paydo bo‘lishini oldini olish, bunda inson, kichik guruhlar va jamoalarning o‘zlarining ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlarini hisobga olgan holda o‘zlarini anglashlariga erishish uchun ijtimoiy-psixologik sharoitlarni optimallashtirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish kiradi.
2. Psixologik maslahat berish – bu shaxsga uning o‘ziga bo‘lgan munosib bahosini rivojlantirish, o‘z-o‘zini anglashga ko‘maklashish, shuningdek real hayot sharoitlariga moslashish sohasida psixologik qo‘llab-quvvatlash ko‘rsatish, qadriyat-motivatsion komponentni mustahkamlashga ko‘maklashish, shuningdek inqirozli vaziyatlarni yengishda yordam berish, buning natijasida uzluksiz shaxsiy o‘sish va o‘z-o‘zini rivojlantirish imkoni tug‘iladigan emotsional barqarorlikka erishish, bunga rahbar xodimlarga xodimlarni samarali boshqarish sohasida maslahat berish, shuningdek oilaviy muammolarni hal qilish kiradi.
3. Psixologik korreksiya – bu psixik va shaxsiy rivojlanishdagi nuqsonlarni bartaraf etishga qaratilgan faol psixologo-pedagogik ta’sir jarayoni, shu bilan birga shaxs va uning o‘zaro munosabatlarini muvofiqlashtirish.

So‘nggi o‘n yillikda ta’limdagi innovatsion jarayonlar psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini ham sezilarli darajada qamrab oldi. Jumladan uning barcha tizimli ko‘rsatkichlariga: maqsadlariga, mazmuniga va amalga oshirish usullariga, samaradorlikni baholashga, shaxs xususiyatlariga, ta’lim darajalariga, ko‘lamiga ta’sir ko‘rsatdi.

Zamonaviy psixologik amaliyot jarayonida innovatsion vazifalarni hal etishga qaratilgan psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash texnologiyalari uchun quyidagi umumiy jihatlar keltirib o‘tish lozim:

1) kasbiy an’ana manbasiga munosabat: psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash tyexnologiyasining ma’naviy asosi sifatida u yoki bu ilmiy psixologik maktablarning nazariyalari, shaxsiy rivojlanish vazifalariga mos keladigan psixoterapevtik amaliyotlar xizmat qiladi.

2) integratsiya asoslari bo‘yicha: integratsiya asosida pedagogik loyihalashning maqsadli komponentlari katta ahamiyatga, ular yuqori darajadagi vazifalarni ifodalaydi va rivojlanish vositalari kategoriyalarida shakllantirilgan, masalan: yoshga oid asosiy vazifalar, ularni hal qilish shaxsiy rivojlanishning muvaffaqiyatini belgilaydi; ta’lim ehtiyojlari, sinf, guruh so‘rovnomalari; shaxs va hamjamiyatning yo‘nalishini belgilovchi shaxsiy konstruktlar ya’ni, motivlar, qadriyatlar, ustanovkalar; faoliyat usullari, turlari, ular ta’lim muassasasi tomonidan sharoitlar yaratishni, hamrohlik subektlari tomonidan ma’lum bir turdagi,

ko‘rinishdagi va darajadagi faollikni namoyon etishni talab qiladi; madaniyatda yoki professional ongda umumlashtirishning darajalariga ega bo‘lgan fanlararo kategoriyalar; shaxsiy fazilatlar, ko‘nikmalar, kompetensiyalarni rivojlantirishni talab qiluvchi ziddiyatlar, professional yoki o‘qishdagi qiyinchiliklar kiradi.

Mahalliy pedagogik muhit sharoitida amalga oshirish tamoyillari. Bunday texnologiyalarni amalga oshirish jarayoni uning ishtirokchilari tomonidan muayyan kommunikativ strategiya sifatida ko‘rib chiqiladi. U ishga tushirilgan paytda o‘zaro ta’sir etuvchi tomonlar maqsad haqidagi tasavvurlarni kelishib olgan bo‘ladilar, va unga erishish usullari dolzarb va xavfsiz deb qabul qilinadi. Kommunikatsiya psixologiyasi va psixolingvistikada bunday strategiya turi kommunikativ dastur sifatida belgilanadi.

O‘zini o‘zi boshqarish usullarini amalga oshirish tamoyillari. Adaptiv boshqaruv va o‘qitish tizimlarini rivojlantirish konsepsiyalari nuqtai nazaridan, bu texnologiyalar noaniqlik sharoitida asosiy tuzilmani qayta quruvchi, tartibga soluvchi, turli kichik tizimlarning maqsadga muvofiq xatti-harakatini shakllantiruvchi avtonom tartibga soluvchi dasturni ifodalaydi.

Zamonaviy bozor iqtisodiyoti sharoitida yoshlarning kasbga yo‘naltirilishini mehnatga va kasbga tayyorlash bilan uyg‘unlashtirish, o‘sib borayotgan avlodda zarur darajadagi mehnat motivatsiyasini rivojlantirish, shuningdek, kelajakdagi mehnat faoliyatining mohiyatini, bandlik shakllari va xususiyatlarini ongli ravishda rejalashtirish tendensiyalari bilan birgalikda, bularning asosida har bir shaxsning imkoniyatlari, individual xususiyatlari va moyilliklari yotadi.

Buni kasbiy rivojlanishning dolzarb talablariga tatbiq etganda, barcha ta’lim muassasalari, pedagogik jamoalar va psixologik xizmatlar, tegishli ta’limni boshqarish organlari va ma’lum bir sog‘liqni saqlash tashkilotlari, ularning boshqaruv organlari bilan birgalikda olib boriladigan ishlar yuqori samaradorlik darajasiga ega bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Baratov Sh. Ta’limda psixologik xizmat asoslari. Buxoro: Buxoro davlat universiteti, 1999. – 86 b.
2. N.Ismoilova, D.Abdullayeva. Ijtimoiy psixologiya. Toshkent. 2015.-168 b.
3. Z.T.Nishanova, Sh.T.Alimbayeva, M.V.Sulaymanov. Psixologik xizmat. Darslik. Toshkent. 2017. - 198 b.

RAQAMLI JAMIYATDA POZITIV FIKRLASH VA PEDAGOGLAR FAOLIYATIGA TA'SIR ETISH OMILLARINING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Sattarova Shaxnozaxon Qo‘chqarovna

Nizomiy nomidagi O’zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o’quv-ilmiy Markaz bosh ilmiy hodimi psixologiya fanlari doktori (DSc) dotsent. Email : academics.uzb@gmail.com

Annotasiya: Maqolada pozitiv psixologiya va ijobiy kayfiyatni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik muammolari ko‘rib chiqiladi. Bu muammolar zamon talablariga xos bo‘lib, insonning samarali ta’lim olishdagi emotsional ehtiyojlariga asoslanadi. Talabalarda pozitiv tafakkurning xususiyatlari sifatida kundalik hayot, kelajakka ijobiy munosabat, insonlarning kayfiyati, mustaqillik, baxt tushunchasi, o‘zini anglash, “Men” konsepsiyasi, talabalarning ijobiy ruhiy holati hamda ta’limda pedagogik samaradorlik va pesdagogik ta’lim sifatini oshirishning asosiy mezoni sifatida yoritiladi.

Bundan tashqari, pozitiv fikrlashga ta’sir etuvchi ma’naviy shart-sharoitlar va omillar ham tahlil qilinadi. Psixologik muammolar o‘zidan qoniqmaslik, ruhiy zo‘riqishlar, o‘zini tasdiqlash usullarini qo‘llay olmaslik, tashqi bosim, tushkunlik, negativizm, shaxslararo munosabatlarga kirisha olmaslik hamda jamoada o‘z o‘rnidan qoniqmaslik kabi omillarga alohida urg‘u berilgan holda tahlil etiladi.

Kalit so‘zlar: *talabalar, pozitiv kayfiyat, adaptasiya, ijobiy psixologiya, qulay sharoit, ta'limda trening samaradorligi, baxtli bo‘lish, qadriyatlar,”Men”konsepsiyasi, o‘zaro moslik, psixologik muammolar, negativizm, zo‘riqish, afirmasiya, qoniqmaslik, pessimist.*

Аннотация: В статье рассматриваются социально-психологические проблемы соотношения позитивной психологии и развития позитивного настроения в студенческий период, которые специфичны требованиям времени и основаны на потребностях эмоционального характера человека в получении эффективного образования. Характеристика позитивного мышления у студентов: повседневная жизнь, позитивное отношение к будущему, настроение людей, самостоятельность, понятие счастья, самосознание, Я-концепция, позитивный настрой студентов, эффективность подготовки в образовании как основной критерий повышения качества образования. Кроме того, осмысливаются духовные условия факторы влияния на позитивное мышление. Психологические проблемы анализируются с акцентом на такие факторы, как неудовлетворенность собой, психические стрессы, неумение применять самоутверждения, внешнее давление, угрюмость, негативизм, неумение вступать в межличностные отношения и неудовлетворенность своим положением в коллективе.

Ключевые слова: *студенты, позитивное настроение, адаптация, позитивная психология, благоприятные условия, эффективность тренингов в*

образовании, быть счастливым, ценности, концепция "Я", совместимость и психологические вопросы.

Annotation: The article talks about socio-psychological problems of the relations of positive psychology and development of positive mood in the student period, which are specific to requirements of time and based on needs of emotional character of person to get an effective education. Characteristics of positive thinking in students: daily life, positive attitude towards the future, people's moods, independence, concept of happiness, self-awareness, self-concept, positive mood of the students`, effectiveness of training in education as the main criterion for the raising quality of education. In addition, there is reflection on spiritual conditions of factors for affecting positive thinking. Psychological problems is analyzed focusing on factors such as lack of self-satisfaction, mental stress, inability to apply self-affirmations, external pressure, moodiness, negativism, inability to engage in interpersonal relationships and dissatisfaction with someone's position in the team.

Keywords: *students, positive mood, adaptation, positive psychology, favorable conditions, effectiveness of training in education, being happy, values, "I" concept, compatibility and psychological issues.*

Kirish. Har bir yosh davri sifat jihatidan o‘ziga xos psixik rivojlanish bosqichiga kiradi, bu turli o‘zgarishlarning kombinasiyasi, shaxsning o‘ziga xosligi, xususan, pozitiv tafakkurning rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Amaliyot shuni ko‘rsatadiki, bu hodisa har bir yosh bosqichida o‘ziga xos rivojlanish xususiyatiga ega. Masalan, ko‘pchilik tadqiqotchilarning fikriga ko‘ra, pozitiv tafakkur va umuman shaxsning barkamol rivojlanishiga sezilarli ta'sir ota-onaning farzand tarbiyalashdagi pozitiv fikrlashi yuqori darajaga ega. Bu o‘zaro ta'sir tajribasiga asoslanib, inson, eng avvalo, o‘ziga nisbatan ijobiy (o‘z-o‘ziga ishonch, o‘z qadr-qimmati, o‘ziga va boshqalarga ishonch) yoki salbiy (ishonchsizlik, qo‘rquv, foydasizlik hissi) munosabatni shakllantiradi va rivojlantiradi. Ulg‘ayib borish davomida yuqorida ta'kidlangan jarayonga bola muloqotda bo‘ladigan, o‘zaro ta'sirga kirishadigan jamiyat ham qo‘shiladi. Muloqot, o‘zaro ta'sir doirasi kengayib borgani sari bu jarayon murakkablashadi, yangilari paydo bo‘ladi va ularning o‘zaro ta'siri dastlabki shakllanmalar prizmasi orqali amalga oshadi. Shu tariqa, pozitiv tafakkur birinchi ijtimoiy institut sifatida aynan oilada yuzaga keladi, uning bazaviy shakllanishida esa atrofdagi odamlar, avvalo, ota-onalari katta rol o‘ynaydi.

Keyinchalik ulg‘ayishi mobaynida umumta'lim maktabining boshlang‘ich ta'limi bosqichida o‘quv faoliyati asosiy o‘ringa chiqadi, u doim o‘yin faoliyatini o‘zgartiradi, biroq uni istisno qilmaydi. Yangi tuzilmalar inson psixik rivojlanishining intellektual, shaxsiy va ijtimoiy doiralarida paydo bo‘ladi. Ushbu yosh bosqichida, inson o‘z qobiliyatlari va imkoniyatlariga bo‘lgan bilimlari va ishonchining quvonchini his qilishi muhimdir. Ushbu yoshda ta'lim muassasasining asosiy vazifalaridan biri nafaqat bilim faoliyati, kommunikativ ko‘nikmalarni, balki ijtimoiy o‘zaro munosabatlarda muvaffaqiyatga erishish uchun o‘z imkoniyatlarini ishonchli baholash va ijtimoiy jihatdan quvnoq tashabbus ko‘rsatish qobiliyatlarini rivojlantirishdir. Shu bilan birga, o‘quvchining vakolatiga ega bo‘lgan ota-onalar, ommaviy axborot vositalari va kattalar ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish,

muvaffaqiyatga erishishga turtki beradi. Inson o‘z fikrlari, baholari va e'tiqodlarini oilada, ijtimoiy guruhda, ta'lim muassasasida aloqalar orqali oladi[1,306;2,256;3,576]. Shunday qilib, ushbu aloqalardan hosil bo‘lgan ustanovkalar o‘z tajribalari va atrofdagi jamiyat bilan o‘zaro ta'sirining natijasidir.

Asosiy qism. O‘rta ta'lim maktabida so‘nggi yillardagi ta'lim (o‘rta va yuqori sinflar) o‘quvchining ijtimoiy faolligi doirasining sezilarli kengayishi, shu bilan birga, bu davr o‘z Menining individuallashishi, ochilishi va tasdiqlanishi bilan xarakterlanadi. Bu yoshdagi etakchi faoliyat, odatda, o‘zaro hurmat, ishonch, empatiyaga asoslangan samimiy va shaxsiy muloqotdir. Ko‘pgina hollarda, tengdoshlar guruhi o‘smirni ijtimoiylashtirish jarayonida etakchi rol o‘ynaydi va uning qarama-qarshi jinsdagi vakillari bilan munosabatlar, ijtimoiy, kasbiy hayotda amalga oshiriladigan kattalar munosabatlarining prototipini yaratadi. Guruhga mansublik o‘sib kelayotgan shaxsning tegishli ehtiyojlarini qondirish imkonini beradi. Ayniqsa, do‘stlari bilan umumiy qiziqish va sevimli mashg‘ulotlarini bo‘lishish imkoniyati katta ahamiyat kasb etadi. Keyinchalik, kayfiyat ularning his-tuyg‘ulari, fikrlari, g‘oyalari haqida tushunchaga ega bo‘lish imkonini beradigan va turli to‘siqlarni bartaraf etishda tengdoshlariga yordam beradigan bunday aloqani izlashga o‘tadi. Bu yoshda o‘z-o‘zini hurmat qilish, insonning o‘z qadr-qimmatini tan olish, emosional daxldorlik hissi, guruh bilan birlashish o‘sib borayotgan ehtiyoj motivlari hisoblanadi. Shu bilan birga, o‘smirlar guruhining odatiy xususiyatlaridan biri yuqori muvofiqlikdir. O‘smirlar kattalardan mustaqil bo‘lishni juda istaydi, lekin o‘z guruhi va uning liderlari mulohazalariga tanqidiy munosabatda bo‘lmaydi. Bu deviant xulq-atvor rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Bu yosh davrida Men-obrazi, axloqiy o‘zini anglash, refleksivlik, norasmiy, samimiy muloqotga bo‘lgan ehtiyoj va kattalik hissi asosiy yangi tuzilmalar orasida o‘zi haqidagi ichki muvofiq tasavvurlar tizimi sifatida Men-konsepsiyasining shakllanishi ajaratiladi.

V.F. Kaloshinning fikriga ko‘ra, talaba yoshida motivasiyaning tashqi tomondan ichki tomonga o‘tishi xarakterlidir. Motivlarning shakllanish jarayonini anglash o‘z harakatlari sabablari va boshqa odamlarning harakatlarini yanada chuqurroq tahlil qilishga yordam beradi. Xatti-harakatlarni baholash oqibatlarni baholashdan shaxsni harakatga keltiruvchi sabablarni baholashga o‘tadi. Ichki motivasiya talabaga o‘z ehtiyojlari va intilishlarini ongli ravishda boshqarish, ichki dunyosini anglash, hayotiy rejalar va istiqbollarni shakllantirish imkonini beradi. Asosan talaba hozirgi holatga kelajak nuqtai nazaridan qaraydi. Vaqtinchalik istiqbolning kengayishi yuz beradi. Kelajak hozirgi va istiqbolli rivojlanish holatini kesib o‘tishning asosiy markaziga aylanadi. Insonning asosiy yo‘nalishi (ayni paytda shaxsiy sohaning yangi tuzilmasi) o‘zgaradi, bu kelajakka yo‘naltirilgan, keyingi hayot yo‘lini aniqlash, faol tanlov sifatida belgilanishi mumkin. Kelajakka umidni shakllantirish insonning ijtimoiy muhitiga ta'sir qiladi. Umid qilish qobiliyati tug‘ma xususiyat emas, balki shaxsiy rivojlanish jarayonida erishiladi. Inson hayotda ishonch va umidni kuchaytiradigan, kelajak konsepsiyasiga kuchli ta'sir ko‘rsatishi mumkin bo‘lgan ijtimoiy muhitda tug‘iladi. Vaqtinchalik istiqbol kengayib, o‘tmish va kelajakni qamrab oladi, shaxsiy va ijtimoiy nuqtai nazarni o‘z ichiga oladi. Bu pozitiv tafakkurni rivojlantirish va hayotning turli sohalarida pozitiv shaxsni kutish qobiliyatiga hissa qo‘shadigan kombinasiyadir [5,111-120].

Natijalar va muxokama.Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pul bizni baxtli qilmaydi. Agar biz qodir bo‘lsak shoxona yashash, so‘ngi modadagi uy buyumlarini olishimiz, so‘ngi rusumdagi avtoulovdan foydalanishimiz va dabdabali hayotdan qoniqishimiz bundan oshmaydi; aslida, ma'lum bir darajadan yuqori daromad qancha ko‘p bo‘lsa, shunchalik baxt kam bo‘ladi, agarsiz bor narsangizga minnatdor bo‘lib, sog‘ va omon bo‘lsangiz, boriga shukrona keltira olsangiz, yaqinlaringiz mehrini seza olsangiz va ular doimo yonigizda ekanligidan mamnunligingizni xis qilib tursangiz va xatto aniq bir muxtojlik uchun pul xayriya qilsangiz, bu sizga xaqiqatdan ham baxt, omad va xotirjamlik keltirishi mumkin!

I.Atvater, V.F.Kaloshin, D.A.Leontev va boshqalar fikriga ko‘ra, talaba yoshining o‘ziga xos xususiyati kelajak uchun rejalarni shakllantirish, ijobiy kutilmalarni boshdan kechirishdir. Ushbu yosh davrining boshida kelajak tasavvuri yuqori darajadagi da'vo va o‘zini taniqli shaxs sifatida ko‘rish zarurati bilan tavsiflanadi, bu maksimalizmning anglanmagan optimizmi sifatida namoyon bo‘lishi, deb aytish mumkin. Biroq qisqa vaqt ichida talabalarning natijaga yo‘naltirilganligi, odatda, maqsadga erishish uchun mazmunli jarayonga o‘zgaradi, shuning uchun orzu va ideallar asta-sekin konstruktiv harakat rejasida aniq shakllar va yo‘nalishlarni egallaydi. Hayotiy rejalar shaxsning erta o‘spirinlik bosqichida fikr-mulohazalari predmeti nafaqat natija, balki unga erishish yo‘llari, shuningdek, shaxs tanlashga tayyor bo‘lgan ob'ektiv va sub'ektiv zaxiralar bo‘lgandagina paydo bo‘ladi. Hayot rejasini amalga oshirish yo‘li ham optimistik, ham pessimistik bo‘lishi mumkin. Noan'anaviy odatlar muvaffaqiyatga erishish, o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarishga imkon bermaydi. Salbiy tajriba insonda o‘rnashib qoladi va unda ijtimoiy munosabatlar, motivasion sohani shakllantiradi, bu pessimizmni: atrof-olam, boshqalar va o‘ziga bo‘lgan ishonchsizlikni oldindan belgilab beradi [6,511;7,252;8,36-58].

T.A. Gordeevning nuqtai nazariga ko‘ra oliy ta'lim muassasasida o‘qish davrida o‘z-o‘zini anglashning yangi darajasi chegaralarida, odatda, muvofiq o‘z-o‘zini tasdiqlash rivoji yuz beradi. Baholash mezonlari o‘zgaradi, boshqalarning baholash mezonlariga qaraganda tashqidan ichkiga o‘tadi va sifatli yangi shakllarga ega bo‘ladi. Alohida baholardan umumiyga o‘tish ro‘y beradi, ta'lim oluvchilarda o‘z-o‘zini hurmat qilish va o‘z kuchiga ishonch sezilarli darajada oshadi. O‘z-o‘ziga bergan bahosi yanada barqaror, yuqori, adekvat va nisbatan munozarasiz bo‘la boshlaydi.[9,42-50].

T.L. Kryukovaning nuqtai nazariga ko‘ra hozirgi talabalar kelajakka optimizmsiz qarashadi, oldigi o‘n yillikka qaraganda pessimizm nisbatan ko‘p tarqalgan. Biroq, tadqiqotchining fikricha, o‘spirin yigit va qizlar o‘z shaxsiga nisbatan ko‘proq optimistdirlar. Yoshlar yomonlik faqat ular bilan sodir bo‘lmasligiga ishonadilar. Bunday tasavvur mazkur yosh davri uchun muhim xususiyat sanaladi: o‘z kelajagiga optimistik yondashadi, qolgan barchasiga esa pessimistik nuqtai nazardan munosabatda bo‘ladi. Boshqacha aytganda, o‘spirinlik maksimalizmi aynan o‘z shaxsiga nisbatan optimizmda amalga oshadi. Yoshlarda nisbatan barqaror dunyoqarash ustanovkalari, insonlar orasida o‘z o‘rni, o‘z kasbiy faoliyati, hayot tarzini ko‘rish, yolg‘izlikka bo‘lgan ehtiyoj, o‘z ichki olamini atrofdagilar va yaqin kishilar bosimidan chegaralashga intilish kuchayadi, o‘z

individualligini saqlab qolish uchun refleksiya orqali shaxsiyat hissini mustahkamlaydi. Yosh inqirozi davrida yoshlarning kasb-hunar va shaxsiy sohalarda o‘z-o‘zini anglashga bo‘lgan ehtiyoji ortadi. Bu affektiv kechinmalarni yuzaga keltiradi, ular esa shaxsning yangi etuklik darajasi va o‘ziga hamda boshqalarga nisbatan optimistik munosabatga erishishi uchun harakatlantiruvchi kuch hisoblanadi. Ijtimoiylashuvning rag‘batlantiruvchi turi samarador hisoblanadi. Agar ota-onalar faqat ma'qullash bilan cheklanishsa, bu infantillik (yaxshi etilmaganlik) rivoji uchun sharoit yaratib beradi. Zarar etkazuvchi ogohlantirishlarni bartaraf etish usulini izlash bilan ijtimoiylashuvning rag‘batlantiruvchi turi ishonch, yashovchanlik, hayotiylikni oshiradi. Bunday o‘sib borayotgan shaxs boshqalardan optimizmi va o‘ziga nisbatan pozitiv munosabati bilan farq qiladi [10,236-242].

E.A.Perova talabalik yoshida optimistik (pozitiv) fikrlarning hayot faoliyatiga ta'siri muhimligini ta'kidlaydi. Shu bilan birga, muallifning fikriga ko‘ra, anglanmagan fikrlar haqiqatdan yiroq, shuning uchun ular destruktivdir. Mavjud bo‘lmagan narsalarni tasavvur qilish e'tiqodlarga aylanishi mumkin va insonning harakatlari noreal fikrlarga muvofiq yo‘naltiriladi. Real va tasavvur o‘rtasidagi qarama-qarshilik o‘zi va boshqalar bilan shaxslararo ziddiyatni yuzaga keltiradi. Insonning ijtimoiy aloqalarida va ichki uyg‘un dunyoni o‘rnatishiga to‘sqinlik qiluvchi nokonstruktiv fikrlarni aniqlash muhimdir. Shu bilan birga, salbiy fantaziyalar destruktiv xarakterga ega, chunki ularni kutish holatida odam muhim qarorlar qabul qiladi. Natijada, oqibatlar halokatli va ularni tuzatish mumkin emas. Olim, oliy o‘quv yurtida o‘qish davrida pozitiv tafakkurni maqsadli rivojlantirishning qulay va samarali usuli sifatida psixologik treningni taklif qiladi (syujetli o‘yinlar, munozaralar, refleksiya asosidagi mashqlar va b.), uning yordamida inson o‘z fikrlari, his-tuyg‘ulari va harakatlarini nazorat qilishni o‘rganishi mumkin [11,51-57].

A.A. Mizernaya oliy ta'lim muassasalarida treningni qo‘llashning shaxsiy tajribasiga tayanib, trening guruhlarida talabalar o‘zi, o‘z psixologik xususiyatlari, kechinmalarini tushunish, shuningdek, ijtimoiy muhitning talabalar tomonidan anglanishining to‘liqligi va aniqligi oshishini ta'kidlaydi. Trening mashg‘ulotlari davomida refleksiya qobiliyati, boshqalar bilan o‘zaro munosabatda o‘z xulqi xususiyatlarini aks ettirish va qayd etish ko‘nikmalari, emosional kayfiyat, fikrlarning yo‘nalganligi shakllanadi va rivojlanadi, bu xulq-atvorda shaxsning o‘zini o‘zi boshqarishi tasdig‘i sanalib, ishlab chiqiladigan trening dasturida Men-obrazi va unga munosabat bilan bog‘lanadi. Bunday o‘z-o‘zini boshqarish bo‘lajak mutaxassis uchun o‘z-o‘zini yanada takomillashtirish va rivojlantirishning zarur shartidir. Bu jarayon, shuningdek, jamiyatning ajralmas qismi sifatida boshqalar, o‘zi haqida bilim g‘amxo‘rlik va bir vaqtning o‘zida noyob qiymati, trening guruhi asosiy tamoyillarini to‘g‘ri va izchil amalga oshirish orqali ta'minlanadi, hayotdan quvonch hissini rivojlantirish imkonini beradi [12,54-57].

Xulosa. Shunday qilib, yuqoridagilarga asoslanib, talabalik yoshi boshqa hayot davrlari qatorida oliy o‘quv yurtida o‘qish davomida shaxs muayyan bilim, ko‘nikma va malakalar bilan boyitilgan faol psixologik rivojlanishning tegishli bosqichiga kiradi, tanlangan kasbda ijtimoiy tajriba oladi, o‘ziga xos shaxsiy identifikasiyaga ega bo‘ladi, xususan, bo‘lajak mutaxassisning pozitiv tafakkur

dinamikasini belgilaydi, deb xulosa qilish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Talabalik yoshi intensiv rivojlanish, to‘laqonli mustaqil kasbiy hayotga tayyorlanish davri sifatida shaxsiy motiv va ehtiyojlarni anglash, o‘z shaxsiyatining barcha tomonlarini qabul qilish, o‘zini hayot faoliyatining barcha jabhalarida qo‘llab-quvvatlashni talab etadi va pozitiv tafakkurning tarkibiy komponentlari rivojlanishi uchun sensitiv davr hisoblanadi. Sensitiv davr talaba shaxsining yosh xususiyatlari hamda o‘rganilayotgan hodisaning komponent tarkibini samarali rivojlantirish, to‘g‘rilashga imkon beruvchi ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlarning mavjudligi bilan ta'minlanadi. Ushbu jarayon uchun yosh xususiyatlari va ta'lim muhiti sharoitlarini hisobga olib, ko‘plab yondashuvlar orasida aksariyat olimlar psixologik ma'rifatparvarlik va kompetentlikni oshirish hamda pozitiv tafakkurni rivojlantirishga yo‘naltirilgan ijtimoiy-psixologik treningni ajaratadi. Trening davomida maqsadga yo‘naltirilgan guruh ishi ma'rifatchilik bilan birlikda dialogik vaziyatni yaratadi, o‘z-o‘zini bilish, o‘z-o‘zini rivojlantirishning faol shakllarini qo‘llab-quvvatlash va tashabbus tufayli ta'lim oluvchilarning ijtimoiy-psixologik salohiyatini amalga oshirish yuz beradi va aniqlash, kengaytirish, muayyan hayotiy vaziyatda muammolarni hal qilish texnikasi majmuini amalga oshirish orqali talabalarning shaxsiy salohiyati kuchaytiriladi.

Foydalangan adabiyotlar:

1. Batyuta M.B. Vozrastnaya psixologiya: Uchebnoe posobie.-M.:Logos, 2013. -306 b.
2. Dubrovina I.V.Vozrastnaya i pedagogicheskaya psixologiya. Xrestomatiya. -M.:Academia, 2018.-256 b.
3. Shapovalenko I.V.Psixologiya razvitiya i vozrastnaya psixologiya: Uchebnik i praktikum dlya akademicheskogo bakalavriata. - Lyubersi: Yurayt, 2016 -576 b.
4. Zamishlyaeva M.S. Optimizm i pessimizm v sovladeyushem povedenii v yunosheskom vozraste.//Vospitanie v kontekste mejdissiplinarnogo podxoda.-2005.-№ 5.-b.183-190.
5. Kaloshin V.F. Pozitivnoe mishlenie, kak vajniy faktor obespecheniya jiznetvorchestva lichnosti studenta.//Pedagogika i psixologiya visshego obrazovaniya.-2007.-№6.-b.111-120.
6. Atvater I. Psixologiya dlya jizni: Uporyadochenie obraza misley. Razvitie i povedenie cheloveka nashix dney: Uchebnoe posobie dlya studentov visshix uchebnix zavedeniy.-M.:YuNITI-DANA, 2003.–511b.
7. Kaloshin V.F. Osnovi pozitivnogo mishleniya v obrazovatelnoy deyatelnosti. Uchebnoe posobie.-M.:2005.-252 b.
8. Leontev D.A. Pozitivnaya psixologiya–povestka dnya novogo stoletiya //Psixologiya. Jurnal Visshey shkoli ekonomiki.-2012.-T. 9, № 4.-b. 36-58.
9. Gordeeva T.A.Optimisticheskoe mishlenie studenta kak sostavlyayushaya lichnostnogo potensiala.//Psixologicheskaya diagnostika.–2006.-№2.-b.42-50.
10. Kryukova T.L. Optimizm i pessimizm v sovladeyushem povedenii ob'ekta uchebnoy deyatelnosti.//Psixologicheskoe issledovanie: teoriya, metodologiya, praktika: Sbornik materialov II Sibirskogo psixologicheskogo foruma.- Tomsk: Tomskiy gosudarstvenniy universitet, 2007.-b.236-242

11. Perova E.A.Optimizm kak odna iz sostavlyayushix sub'ektivnogo blagopoluchiya studenta.//Voprosi psixologii.-2006.- № 4.-b.51-57.
12. Mizernaya A.A. Korreksionno-treningovaya programma samosovershenstvovaniya dlya studentov vuzov. // Prakticheskaya psixologiya i sosialnaya rabota. -2004.- № 5.-b.54-57.
13. Gorbushina O.P. Psixologicheskiy trening. Sekreti provedeniya.-SPb. :Piter, 2007.-176 b.
14. Levsha V. Korreksiya postupkov podrostkov v treninge.-K.:Shk. mir, 2007.-112b.
15. Romek V.G. Trening uverennosti v mejlichnostnix otnosheniyax.-SPb.:Rech, 2008-175b.

KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti professori,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Annotatsiya. Mazkur maqolada kiberxavfsizlik va psixologik xizmatning zamonaviy jamiyatdagi o‘rni, ularning o‘zaro bog‘liqligi hamda innovatsion yondashuvlar asosida rivojlanish yo‘nalishlari tahlil qilinadi. Raqamli muhitda inson psixologiyasi, axborot xavfsizligi va psixologik himoya mexanizmlarining ahamiyati yoritiladi.

Kalit so‘zlar: *kiberxavfsizlik, psixologik xizmat, raqamli muhit, kiberbulling, psixologik himoya, innovatsion texnologiyalar.*

Global tarmoq natijasida yuzaga kelgan eng katta muammo, bu albatta, qaramlik, tobelik kasalligidir. Yoshlarning ko‘p vaqtini inernetda o‘tkazishlari global muammoga aylanib ulgurgan. Umuman, internetga qaramlikning eng og‘ir jihati real olamni, insoniylik burchi va vazifalarini unutishdir. Inson haqiqiy hayotda yashashi, halol mehnat qilishi, ilm olishi, zimmasidagi vazifalarini sidqidildan bajarishi, elu-yurtiga fidoyilik bilan xizmat qilishi, atrofdagilarga foyda keltirishi zarur. Mamlakatimiz Prezidenti Shavkat Mirziyoyev 10-mart kuni 2026–2030-yillarga mo‘ljallangan “Kiberxavfsizlik strategiyasini belgilash to‘g‘risida”gi farmonni imzoladi.

Hujjatda bir necha asosiy yo‘nalishlar belgilab berilgan:

- muhim axborot va davlat raqamli infratuzilmasini himoya qilish;
- kiberxavflarni tizimli kamaytirish hamda fuqarolar, xususiy sektor va davlatning raqamli xavfsizlik darajasini oshirish;
- kiberjinoyatchilikka qarshi kurashish;
-sohada raqamli innovatsiyalar, sun’iy intellekt texnologiyalarini rivojlantirish.

Kiberxavfsizlik sohasida texnologik mustaqillikka erishish vazifasi alohida qayd etilgan. Kiberxavfsizlik – bu axborot tizimlari, tarmoqlar va ma'lumotlarni ruxsatsiz kirish, hujum va buzilishlardan himoya qilish tizimidir. Kiberpsixologiya (yoki internet psixologiyasi) — bu psixologiyaning internet tarmog'i, kompyuter texnologiyalari va raqamli muhitda odamlar tomonidan ijtimoiy-psixologik jarayonlarning namoyon bo'lishini o'rganadigan tarmog'idir. Ushbu fan inson va texnika (kompyuter, smartfon, ijtimoiy tarmoqlar) o'rtasidagi o'zaro ta'sirni tahlil qiladi. Nima uchun kiberpsixologiya muhim? Hozirgi raqamli asrda insonlar vaqtining katta qismini virtual olamda o'tkazadi. Kiberpsixologiya: Internetdagi xavfsizlik va axborot-psixologik xavfsizlikni ta'minlashga yordam beradi. Kiberbulling kabi salbiy holatlarning oldini olish va profilaktika qilish usullarini ishlab chiqadi.Virtual muloqotning inson ruhiyatiga ijobiy va salbiy ta'sirini tahlil qiladi. Qisqacha aytganda, kiberpsixologiya - "raqamli dunyoda inson ruhiyati qanday ishlaydi?" degan savolga javob izlaydigan sohadir. Zamonaviy kiberxavfsizlik nafaqat texnik, balki inson omiliga ham bog'liq.

Kiberpsixologiyaning asosiy o'rganish ob'ektlari:

Onlayn xulq-atvor: Odamlarning ijtimoiy tarmoqlar, o'yinlar va forumlardagi xatti-harakatlari va muloqot uslublari.

Virtual ijtimoiylashuv: Shaxsning internet muhitida shakllanishi, virtual muloqotning real hayotga ta'siri.

Internetga qaramlik: Kompyuter o'yinlari, ijtimoiy tarmoqlar yoki umuman internetga haddan tashqari bog'lanib qolish psixologiyasi.

Kiberbulling (internetda bezorilik): Raqamli texnologiyalar orqali shaxsni ta'qib qilish, haqoratlash, tuhmat qilish va bu xatti-harakatlarning psixologik oqibatlari.

Virtual identifikatsiya: Ijtimoiy tarmoqlarda soxta yoki o'zgartirilgan profillar orqali o'zini ko'rsatish.

Kiberxavfsizlik va psixologik xizmatning zamonaviy yondashuvlari raqamli asrda inson omilini himoya qilish va kiber-tahdidlarga qarshi turishda texnologiya hamda psixologiyani birlashtirishga qaratilgan. Kiberxavfsizlik va psixologiya integratsiyasi natijasida yangi yo'nalish paydo bo'ldi — kiberpsixologiya. Bu borada quyidagi asosiy zamonaviy yondashuvlar mavjud:

1. Kiberxavfsizlikda zamonaviy yondashuvlar

- Sun'iy intellekt va texnologik o'rganish: Kiberhujumlarni real vaqt rejimida aniqlash va oldini olish uchun AI texnologiyalaridan foydalaniladi.
- "Inson omili"ga e'tibor: Zamonaviy kiber-himoya tizimi faqat texnik vositalar bilan cheklanmaydi, balki ijtimoiy muhandislik hujumlariga qarshi insonlarning raqamli savodxonligini oshirishga yo'naltirilgan.
- Yaxlit xavfsizlik boshqaruvi: Kiberxavfsizlikni ta'minlashda tizimli va kompleks yondashuv qo'llaniladi, bu xavfsizlik madaniyatini shakllantirishni o'z ichiga oladi.
- Kritik fikrlashni rivojlantirish: Kiberxavfsizlik madaniyatini yuksaltirishda shaxsning emotsional intellekti va kritik fikrlash darajasini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi.

2. Psixologik xizmatning zamonaviy yondashuvlari

- Individual yondashuv: Psixologik xizmatlarni tashkil etishda har bir shaxsning individual psixologik farqlari va xususiyatlari inobatga olinadi.
- Axborot xavfsizligining psixologik jihatlari: Axborot makonida xavfsizlikni ta'minlashda insonning psixologik barqarorligini oshirish, kiber tahdidlar keltirib chiqaradigan stress va qo'rquv bilan ishlashga e'tibor qaratiladi.
- Harbiy va maxsus xizmatlarda psixologik yordam: Oliy harbiy ta'lim muassasalari va harbiy qismlarda psixologik xizmatni tashkil etishning zamonaviy usullari joriy etilmoqda.
- Psixologik tadqiqotlar tahlili: Axborot xavfsizligi masalalari bo'yicha ilmiy-psixologik tadqiqotlarni amalga oshirish va natijalarini amaliyotga tatbiq etish.

3. Kiberxavfsizlik va Psixologiya Integratsiyasi

- Kiber-psixologiya: Kiberxavfsizlikdagi muammolarni bartaraf etishda psixologik bilimlar va usullardan foydalanish.
- Raqamli gigiena: Shaxslarda kiber-tahdidlarga nisbatan hushyorlikni oshirish va xavfsiz raqamli xulq-atvorni shakllantirish.

Bu yondashuvlar raqamli dunyoda xavfsizlikni ta'minlashda texnik va insoniy omillarning uyg'unligini ta'minlashga xizmat qiladi.Internetning ijobiy jihatlari salmoqli. Internet keng imkoniyatlar eshigini ochdi. Onlayn konferensiyalar o‘tkazish, onlayn malaka oshirish, yaqinlar va tanish-bilishlar bilan tez, arzon video yoki audiomuloqot qilish. Uydan ko‘chaga chiqmay turib global tarmoq orqali dunyo kutubxonalari bo‘ylab sayr qilib, kurrai zaminning narigi chekkasida joylashgan oliy ta’lim muassasasining masofaviy (virtual) talabasi bo‘lish, hatto elektron xizmatlarni (matnlarni tarjima qilish, video va audiomahsulotlarni tayyorlab berish, kitob va risolalarni sahifalash va hokazo) shartnoma orqali bajarish, pul ishlab topish mumkin.

Mana shu jihatlari bilan internet keyingi paytlarda jozibadorlikda televideniye, radio va boshqa axborot vositalarini ortda qoldirmoqda. Lekin internet ko‘plab foydali jihatlari bilan birga salbiy oqibatlarini ham namoyon qilmoqda. Aholida ayniqsa yoshlarda axborot iste’moli madaniyatining sustligi, turli xabarlar oqimidan kerakligini ajratib olishda bilim, malaka va ko‘nikmaning etishmasligi ba’zilarning g‘arazli kimsa va oqimlar ta’siriga tushib qolishlariga, internet qaramligi kasalligiga yo‘liqishlariga sabab bo‘lmoqda. Xitoy Xalq Repspublikasida internetga qaramlik kasallik sifatida e’tirof etilib, uni davolovchi maxsus shifoxonalar tashkil etilgani so‘zimizning isbotidir.

Internetda ko‘p vaqtini o‘tkazadigan insonning ruhiyatida mavhumlik va o‘z qobig‘iga o‘ralib olish holati kuzatiladi. Bu esa uni kelajakda “uchinchi kuchlar” tomonidan manqurtlashishi, zombilashtirilishi uchun zamiin yaratadi. Bugungi kunda buzg‘unchi guruhlar yoshlar ongiga ta’sir qilishda asosan internetdan foydalanayotganlari bejiz emas.

Internetning yana bir salbiy jihati-kishilardagi xudbinlik, manmanlik, zamonaviy tilda ifoda etganda, egosentrizm illatining kuchayishiga sabab bo‘lishidir.

Bugungi dunyo yoshlari-son jihatidan butun insoniyat tarixidagi eng yirik avloddir, chunki ular 2 milliard kishini tashkil etmoqda. Bugun internet madaniyati, virtual madaniyat, axborot madaniyati, ma’lumotlardan to‘g‘ri foydalanish madaniyati kabi tushunchalar hayotimizdan o‘rin egalladi. Yoshlarda internet olamida o‘z o‘rnini to‘g‘ri belgilash va foydalanuvchilar bilan to‘g‘ri muomala qilish, virtual olamdagi axborotlarni to‘g‘ri tahlil qilish malakasini shakllantirish davr talabidir.

Hozirgi davrda Internet tarmog‘iga ulangan kompyuter, mobil telefonlari deyarli ko‘plab xonadonlarda mavjud. Bundan tashqari, yoshlar internet kafelarda ham tarmoqdan foydalana oladilar. Bugungi kunda axborot texnologiyalari jadal taraqqiy etishi va ijtimoiyiqtisodiy hayotning barcha jabhalariga joriy etilishi sababli barcha uchun kompyuter savodxonligi dolzarb masalalardan biridir.

Yoshlar ijtimoiy tarmoqlar kengayib borayotgan davrda o‘sib ulg‘aymoqda. Bu quvonarli hol albatta. Biroq, har narsaning me’yori bo‘lmog‘i zarur. Yoshlar virtual olamning haqiqiy olam emasligini bilib borishlari shart. Ba’zan bolalar kattalar tomonidan nazoratsiz va ularning ruxsatisiz tarmoqq tashrif buyurish imkoniga ega bo‘lib qoladilar. Bolalar va o‘smirlar Internet tarmog‘ida sayr qilarkan, ularga umuman kirish mumkin bo‘lmagan saytlarga duch kelishlari mumkin.

Tabiiyki, bunday axborotlar qiziquvchan yoshlarni o‘ziga ko‘proq jalb etadi. Biror harakatni amalga oshirishda bolalarga qanchalik ruxsat etilmasa, ularda shunchalik yuqori darajada qiziqish uyg‘onishi barchaga ma’lum. Yoshlar tarmoqdagi nosog‘lom turmush tarzidan axborot beruvchi ayrim manbalarga duch kelsalar, yanada qiziqib, mazkur axborotlarga alohida e’tibor qaratishlari ehtimoldan xoli emas. Albatta, Internet tarmog‘i manbalari zamonamiz o‘smirlari bilim doirasini, dunyoqarashini kengaytirishi bilan ayrim jihatlariga ko‘ra ularning tarbiyasiga nafaqat salbiy, balki xavfli ta’sir ko‘rsatishi ham mumkinligini unutmasligimiz zarur.

Yaqindagina ota-onalar yoshlarning kompyuter o‘yinlariga berilib, ularga bog‘lanib qolishlari xavfidan cho‘chib, oldini olishga harakat qilgan bo‘lsalar, hozirgi vaqtda esa bu xavfga yana ijtimoiy tarmoqlar xavfi ham qo‘shildi.

Axborot xurujlariga qarshi kurashda kurashning tizimli bo`lishligi, uning zarur huquqiy bazasi shakllantirilganligi o`ta muhim. Shu bois axborot xavfsizligini ta`minlashga qaratilgan alohida qonun hujjati qabul qilish masalasi ko`rib chiqilishi kerak.

Bu imkoniyatlar yoshlarga yaratiladigan shart-sharoitlar amalda o‘z natijalarini namoyon qiladi. Bugun barkamol avlodni ma’naviy kamol toptirish, mustaqil fikrlaydigan, o‘zini qat’iy hayotiy e’tiqod va qarashlariga ega bo‘lgan yoshlarni tarbiyalash, ularni huquqiy va siyosiy madaniyatini yanada yuksaltirishda ko‘p sonli jonkuyar va fidoiy yoshlarimizning o‘rni beqiyos.

Yuqoridagi fikr-mulohazalardan kelib chiqqan holda, yoshlar ma'naviyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan axborot xurujlarini bartaraf etishga qaratilgan quyidagi taklif va tavsiyalar beriladi:

Birinchidan, avvalo, global muammolar va axborot xurujlarini ng yoshlar ma'naviyatiga ta'sirini o'rganishda, milliy qadriyatlar hamda xulq-atvor me'yorlarini, umumiy qoidalarini zamon talablariga mos holda ishlab chiqishga jiddiy e'tibor qaratishimiz zarur.

Ikkinchidan, globallashuv bilan bog'liq xavflar va tahdidlarning nafaqat iqtisodiy, balki ijtimoiy, ma'naviy-mafkuraviy tomonlariga bo'lgan e'tiborni yanada kuchaytirish maqsadga muvofiqdir.

Uchinchidan, mamlakatimiz hududiga kirib kelayotgan, axborot xurujlaridan har doim ogoh bo'lib, yoshlar ongi va ichki dunyosida kuchli mafkuraviy immunitetni shakllantirish lozim.

To'rtinchidan, yoshlarni axborot xurujlari, hozirgi kunning global muammolaridan biri bo'lib kelayotgan, "Ommaviy madaniyat" ta'siridan himoya qilishda ijtimoiy-gumanitar fanlarning ahamiyatini oshirish, zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida yoshlarda milliy qadriyatlarga bo'lgan yangicha munosabatni qaror toptirish kerak.

Beshinchidan, yoshlar ongiga salbiy ta'sir etadigan, milliy urf-odatlarimizni, ma'naviy qadriyatlarimizni buzuvchi harakatlarga qarshi kurash mexanizmini ishlab chiqish hamda uni ijtimoiy hayotga tadbiq etish orqali yoshlar ma'naviyatini yanada yuksaltirish zarur.

Oltinchidan, yoshlarning axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, internet tarmoqlaridan unumli foydalanish tizimini, zamon talablariga mos holda ishlab chiqish hamda kerakli ma'lumotlarni olishlariga ko'maklashish, dunyoviy ilmlarni egallashlari uchun zarur shart-sharoitlar yaratib berish kerak.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 10.03.2026 yildagi PF-38-son "Kiberxavfsizlik strategiyasini belgilash va kiber jinoyatchilikning oldini olish tizimini takomillashtirish to'g'risida" Farmoni.

2. Азарова Р. И. Современный досуг молодежи // Внешкольное образование. – М., 2003. – 128 с.

3. Акопов А. Лечение игровой зависимости. Психотерапевтический метод контрастной стимуляции. – СПб.: Речь, 2004. – 203 с.

4. Астапов В. М. Тревожные расстройства в детском и подростковом возрасте: теория и практика: монография / В. М. Астапов, Е. Е. Малкова. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2011. – 367 с.

5. Егоров А.Ю. Интернет-зависимость: психологический анализ. – Санкт-Петербург, 2007. – 180 с.

6. Эльконин Б. Д. Психология развития: учебник для вузов. – 2-е изд., испр. – М.: Академия, 2005. – 143 с.

7. Raximova K, A.Abdullaeva. Tarbiyasi qiyin o'smirlar psixologiyasi. O`quv qo'llanma. Farg'ona, 2007.

8. Xudoyqulova G.B. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. Darslik. – Toshkent: Firdavs-shoh nashriyoti", 2025.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING YOSHLAR KASBIY MOTIVATSIYASIGA TA'SIRI VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Xaydarov Ismoil Olloqulovich

O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti dotsenti

Annotatsiya. Tezkor raqamlashtirish sharoitida raqamli texnologiyalar yoshlarning ta'lim, ijtimoiy va kasbiy rivojlanishining ajralmas qismiga aylandi. Ushbu tadqiqotning maqsadi bugungi yoshlarda kasbiy motivatsiyani shakllantirishda raqamli texnologiyalarning ijtimoiy-psixologik rolini tahlil qilishdir. Ushbu maqolada raqamli muhit ichki va tashqi kasbiy motivatsiyalarga, martaba o'zini o'zi belgilashga va kasbiy identifikatsiyani rivojlantirishga qanday ta'sir qilishi ko'rib chiqiladi. Integrativ ijtimoiy-psixologik yondashuvga asoslanib, ushbu maqola kasbiy motivatsiya bo'yicha nazariy nuqtai nazarlarni tizimlashtiradi va motivatsion jarayonlarni shakllantiruvchi asosiy raqamli mexanizmlarni aniqlaydi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar kasbiy ma'lumotlarga kirishni kengaytiradigan, o'zini o'zi aks ettirishni qo'llab-quvvatlaydigan va martaba rivojlanishini osonlashtiradigan vositachi omil bo'lib xizmat qiladi, shu bilan birga tashqi va beqaror motivatsiya xavfini oshiradi. Ushbu tadqiqot zamonaviy ta'lim tizimlarida psixologik asoslangan raqamli martaba yo'nalishi strategiyalariga ehtiyojni ta'kidlaydi.

Kalit so'zlar: *kasbiy motivatsiya, yoshlar, raqamli texnologiyalar, ijtimoiy-psixologik determinantlar, kasbiy o'zini o'zi belgilash, kasbiy identifikatsiya*

Zamonaviy ijtimoiy va iqtisodiy sharoitda yoshlar kasbiy faoliyatida motivatsiyani shakllantirish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Raqamli texnologiyalar, jumladan masofaviy ta'lim platformalari, interaktiv dasturlar va mobil ilova vositalari, yoshlarning kasbiy bilim va ko'nikmalarini rivojlantirishda samarali stimul sifatida xizmat qiladi. Bu texnologiyalar orqali talabalar o'z bilimlarini mustaqil ravishda kengaytirishi, muammolarni hal qilish ko'nikmalarini takomillashtirishi va kasbiy faoliyatga bo'lgan qiziqishini oshirishi mumkin.

*Raqamli texnologiyalarning yoshlar kasbiy motivlariga empirik va statistik ta'siri haqida gapirganimizda, z*amonaviy jamiyatda raqamli texnologiyalar va internet muhitining kengayishi yoshlar kasbiy motivlarining shakllanishiga ta'sir etuvchi muhim ijtimoiy-psixologik omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn ta'lim platformalari va raqamli axborot manbalari orqali tarqalayotgan kasbiy mazmundagi kontent yoshlarning kasb haqidagi tasavvurlari, qiziqishlari va qaror qabul qilish jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Ushbu ta'sirni ilmiy jihatdan asoslash maqsadida tadqiqot doirasida empirik ma'lumotlar to'planib, SPSS dasturi yordamida kompleks statistik tahlillar o'tkazildi.

Empirik tadqiqot natijalari (N=312) raqamli axborot muhiti bilan yoshlarning kasbiy qiziqishlari o‘rtasida ijobiy va statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatdi. Korrelyatsion tahlil natijalariga ko‘ra, internetdan foydalanish intensivligi (X1) bilan kasbiy qiziqish darajasi (Y1) o‘rtasida o‘rtacha kuchli bog‘liqlik aniqlandi ($r = 0.52$, $p < 0.01$). Bu holat raqamli muhit kasblar haqidagi axborotga keng kirish imkonini yaratib, kasbiy qiziqishlarni faollashtirishini tasdiqlaydi.

Shuningdek, axborot manbasiga bo‘lgan ishonch darajasi (X2) bilan kasbiy qaror barqarorligi (Y2) o‘rtasida kuchli bog‘liqlik kuzatildi ($r = 0.71$, $p < 0.001$). Ushbu natija yoshlar uchun axborotning sifat va ishonchliligi kasbiy qaror qabul qilish jarayonida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi. Regressiya tahlili natijalari ham mazkur bog‘liqlikni qo‘llab-quvvatlab, axborot manbasiga ishonch kasbiy qaror barqarorligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini aniqladi ($\beta = 0.48$, $p < 0.001$).

Tadqiqotda raqamli muhit ta’sirining psixologik mexanizmlar orqali amalga oshishini aniqlash maqsadida X–M–Y mediator modeli qo‘llanildi. Ushbu model doirasida raqamli axborot muhiti omillari (X) kasbiy identifikatsiya, o‘z-o‘zini samarali baholash va motivatsion yo‘nalish kabi psixologik omillar (M) orqali kasbiy qiziqish (Y1), qaror barqarorligi (Y2) va professional motivatsiya (Y3)ga ta’sir ko‘rsatishi tahlil qilindi. Mediator tahlil natijalari psixologik omillarning raqamli muhit bilan kasbiy motivlar o‘rtasida vositachi rolini bajarishini tasdiqladi ($\beta = 0.32–0.46$, $p < 0.01$).

Ijtimoiy tarmoqlardagi kasbiy obrazlar ta’siri alohida tahlil qilinganda, ularning qisqa muddatli motivatsiyaga ta’siri mavjudligi aniqlandi ($r = 0.40$, $p < 0.01$). Biroq regressiya natijalari ushbu ta’sirning uzoq muddatli kasbiy qaror barqarorligiga nisbatan cheklangan ekanligini ko‘rsatdi. Bu holat raqamli muhitda tarqalayotgan ideallashtirilgan kasb obrazlari yoshlarda tashqi motivatsiyani kuchaytirishi, ammo ichki kasbiy motivlarni har doim ham barqaror shakllantirmasligini ilmiy jihatdan tasdiqlaydi.

Tadqiqot doirasida raqamli texnologiyalar ta’sirining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari X–M–Y mediator modeli asosida tahlil qilindi. Unda raqamli axborot muhiti omillari (X) psixologik mexanizmlar, xususan kasbiy identifikatsiya, o‘z-o‘zini samarali baholash va motivatsion yo‘nalish (M) orqali kasbiy qiziqish, qaror barqarorligi va professional motivatsiya natijalariga (Y) ta’sir ko‘rsatishi nazarda tutildi. Empirik tahlillar natijalari raqamli muhit omillari bilan kasbiy motivlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik mavjudligini tasdiqlab, psixologik omillarning ushbu jarayondavositachi rolini bajarishini ko‘rsatdi.

H1–H6 gipotezalarini X–M–Y natijalari bilan jadval

Gipoteza	Mustaqil o‘zgaruvchi (X)	Mediator (M)	Bog‘liq o‘zgaruvchi (Y)	SPSS natijasi	Ilmiy izoh
H1	X1–X5: Axborot muhiti omillari	M1–M4: Psixologik omillar	Y1–Y4: Kasbiy natijalar	r=0.52–0.71; β=0.48; p<0.001	Axborot muhiti omillari kasbiy qiziqish va qarorga statistik

					ahamiяtli ta’sir ko‘rsatadi.
H2	X1: Internet vaqti	M1, M2	Y1: Kasbiy qiziqish	r=0.52; β=0.35; p<0.01	Internetdan ko‘proq foydalanish kasbiy qiziqishni oshiradi, psixologik omillar ta’sirini mustahkamlaydi.
H3	X2: Manbaga ishonch	M2	Y2: Qaror barqarorligi	r=0.71; β=0.48; p<0.001	Axborot manbasiga ishonch юqori bo‘lsa, kasbiy qaror barqarorligi ham oshadi.
H4	X5: Kasb obrazi	M1	Y3: Qisqa muddatli motivatsiya	r=0.40; β=0.30; p<0.01	Ijtimoiy tarmoqlardagi ideallashtirilgan kasb obrazi motivatsiyani oshiradi, ammo uzoq muddatda barqarorlikga ta’sirini cheklaydi.
H5	X1–X5	M1, M2	Y1–Y4	β=0.32–0.46; p<0.01	Psixologik omillar mediator vazifasini bajaradi, X ta’siri M orqali Y ga yetkaziladi.
H6	X3: Tarmoq turi	M3	Y1: Kasbiy qiziqish	r=0.38; β=0.28; p<0.05	Turli tarmoqlar kasbiy qiziqish mazmuniga farqli ta’sir qiladi, mazmun va format muhim.

β = 0.48, p < 0.001 ko‘rsatkichi ko‘p omilli chiziqli regressiya tahlili natijasidir. Ushbu ko‘rsatkich axborot manbasiga ishonch darajasi kasbiy qaror barqarorligiga statistik jihatdan o‘ta ahamiyatli va kuchli ta’sir ko‘rsatishini anglatadi.

Empirik ma'lumotlar raqamli texnologiyalar yoshlarning professional motivatsiyasini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omil sifatida harakat qilishini tasdiqlaydi. Raqamli muhit avtonomiya, mulohaza va kompetensiyani rivojlantirishni qo'llab-quvvatlaganda ichki motivatsiyani kuchaytiradi. Biroq, ijtimoiy media tomonidan yaratilgan kontent tashqi motivatsion yo'nalishlarni kuchaytiradi, ko'pincha moddiy muvaffaqiyat va ijtimoiy e'tirofga urg'u beradi.

Bu natijalar zamonaviy motivatsiya nazariyalariga mos keladi, ular professional motivatsiyaning barqarorligi ichki motivlarning ustunligiga bog'liqligini ko'rsatadi. Topilmalar, shuningdek, taklif qilingan kontseptual modelni qo'llab-quvvatlaydi, raqamli texnologiyalarning ijtimoiy muhit va individual psixologik xususiyatlar o'rtasidagi vositachilik rolini ta'kidlaydi.

Raqamli texnologiyalar va ijtimoiy-psixologik omillarning uyg‘unligi Qizig‘i shundaki, raqamli texnologiyalar va ijtimoiy-psixologik omillar bir-biri bilan uyg‘unlashganda motivatsiyani shakllantirish jarayoni yanada samarali bo‘ladi. Masalan, interaktiv ta’lim platformalari orqali talabalarning mustaqil ishlash qobiliyatlari va ijtimoiy o‘zaro munosabatlari qo‘llab-quvvatlanishi mumkin. Shu

bilan birga, pedagogik qo‘llab-quvvatlash va rahbarlik tizimlari orqali yoshlar kasbiy maqsadlariga erishish uchun zarur motivatsiya va strategiyalar bilan ta’minlanadi.

Umuman olganda, empirik va statistik tahlillar raqamli texnologiyalarning yoshlar kasbiy motivlariga ta’siri tizimli va ko‘p omilli xarakterga ega ekanligini ko‘rsatdi. Raqamli axborot muhiti kasbiy qiziqishlarni oshirish, qaror qabul qilish jarayonini faollashtirish bilan bir qatorda, psixologik vositachilar orqali ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, raqamli texnologiyalarni kasbiy yo‘naltirish jarayonlariga integratsiya qilishda psixologik mexanizmlarni hisobga olish ilmiy va amaliy jihatdan muhim hisoblanadi.

Amaliyot va tavsiyalar Zamonaviy tahlillar yoshlarda kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda raqamli texnologiyalarning potensialini ko‘rsatmoqda. Ular na faqat bilimlarni tizimli ravishda o‘zlashtirish, balki qiyinchiliklar bilan samarali kurashish va ijtimoiy muhitda samarali integratsiyalash imkonini ham beradi. Shu sababli, yoshlarda kasbiy motivatsiyani shakllantirishda raqamli texnologiyalar va ijtimoiy-psixologik omillarning uyg‘unligi strategik ahamiyatga ega. Бу қуйдагиларда кўринади:

1. **Raqamli texnologiyalar va ularning kasbiy motivatsiyaga ta’siri**
   - Masofaviy ta’lim platformalari va interaktiv ilova texnologiyalari
   - Mobil va veb-qo‘llanmalar orqali o‘quv jarayonini stimullashtirish
   - Virtual muammolar va simulyatsiyalar yoshlarda motivatsiyani oshirish
2. **Raqamli texnologiyalar va ijtimoiy-psixologik omillarning uyg‘unligi**
   - Texnologik vositalar bilan psixologik stimullarni birlashtirish
   - Motivatsiyani samarali rivojlantirish uchun integrativ yondashuv
3. **Amaliyot va tavsiyalar**
   - Yoshlar kasbiy motivatsiyasini oshirishda zamonaviy texnologiyalarni qo‘llash usullari
   - Pedagogik va rahbarlik amaliyoti uchun tavsiyalar

Xulosa

Empirik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar yoshlar orasida martaba motivatsiyasi tuzilishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Raqamli vositalar mustaqil martaba izlash va professional identifikatsiyani rivojlantirishga yordam bersa-da, ular tashqi motivatsiya xavfini ham oshiradi.

Tadqiqot yoshlarda ichki martaba motivatsiyasi va tanqidiy fikrlashni kuchaytirishga qaratilgan psixologik jihatdan xabardor raqamli martaba bo'yicha maslahat berishning muhimligini ta'kidlaydi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1.Деси,Э.Л., и Раян.Р.М. (2008). Теория самоопределения: макротеория человеческой мотиватсии, развития и здоровя. Канадская психология, 49(3), 182–185.ҳттпс://дои.орг/10.1037/а0012801

2. Экклс, Дж. С., и Уигфилд, А. (2002). Мотиватсионные убеждения, сенности и сели. Эжегодный обзор психологии, 53, 109–132.

ҳттпс://дои.орг/10.1146/аннурев.псйч.53.100901.135153

3. Холланд, Дж. Л. (1997). Выбор профессии: теория профессионалной личности и рабочей среды (3-э изд.). Одесса, Флорида: Псйчологисал Ассессмент Ресоурсес.

4. Климов, Э. А. (1984). Психология профессионалного самоопределения. Москва: Прогресс.

5.I.O.Xaydarov Sotsialno-psixologicheskie faktorы professionalnots podgotovki molodeji v usloviyax rыnochnoy ekanomiki // Nauchnыy jurnal internauk Moskva, 2022 . chast 2 24-25 s. ISSN:2687-0142 16.01. 2022.

6.I.O.Xaydarov Yoshlarni kasbiy motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillari xaydarov ismoil olloqulovich//: World scientific research journal // Volume-44_Issue-1 October-2025. 42-446 bet

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХА У ЖТЛ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Махмудова Д.А.

и.о. профессора кафедры психологии,
НГПУ имени Низами (Ташкент, Узбекистан)
ladyorom@mail.ru

Аннотация. На современном этапе развития независимой Республики Узбекистан особое внимание уделяется проблемам становления духовной, нравственно развитой, самостоятельной личности. Главная задача в формировании личности подростка — это формирование у него самосознания, идентичности, которую можно рассматривать в качестве основного психологического приобретения в этом возрасте. Это период, когда ребёнок задумывается над собой как над личностью, что приводит его к процессу самовоспитания. Начинается формирование характера, идёт нравственное развитие, формируется убеждение. И чаще всего убеждение не совпадает с общественным мнением, поэтому и возникают проблемы подростка в обществе. В основном многое зависит от самого подростка, школы, социальной среды. В статье рассматриваются вопросы гендерных различий тревоги и страха в подростковом возрасте.

Ключевые слова: *гендер, мышление, подросток, репрезентация, индивидуальность, социализация, адаптация, осознание, тревога, страх.*

Annotatsiya. Mustaqil O'zbekiston Respublikasi taraqqiyotining hozirgi bosqichida ma'naviyatli, axloqiy rivojlangan, mustaqil shaxsni kamol toptirish muammolariga alohida e'tibor qaratilmoqda. O'smir shaxsini shakllantirishdagi asosiy vazifa uning o'z-o'zini anglashi va o'ziga xosligini shakllantirish bo'lib, bu yoshda asosiy psixologik yutuq deb hisoblanishi mumkin. Bu davrda bolaning o'zini shaxs sifatida o'ylashi uni o'z-o'zini tarbiyalash jarayoniga olib keladi. Xarakter shakllanishi boshlanadi, axloqiy kamolot yuzaga keladi, ishonch hosil bo'ladi.

Ko‘pincha e’tiqod jamoatchilik fikri bilan mos kelmaydi, shuning uchun jamiyatda o‘smirlar uchun muammolar paydo bo‘ladi. Asosan, ko‘p narsa o‘smirning o‘ziga, maktabga va ijtimoiy muhitga bog‘liq. Maqolada o‘smirlik davridagi xavotirlik va qo‘rquvdagi gender farqlari masalalari ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: *jins, fikrlash, o‘smir, vakillik, individuallik, ijtimoiylashuv, moslashish, anglash, xavotirlik, qo‘rquv.*

Abstract. At the current stage of the development of the independent Republic of Uzbekistan, special attention is paid to the problems of developing a spiritually and morally mature, independent person. The main task in the formation of a teenager’s personality is self-awareness and the formation of identity, which can be considered the main psychological achievement at this age. During this period, the child thinks of himself as a person, which leads him to the process of self-education. Character formation begins, moral maturity occurs, and confidence is gained. Often beliefs do not match public opinion, so problems arise for teenagers in society. Basically, a lot depends on the teenager himself, the school and the social environment. The article examines the issues of gender differences in anxiety and fear during adolescence.

Key words: gender, thinking, adolescent, representation, individuality, socialization, adaptation, awareness, anxiety, fear.

Социально-психологические особенности гендерных различий в поведении и мышлении давно являются предметом специального внимания учёных и психологов. Один из аспектов, который привлекает внимание, — это проявления тревожности и страха у жертв торговли людьми (ЖТЛ) в подростковом возрасте у представителей разного пола. Исследования показывают, что у подростков могут быть различия в способе проявления эмоций, что имеет важное значение для их психического здоровья и общего благополучия. Существует множество факторов, влияющих на то, как юноши и девушки проявляют тревожность и страх.

Одним из основных факторов является общественное воспитание и стереотипы, которые накладываются на подростков. Например, мальчики могут быть научены скрывать свои эмоции и подавлять свои страхи, так как общество ожидает от них проявления мужественности и силы. Девочки, с другой стороны, могут быть побуждены к выражению своих эмоций и более свободно относиться к своим страхам.

Что такое гендер? Исследование Н. Абубакировой показывает, что «в англо-русском словаре В. Мюллера можно увидеть, что *gender* имеет два значения. Первое — грамматический род, второе — пол как шутливое обозначение. В словаре С. Ожегова категория рода имеет, кроме значения грамматического класса слов (мужской, женский, средний род) и разновидности чего-либо или направления деятельности, также и обозначение ряда поколений (а в тематике животных — объединение нескольких видов)» [1.1]. Таким образом, гендер приписывает или закрепляет за каким-либо объектом или индивидом позицию внутри класса, а следовательно, и позицию

относительно других, уже составленных классов. Итак, гендер — это социальное отношение: не биологический пол, а представление (репрезентация) каждой индивидуальности в терминах специфических социальных отношений.

Специалисты в области психологии отмечают, что у подростков разного пола могут быть различные триггеры для тревожности и страха. Например, у мальчиков часто наблюдается проявление тревожности через агрессивное поведение, рискованные действия или повышенную раздражительность. Они могут скрывать свою тревожность за маской храбрости и не проявлять свои страхи открыто. В то время как у девочек тревожность может проявляться через беспокойство, чрезмерную заботливость и низкую самооценку. Они чаще общаются и проявляют свои эмоции, нежели мальчики. Понимание этих различий важно для создания эффективных программ поддержки и адаптации, которые могут помочь подросткам разного пола успешно справляться со своими эмоциональными проблемами.

Культурные и социальные ожидания также оказывают влияние на проявление тревожности и страха у подростков. У мальчиков может возникать социальное давление не проявлять слабость и эмоции, в то время как у девочек могут быть ожидания быть более чувствительными и эмоциональными.

Важно понимать, что гендерные различия в проявлении тревожности и страха не означают, что один пол более тревожен или более боязлив, чем другой. Каждый подросток уникален и может проявлять свои эмоции по-разному. Однако, осознавая эти различия, родители, педагоги и специалисты могут лучше подходить к подросткам и помогать им справляться с тревожностью и страхами независимо от их пола.

Список использованной литературы:

1. Абубакирова Н.И. Что такое «гендер» // Общественные науки и современность. — 2006. — № 6. — С. 1.

2. Берн Ш. Гендерная психология. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. — 320 с.

3. Панова О.И. П.Ф. Лесгафт о семейном воспитании // Педагогика. — 2002. — № 10. — С. 76.

4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — Москва; Воронеж, 2000.

5. Психология личности: словарь-справочник / под ред. П.П. Горностая и Т.М. Титаренко. — К.: Рута, 2001.

DEVIANT XULQ-ATVOR ZAMONAVIY JAMIYATNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOSI SIFATIDA: SABABLAR, OMILLAR VA PROFILAKTIKA

Dilafro'z Botirova

Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti Pedagogika va Psixologiya kafedrasi dotsent v.b., psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
botirovadlafruz@gmail.com

Bugungi globallashuv va shiddatli axborot almashinuvi davrida inson omili, ayniqsa, o'sib kelayotgan yosh avlodning ruhiy-ma'naviy kamoloti har qachongidan ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy jamiyat muhiti va psixologiyasida jiddiy tashvish uyg'otayotgan masalalardan biri - bu deviant xulq-atvordir. Lotinchadagi ***deviation*** (***og'ish)*** so'zidan olingan ushbu tushuncha, keng ma'noda, jamiyatda umum tomonidan qabul qilingan huquqiy, axloqiy va ijtimoiy me'yorlarga zid bo'lgan xatti-harakatlar tizimini ifodalaydi. Ilmiy adabiyotlarda o'zining murakkab tabiati bilan ajralib turuvchi ushbu fenomen ***ijtimoiy deviatsiya*** deb ham yuritiladi. [1.1].

Bugungi kunda deviant xulq-atvor (DXA) shunchaki individual xususiyat emas, balki keng ko'lamli ijtimoiy-psixologik muammoga aylanib bormoqda. Mazkur toifaga mansub shaxslar o'z xulq-atvorini jamiyat qonun-qoidalariga qarama-qarshi ravishda namoyon etib, ijtimoiy normalarni inkor qiladilar hamda nafaqat atrofdagilarga, balki o'zlarining shaxsiy hayoti va sog'lig'iga ham jiddiy ziyon yetkazuvchi harakatlarni sodir etishadi. [1.2].

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, xulq-atvordagi og'ishlar o'ta turg'un xarakterga ega bo'lib, agar ularga erta bosqichlarda psixokorreksion ta'sir ko'rsatilmasa, yillar davomida mustahkamlanib boradi. Odatda, DXA tashxisi bolalarda 8–10 yoshlarda qo'yiladi. Biroq soha mutaxassislarining fikricha, ushbu patologiyaning ilk kurtaklari va dastlabki alomatlari 5–6 yoshdanoq ko'zga tashlana boshlaydi. Boladagi ushbu yashirin jarayonlar individning o'smirlik davriga kelib inqirozli fazaga kiradi va o'zining yaqqol, namoyishkorona ko'rinishlariga ega bo'ladi

Deviant (og'uvchi) xulq-atvor - bu shaxsning jamiyatda rasmiy belgilangan huquqiy yoki norasmiy axloqiy me'yorlarni buzuvchi barqaror xatti-harakatlari yoki qarashlaridir. Keskin **ijtimoiy-psixologik muammo** sifatida deviatsiyalar ijtimoiy aloqalarni izdan chiqaradi, insonning o'ziga ham, atrofdagilar sog'lig'iga ham zarar yetkazadi va ularning oldini olish uchun tizimli hamda kompleks profilaktikani talab qiladi. Deviant xulq-atvorning negativ va pozitiv turlari farqlanadi. [1.1].

Negativ deviant xulq-atvor - jamiyat tomonidan qabul qilingan axloqiy, huquqiy va ijtimoiy me'yorlarga zid bo'lgan, shaxsning o'ziga yoki atrofdagilarga zarar yetkazuvchi xatti-harakatlarni o'z ichiga oladi.

Pozitiv deviant xulq-atvor- esa jamiyatda umumqabul qilingan me'yorlardan ma'lum darajada chetga chiqsa-da, ijtimoiy taraqqiyotga xizmat qiluvchi, yangilik yaratishga yo'naltirilgan xatti-harakatlarni anglatadi. Bunday turdagi deviatsiya

ko‘pincha yoshlik davrida noodatiy fikrlash, innovatsion g‘oyalar ilgari surish, mavjud stereotiplardan tashqarida tafakkur yuritish orqali namoyon bo‘ladi. [1.1].

Demak, deviant xulq-atvorning ham negativ, ham pozitiv turlarini mutaxassislar tomonidan chuqur va kompleks tarzda o‘rganish muhim ahamiyat kasb etadi**.** Negativ deviatsiyaga moyil o‘smirlarning xulq-atvorini erta aniqlash, psixokorreksion ishlarni o‘z vaqtida olib borish va ularni ijtimoiy moslashuvga yo‘naltirish orqali jamiyatda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan salbiy oqibatlarning oldini olish mumkin. Shu bilan birga, pozitiv deviatsiyaga ega bo‘lgan o‘smirlarni o‘z vaqtida aniqlash, ularning individual qobiliyatlarini qo‘llab-quvvatlash va rivojlanishi uchun qulay shart-sharoitlar yaratish ham dolzarb vazifa hisoblanadi. Chunki bunday yoshlar ko‘pincha jamiyat taraqqiyotining muhim harakatlantiruvchi kuchi bo‘lib, kelajakda ilm-fan, san’at, texnologiya va boshqa sohalarda insoniyat rivojiga katta hissa qo‘shishlari mumkin. [1.3].

Xulq-atvor og‘ishlari qadimdan o‘rganib kelinsada, bu holatga ilmiy tomondan yondashuv XX asr boshiga to‘g‘ri keladi. Bu davrda deviantologiya fani shakllandi. Fransuz olimi Emil Dyurkgeym (1858-1917) deviantologiya asoschisi hisoblanadi.

Shu bois deviant xulq-atvorni faqat shaxsning individual muammosi sifatida emas, balki ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida kompleks yondashuv asosida tahlil qilish muhimdir. Deviant xulq-atvorning **namoyon bo‘lish shakllari qanchalik ko‘p bo‘lsa, uning sabablari ham shunchalik xilma-xildir**. Har bir aniq hayotiy vaziyat odatda bitta sabab natijasi emas, balki **bir nechta omillarning o‘zaro ta’siri mahsuli** hisoblanadi. O‘smirlardagi deviant xulq-atvor sabablarini quyidagicha ajratish mumkin: [1.4].

- ✓ **Irsiy omillar**
- ✓ **Ijtimoiy muhit omillari**
- ✓ **Siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy vaziyat ta’siri**
- ✓ **Jamoada maqom bilan bog‘liq muammolar**
- ✓ **Oiladagi muammolar**
- ✓ **Maktabdan tashqari bandlikning yetishmasligi Ta’lim bilan bog‘liq muammolar**
- ✓ **Axloqiy qadriyatlar tizimining shakllanmaganligi**
- ✓ **Psixologik muammolar**
- ✓ **Asotsial guruhlarga qo‘shilish**

Deviant xulq-atvor zamonaviy jamiyatning eng dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolaridan biri bo‘lib, u shaxsning jamiyatda qabul qilingan huquqiy, axloqiy va ijtimoiy me’yorlardan og‘ishi bilan tavsiflanadi. Mazkur hodisa nafaqat alohida shaxsning rivojlanishiga, balki jamiyatning ijtimoiy barqarorligi va ma’naviy salomatligiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, deviant xulq-atvorning dastlabki alomatlari bolalik davridayoq shakllanib, o‘smirlik davrida yanada yaqqol namoyon bo‘ladi. [1.5].

Deviatsiyaning yuzaga kelishida irsiy omillar, oilaviy muhit, ta’lim tizimidagi muammolar, tengdoshlar ta’siri, ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar hamda shaxsning individual psixologik xususiyatlari muhim rol o‘ynaydi. Shu sababli deviant xulq-

atvorni faqat shaxsiy muammo sifatida emas, balki ko‘plab omillar ta’sirida shakllanuvchi murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida baholash zarur.

Umuman olganda, deviant xulq-atvorning oldini olishda oila, ta’lim muassasalari, psixologlar va jamiyatning hamkorligi muhim hisoblanadi. Erta diagnostika, samarali profilaktika va psixokorreksion tadbirlarni amalga oshirish orqali salbiy deviatsiyalarning oldini olish, shuningdek, ijobiy salohiyatga ega yoshlarning qobiliyatlarini qo‘llab-quvvatlash va rivojlantirish mumkin. Bu esa sog‘lom, ijtimoiy faol va barkamol avlodni tarbiyalashning muhim omili hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO’YXATI:

1. Z.R.Ibbodullayev. Klinik psixologiya. Darslik.-Toshkent: Zamin nashr, 2025-488 bet
2. Усова Л.П. Девиантное поведение: парадигмы изучения. // Вестник ЗабГУ. 2014. № 4 (107).
3. Голубев Ю.В. Основные подходы к классификации девиантного поведения личности // Армия и общество. 2013. №. 2.
4. Алексеев С.Л. Профилактика девиантного поведения молодежи. Психолого-правовой аспект. М., 2012.
5. Змановская Е.В., Рыбников В.Ю. Девиантное поведение личности и группы. Учебное пособие. СПб., 2017.
6. Голубев Ю.В. Основные подходы к классификации девиантного поведения личности // Армия и общество. 2013. №. 2.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК РЕСУРС АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ИЗ СОЦИАЛЬНО УЯЗВИМЫХ ГРУПП К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ

Л.Ю. Абдукадирова

Университет точных и социальных наук (Ташкент, Узбекистан)
Доктор философии (PhD) по психологическим наукам, и.о. доцента кафедры социальных наук

Аннотация. В статье обоснована роль психологического благополучия как интегрального ресурса адаптации к обучению в вузе студентов **социально уязвимых групп** - лиц с особыми потребностями и студентов из числа сирот. Представлены результаты эмпирического исследования (n=125), демонстрирующие специфический профиль адаптационных ресурсов каждой группы. Раскрыта дифференциальная роль копинг-стратегий и восприятия социальной поддержки в обеспечении вузовской адаптации.

Ключевые слова: *психологическое благополучие, адаптация, студенты с ОВЗ, студенты-сироты, копинг-стратегии, социальная поддержка, осмысленность жизни, трудная жизненная ситуация.*

Axborotlashgan jamiyat sharoitida ijtimoiy himoyaga muhtoj talabalarning psixologik farovonligi oliy ta'lim muassasasiga moslashuv resursi sifatida

L.Yu. Abduqodirova
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti (Toshkent, O‘zbekiston)
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), Ijtimoiy fanlar kafedrasi dotsenti v.b.

Mazkur maqolada psixologik farovonlikning oliy ta’lim muassasasida o‘qishga moslashuvning integral resursi sifatidagi o‘rni asoslab berilgan bo‘lib, u **ijtimoiy himoyaga muhtoj, ya’ni** alohida ehtiyojga ega, hamda yetim talabalar misolida yoritilgan. Har bir guruhning moslashuv resurslariga xos profillarini namoyon etuvchi empirik tadqiqot natijalari (n=125) taqdim etilgan. Oliy ta’limga moslashuvni ta’minlashda koping-strategiyalar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni qabul qilishning differensial roli ochib berilgan.

Kalit so‘zlar: *psixologik farovonlik, moslashuv,* ***ijtimoiy himoyaga muhtoj*** *talabalar, yetim talabalar, koping-strategiyalar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, hayot mazmunliligi, og‘ir hayotiy vaziyat.*

Psychological Well-Being as a Resource for University Adaptation of Students from Socially Vulnerable Groups in a Digital Society

L.Yu. Abdukadirova
University of exact and social sciences (Tashkent, Uzbekistan)
Doctor of philosophy (PhD) in psychological sciences, acting associate professor of the department of Social Sciences

The article substantiates the role of psychological well-being as an integral resource of university adaptation for socially vulnerable students— persons with disabilities and orphan students. The results of an empirical study (n=125) are presented, demonstrating the specific profile of adaptive resources of each group. The differential role of coping strategies and perceived social support in ensuring university adaptation is revealed.

Keywords: *psychological well-being, university adaptation, students with disabilities, orphan students, coping strategies, social support, meaningfulness of life, difficult life situation.*

Актуальность исследования. Современный этап развития высшего образования протекает в условиях наложения нескольких глобальных процессов, существенно меняющих социальный портрет студенчества и предъявляющих новые требования к его психологической устойчивости. Цифровизация образовательной среды, постпандемийная трансформация форматов обучения, рост социально-экономического неравенства и связанная с ним миграция, а также утверждение принципов инклюзии в качестве международной нормы (Конвенция ООН о правах инвалидов, Цели

устойчивого развития до 2030 года) определяют ту широкую рамку, в которой сегодня обсуждается проблема адаптации первокурсника к университету [1;2]

Для Республики Узбекистан эта проблематика приобретает особую остроту в контексте реформ последнего десятилетия. Стратегия развития Нового Узбекистана и принятые в её рамках документы — в частности, Указ Президента «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы высшего образования» — поставили задачу существенного расширения охвата молодёжи высшим образованием [3]

За последние годы охват высшим образованием населения Республики Узбекистан продемонстрировал высокий рост. Так, согласно данным Национального комитета Республики Узбекистан по статистике, на начало 2024-2025 учебного года в вузах страны молодёжь в возрасте 18-23 лет составила 47,7 %, что почти в 7 раз превышает показатель 2016 года (7,2 %) [https://stat.uz/ru/press-tsentr/novosti-goskomstata/61149-oliy-ta-limga-qamrov-40-9-ga-oshgan-2]. Благодаря принятым в Узбекистане мерам, в систему вузов оказались включены значительные группы студентов, ранее не имевших доступа к высшему образованию: выходцы из малообеспеченных семей, сельской местности, дети, оставшиеся без попечения родителей, обучающиеся с инвалидностью, представители категорий, получающих государственную социальную поддержку. Вместе с этим проводимая политика защиты прав человека и развития инклюзивного образования поставила задачу научного обоснования психолого-педагогического сопровождения этих категорий студентов, так как для социально уязвимых студентов есть риск дезадаптации: академическая неуспешность, эмоциональное истощение, отчисление на ранних курсах. Мы считаем, что дополнительным фактором выступает цифровая трансформация образовательного процесса, которая, с одной стороны, расширяет доступ к знаниям, с другой — обостряет проблему цифрового неравенства и предъявляет новые требования к саморегуляции обучающегося.

Адаптация к обучению в высшем учебном заведении представляет собой одно из критических переходных событий в жизни молодого человека, поскольку требует одновременной перестройки когнитивных, эмоциональных, мотивационных и социальных регуляторов поведения. В классическом понимании адаптация трактуется как процесс активного приспособления личности к новым условиям существования, в ходе которого формируется устойчивое соответствие между внутренними ресурсами субъекта и требованиями образовательной среды [4; 4]. Современные исследователи рассматривают вузовскую адаптацию как многокомпонентный феномен, включающий академическую, социально-психологическую, дидактическую и личностно-смысловую составляющие [5; 7].

Особую остроту проблема приобретает применительно к лицам с ограниченными возможностями здоровья и обучающимся из числа сирот. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, более одного миллиарда человек — около 15% мирового населения — живут с той или иной формой инвалидности [6], данные ООН фиксируют порядка 153 миллионов детей,

относящихся к числу сирот [7]. Расширение инклюзивных образовательных практик в высшей школе ставит перед психологической наукой задачу выявления тех внутренних ресурсов личности, которые обеспечивают успешность вузовской адаптации этих категорий обучающихся [8].

Одним из таких ресурсов выступает психологическое благополучие — интегральный показатель функционирования личности, объединяющий шесть базовых измерений: автономию, компетентность в управлении средой, личностный рост, позитивные отношения с окружающими, цели в жизни и самопринятие [9]. Ряд исследований убедительно показал, что психологическое благополучие положительно связано с академической успешностью, удовлетворённостью обучением и устойчивостью к учебному стрессу [8; 10]. При этом до настоящего времени остаётся недостаточно изученным вопрос о том, посредством каких социально-психологических механизмов психологическое благополучие конвертируется в адаптационный потенциал у студентов с ОВЗ и студентов-сирот.

С позиций транзактной модели стресса и совладания, разработанной R. Lazarus и S. Folkman, ключевую роль в адаптации играют копинг-стратегии — устойчивые способы реагирования личности на трудные жизненные обстоятельства [11]. В психологии адаптации показано, что конструктивные копинг-стратегии — прежде всего проблемно-фокусированный копинг и поиск социальной поддержки — обеспечивают стабилизацию психической деятельности, способствуют сохранению учебной мотивации и повышают общий уровень удовлетворённости качеством жизни [13; 5]. Параллельно эмпирически зафиксировано, что стратегии активного преодоления, позитивного переформулирования и обращения к юмору связаны с оптимизмом, витальностью и удовлетворённостью жизнью, тогда как стратегии поведен ухода от общения, одиночество демонстрируют отрицательные связи с психологическим благополучием [10; 11].

В этой связи целью настоящего исследования выступает анализ психологического благополучия как ресурса адаптации к обучению в вузе студентов из социально уязвимых групп с учётом специфики двух категорий — лиц с ОВЗ и обучающихся из числа сирот.

Методика исследования

В эмпирическом исследовании приняли участие 125 студентов, находящихся в трудной жизненной ситуации (78 обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и 47 студентов из числа сирот или оставшихся без попечения родителей), проходящих обучение в Ферганском государственном университете и Андижанском государственном педагогическом университете. Возрастной диапазон выборки — 17–43 года.

Применялся комплекс психодиагностических методик: опросник копинг-стратегий S. Folkman, R. Lazarus (Ways of Coping, Student Sample, 1985) [11]; многомерная шкала воспринимаемой социальной поддержки G.D. Zimet, N.W. Dahlem, S.G. Zimet, G.K. Farley (MSPSS) [12]; тест «Цель в жизни» J.S. Crumbaugh, L.T. Maholick (Purpose in Life Test); шкала психологического благополучия К. Рифф (Ryff Scales of Psychological Well-Being, RPWB) [13].

Дополнительно использовались методы беседы и наблюдения. Статистическая обработка данных осуществлялась с использованием программы SPSS 21.

Результаты исследования и их обсуждение

Анализ корреляционных связей между показателями восприятия социальной поддержки и компонентами психологического благополучия у студентов с ОВЗ (n=78) представлен в таблице 1.

Таблица 1. Показатели взаимосвязей восприятия социальной поддержки с осмысленностью жизни и психологическим благополучием студентов с ОВЗ (n=78)

Аспекты восприятия социальной поддержки	Поиск соц. поддержки	Само изоляция	Цели жизни	Результат. жизни	Общий показ. ОЖ	Позит. отношения
Партнёр	0,253	–0,012	0,347	0,376*	0,355*	0,357*
Семья	0,286	–0,171	0,279	0,057	0,136	0,323
Друзья	0,436*	–0,458**	0,238	0,295	0,169	0,671**
Общий показатель социальной поддержки	0,440*	–0,341	0,357*	0,370*	0,298	0,624**

*Примечание: *p≤0,05; **p≤0,01.*

Полученные данные свидетельствуют о том, что в обеспечении психологического благополучия, а следовательно, и адаптации студентов с ОВЗ, ключевую роль играет поддержка со стороны друзей: именно она показала наиболее сильную положительную связь с компонентом «Позитивные отношения» психологического благополучия (r=0,671, p≤0,01) и значимую отрицательную связь с тенденцией к самоизоляции (r=–0,458, p≤0,01). Это означает, что для студента с ОВЗ установление дружеских связей в студенческой среде выступает не только источником эмоционального ресурса, но и механизмом включения в академическое сообщество, противодействующим типичной для данной группы тенденции к социальному отчуждению.

Поддержка партнёра обнаружила значимые положительные связи с результативностью жизни (r=0,376, p≤0,05), общим показателем осмысленности жизни (r=0,355, p≤0,05) и позитивными отношениями (r=0,357, p≤0,05), что указывает на её роль в формировании смысловой устойчивости при столкновении с трудностями учебной деятельности. Обобщённый показатель восприятия социальной поддержки оказался сопряжён с активной стратегией её поиска (r=0,440, p≤0,05) и с компонентом «Позитивные отношения» (r=0,624, p≤0,01).

Анализ адаптационных ресурсов студентов-сирот (n=47) представлен в таблице 3.

Таблица 3. Показатели взаимосвязей восприятия социальной поддержки с компонентом «Позитивные отношения» психологического благополучия у студентов-сирот (n=47)

Аспекты восприятия социальной поддержки	Позитивные отношения
Партнёр	0,486
Семья	0,255
Друзья	0,690*
Общий показатель ВСП	0,594

*Примечание: *p≤0,05; **p≤0,01.*

Статистически значимая положительная связь зафиксирована между компонентом «Позитивные отношения» и поддержкой друзей (r=0,690, p≤0,05). Корреляции с показателями «Партнёр», «Семья» и общим уровнем восприятия социальной поддержки оказались положительными, но не достигли уровня статистической значимости. Этот результат имеет принципиальное значение для понимания психологии адаптации студентов-сирот: в условиях объективного дефицита семейного ресурса дружеская поддержка становится первичным, а не вспомогательным каналом построения позитивных межличностных связей, а следовательно — главным каналом включения в новую социально-образовательную среду вуза.

Таблица 4. Показатели взаимосвязей копинг-стратегий с конструктами осмысленности жизни и компонентами ПБ у студентов-сирот (n=47)

Копинг-стратегии	Цели жизни	Процесс жизни	Локус «Жизнь»	Позитивные отношения	Личностный рост
Проблемно-фокусированный копинг	0,486	0,551	0,475	0,521	0,725*
Принятие желаемого за действительное	0,105	–0,157	0,105	0,489	0,245
Поиск социальной поддержки	0,669*	0,716*	0,730*	0,686*	0,667*

*Примечание: *p≤0,05; **p≤0,01.*

Полученная картина принципиально отличается от профиля студентов с ОВЗ. У студентов-сирот универсальной адаптационной стратегией выступает

поиск социальной поддержки, демонстрирующий значимые корреляции со всеми переменными: целями жизни (r=0,669, p≤0,05), процессом жизни (r=0,716, p≤0,05), локусом контроля «Жизнь» (r=0,730, p≤0,05), позитивными отношениями (r=0,686, p≤0,05) и личностным ростом (r=0,667, p≤0,05). Проблемно-фокусированный копинг сохраняет значимость преимущественно в связи с личностным ростом (r=0,725, p≤0,05). Дезадаптивная стратегия «принятие желаемого за действительное» не обнаружила значимых корреляций, что подтверждает её непродуктивный характер в условиях адаптации к обучению в вузе [13; 5].

С точки зрения психологии адаптации это означает, что для студента-сироты ключевая задача в первые годы обучения — не столько освоение академических требований, сколько построение *замещающих значимых отношений*, выполняющих функцию семейного ресурса. Именно через эти отношения актуализируются смыслообразующие переживания и формируется субъективное ощущение благополучия.

Проведённый анализ позволяет сформулировать ряд выводов по адаптации студентов в трудной жизненной ситуации к условиям обучения в вузе:

- психологическое благополучие выступает интегральным ресурсом вузовской адаптации, опосредующим связь между объективными ограничениями жизненной ситуации и успешностью включения студента в образовательный процесс. В отличие от ситуативных адаптационных реакций, психологическое благополучие обеспечивает устойчивую смысловую опору, позволяющую студенту сохранять учебную мотивацию и личностный рост в условиях хронического дефицита базовых жизненных ресурсов;

- Адаптация студентов с ОВЗ и студентов-сирот к обучению в вузе опирается на *качественно различные формы психологических ресурсов*, несмотря на формальное сходство их социального статуса как лиц в трудной жизненной ситуации: для студентов с ОВЗ характерна двухконтурная модель адаптации, в которой ведущая роль принадлежит проблемно-фокусированному копингу, дополняемому стратегией позитивного переосмысления, при этом социальная поддержка выступает фасилитирующим, но не ведущим ресурсом; для студентов-сирот характерна одноконтурная модель адаптации, в которой поиск социальной поддержки выполняет универсальную функцию, охватывая все компоненты осмысленности и благополучия;

- дружеские связи играют принципиально различную роль в адаптации двух групп. Для студентов с ОВЗ дружба выступает каналом противодействия самоизоляции и средством включения в академическое сообщество. Для студентов-сирот дружеские отношения принимают на себя функции, традиционно выполняемые семьёй, и становятся центральным основанием психологического благополучия в условиях вуза.

-полученные данные обосновывают необходимость дифференцированной модели психолого-педагогического сопровождения студентов в трудной жизненной ситуации в системе высшего образования. Для

студентов с ОВЗ приоритетны программы развития проблемно-ориентированных стратегий, навыков когнитивной переоценки и укрепления внутреннего локуса контроля в академической деятельности. Для студентов-сирот ключевое значение имеет создание в вузе условий для формирования замещающих социальных связей: студенческого тьюторства, наставничества, включения в учебные сообщества и волонтёрские объединения.

- адаптационный потенциал психологического благополучия у студентов в трудной жизненной ситуации не сводится к субъективному переживанию удовлетворённости жизнью; он представляет собой функциональную систему, которая трансформирует внутренние ресурсы (осмысленность, проблемно-фокусированный копинг) и внешние ресурсы (социальная поддержка) в устойчивое включение в образовательный процесс. Этот вывод задаёт перспективу для дальнейших исследований — в частности, лонгитюдных, позволяющих проследить динамику адаптации на протяжении всего цикла обучения в вузе.

Литература

1. Конвенция о правах инвалидов : принята резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи ООН от 13 декабря 2006 года : ратифицирована Республикой Узбекистан Законом РУз № ЗРУ-641 от 7 июня 2021 года. — Текст : электронный // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. — URL: https://lex.uz/ (дата обращения: 12.05.2026).
2. Преобразование нашего мира: Повестка дня в области устойчивого развития на период до 2030 года : резолюция, принятая Генеральной Ассамблеей ООН 25 сентября 2015 года, A/RES/70/1. — Текст : электронный // Организация Объединённых Наций : официальный сайт. — URL: https://www.un.org/ru/documents/ods.asp?m=A/RES/70/1 (дата обращения: 12.05.2026).
3. Указ Президента Республики Узбекистан, от 10.04.2026 г. № УП-58 «О дополнительных мерах по совершенствованию системы высшего образования, науки и инноваций».
4. Андреева Г.М. Социальная психология : учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева. — 5-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2024. — 360 с.
5. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование psyedu.ru. — 2010. — № 2. — С. 1–7.
6. «Всемирный доклад об инвалидности», Женева: Всемирная организация здравоохранения и Всемирный банк, 2011 г. https://www.unicef.org/uzbekistan/media/ 5071/file/.pdf
7. The State of the World's Children 2016. United Nations Children’s Fund (UNICEF). 3 United Nations Plaza, New York, NY 10017, USAб June 2016. ISBN: 978-92-806-4838-6ю https://www.unicef.org/media/50076/file/UNICEF_SOWC_2016-ENG.pdf

8. Собкин В.С., Лыкова Т.А., Собкина А.В. Психическое благополучие студентов при реализации инклюзивного высшего образования в сфере искусства: опыт структурного анализа // Психологическая наука и образование. — 2020. — Т. 25, № 6. — С. 19–30.
9. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. — 1989. — Vol. 57, No. 6. — P. 1069–1081.
10. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. — М.: Смысл, 2011. — 680 с.
11. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. — New York: Springer Publishing Company, 1984. — 445 p.
12. Folkman S., Lazarus R.S. If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination // Journal of Personality and Social Psychology. — 1985. — Vol. 48, No. 1. — P. 150–170.
13. Битюцкая Е.В., Корнеев А.А. Диагностика факторов копинга: апробация опросника «Типы ориентаций в трудных ситуациях» // Психологический журнал. — 2020. — Т. 41, № 1. — С. 97–111.

KIBERADDIKSIYA PSIXOPROFILAKTIKASINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Raxmanova Dilnoza Farmanovna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti katta o‘qituvchisi (PhD)

Annotatsiya: Mazkur maqolada zamonaviy axborotlashgan jamiyat sharoitida o‘smirlar orasida keng tarqalayotgan kiberaddiksiya muammosi hamda uni profilaktika qilishning ijtimoiy-psixologik jihatlari tahlil qilingan. Tadqiqotda o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari, virtual muhitning shaxs rivojiga ta’siri, addiktiv xulqning shakllanish omillari hamda pedagogik-psixologik profilaktika yo‘nalishlari yoritilgan. Shuningdek, ta’lim muassasalarida diagnostik, korrektsion va ma’rifiy ishlarni tashkil etishning nazariy asoslari bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: *kiberaddiksiya, addiktiv xulq, o‘smirlik davri, virtual muhit, psixologik profilaktika, pedagogik qo‘llab-quvvatlash, internet qaramligi, kompyuter o‘yinlari, ijtimoiy moslashuv*

XXI asrda axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi inson hayotining barcha sohalariga chuqur kirib bordi. Ayniqsa, internet va raqamli texnologiyalar yoshlarning dunyoqarashi, qadriyatlari, muloqot shakllari hamda psixologik rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Globallashuv jarayonlari natijasida virtual makon inson faoliyatining ajralmas qismiga aylandi. Biroq ushbu jarayon bilan bir qatorda kiberaddiksiya, ya’ni internet va kompyuter texnologiyalariga patologik qaramlik holatlari ham keng tarqalmoqda.

Bugungi kunda internet yoshlar uchun bilim olish, muloqot qilish va o‘z imkoniyatlarini namoyon etish vositasi bo‘lish bilan birga, ayrim hollarda

psixologik qaramlik manbaiga ham aylanmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davrida shaxsning emotsional beqarorligi, mustaqillikka intilishi, o‘zini namoyon qilish ehtiyoji hamda tengdoshlar ta’siriga moyilligi kiberaddiksiya shakllanishiga zamin yaratadi.

Birlashgan Millatlar Tashkiloti yoshlar taraqqiyoti va ularning ijtimoiy faolligini oshirish masalalariga alohida e’tibor qaratib, yoshlarning sog‘lom psixologik rivojlanishini barqaror jamiyat qurishning muhim omili sifatida e’tirof etadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ham bolalar va o‘smirlarda internetga qaramlik, o‘z-o‘ziga zarar yetkazuvchi xatti-harakatlar hamda ijtimoiy izolyatsiyaning oldini olish bo‘yicha kompleks profilaktik strategiyalarni ishlab chiqqan.

O‘zbekistonda ham yoshlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularni salbiy axborot oqimidan himoya qilish hamda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Shu bois kiberaddiksiyani profilaktika qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini ilmiy jihatdan o‘rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Normadan chetga chiqadigan xatti-harakatlar har doim psixologiya, tibbiyot, pedagogika, sotsiologiya sohasidagi mutaxassislar, shuningdek huquqni muhofaza qilish organlari xodimlarining nazorati ostida bo'lgan. Ushbu xatti – harakatlarning maxsus kichik guruhi-bu shaxsning o‘ziga xos xatti-harakati.

Kompyuterlar bizning hayotimiz haqiqatiga aylandi. Ular odamdan tobora ko‘proq funktsiyalarni olib, ufqlarini kengaytiradilar va qaramlikni shakllantirish uchun sharoit yaratadilar. Bir tomondan, kompyuter ma‘lumotlarni to‘plash va tahlil qilishga, uni boshqarishga yordam beradi,boshqa tomondan u misli ko‘rilmagan imkoniyatlarni taqdim etadi, bu sizga virtual makonda hech qachon boshdan kechira olmaydigan narsalarni amalga oshirishga imkon beradi.

Kiberaddiksiya tushunchasi. Kiberaddiksiya — bu shaxsning internet, kompyuter o‘yinlari yoki boshqa virtual faoliyatlarga haddan tashqari bog‘lanib qolishi natijasida real hayotdagi ijtimoiy, ta’limiy va shaxsiy faoliyatining buzilishi bilan namoyon bo‘ladigan addiktiv xulq shaklidir.

Addiktiv xulq insonning real hayotdagi muammolar, stress yoki psixo-emotsional qiyinchiliklardan qochish maqsadida o‘z ruhiy holatini sun’iy ravishda o‘zgartirishga intilishi bilan tavsiflanadi. Internet va virtual muhit bunday “qochish” uchun qulay psixologik maydon yaratadi. Chunki virtual makonda inson o‘zini erkin his qiladi, yangi identifikatsiyalar yaratadi, real hayotda erisha olmaydigan muvaffaqiyat va mavqega erishayotgandek tasavvur hosil qiladi.

Psixologik nuqtai nazardan, kiberaddiksiya quyidagi belgilar orqali namoyon bo‘ladi:

- internet yoki o‘yinlarga haddan tashqari vaqt sarflash;
- real muloqotdan qochish;
- o‘qishga bo‘lgan motivatsiyaning pasayishi;
- emotsional beqarorlik;
- tajovuzkorlik va irritativlik;
- uyqu buzilishlari;

- yolg‘izlik hissining kuchayishi;
- ijtimoiy moslashuvning sustlashuvi

Kiberaddiksiya asta-sekin shaxsning qadriyatlar tizimi va ijtimoiy munosabatlariga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. O‘smir real hayotdagi vazifalar va majburiyatlardan uzoqlashib, virtual muhitni asosiy ehtiyoj manbai sifatida qabul qila boshlaydi.

Kiberaddiksiyaning shakllanish omillari. Kiberaddiksiya ko‘p omilli hodisa bo‘lib, uning shakllanishiga biologik, psixologik va ijtimoiy omillar ta’sir ko‘rsatadi.

Psixologik omillar: yuqori darajadagi xavotir, stresga past chidamlilik, emotsional beqarorlik,kommunikativ qiyinchiliklar,o`zini past baholash;

Ijtimoiy omillar: oilaviy nizolar, oilada etarli darajada nazorat etishmasligi, ijtimoiy izolyatsiya, tengdoshlar ta`siri;

Pedagogik omillar: ta`lim motivatsiyasining pasayishi, o`quv yuklamasidagi stress, maktabdagi salbiy psixologik muhit;

O‘quvchilarda qimor va kompyuter o‘yinlariga qaramlikning oldini olishga yo‘naltirilgan ta’lim jarayonini psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash, eng avvalo, shaxs rivojidagi muammolarni erta bosqichda bartaraf etishga qaratiladi. Bu jarayon o‘quvchilarning sotsializatsiya bilan bog‘liq qiyinchiliklarini yengishda yordam berishni ham nazarda tutadi. Jumladan, emotsional va irodaviy sohadagi buzilishlar, ijtimoiy ajralish yoki haddan tashqari yopiq holat, real hayotdan chekinish, o‘qishga bo‘lgan motivatsiyaning pasayishi, kasbiy yo‘nalishni tanlashdagi noaniqlik, tengdoshlar, o‘qituvchilar va ota-onalar bilan munosabatlardagi muammolar shular jumlasidandir.

O‘yin qaramligini profilaktika qilishda pedagog-psixologning asosiy vazifalari qatoriga qaramlik alomatlarini imkon qadar erta aniqlash, o‘quv va bilish motivatsiyasini rivojlantirish, shuningdek, qo‘rquv va xavotir holatlarini psixologik jihatdan tuzatish kiradi. O‘smirlar orasida o‘yinlarga qaramlikning oldini olishga qaratilgan psixologik-pedagogik faoliyat odatda bir nechta asosiy yo‘nalishlarda amalga oshiriladi: diagnostika, korreksiya, maslahat berish va ma’rifiy ishlar.

Diagnostik yo‘nalish doirasida o‘qituvchi-psixolog o‘quvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini chuqur o‘rganadi va o‘qish hamda rivojlanish jarayonida yuzaga kelayotgan muammolarning sabablarini aniqlaydi. Bu bosqichda, ayniqsa, qaram xulq-atvor shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash muhimdir. Bular qatoriga empatiya yetishmovchiligi, yuqori darajadagi xavotir, stressga past chidamlilik, muloqotdan qochish, “men-konsepsiya”ning beqarorligi, egosentrik tendensiyalarning kuchayishi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni past darajada his etish, muammoli vaziyatlardan qochish strategiyasiga moyillik hamda atrofdagilar tomonidan ma’qullanishga ortiqcha ehtiyoj kabi xususiyatlar kiradi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, kiberaddiksiya zamonaviy jamiyatning eng dolzarb psixologik va ijtimoiy muammolaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida internet va kompyuter o‘yinlariga qaramlik shaxs rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, emotsional, ijtimoiy va ta’limiy muammolarni keltirib chiqaradi. Kiberaddiksiyani profilaktika qilish faqatgina psixolog yoki pedagogning vazifasi

emas, balki oila, maktab va jamiyatning hamkorlikdagi faoliyatini talab qiladigan murakkab ijtimoiy-psixologik jarayondir

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Shoumarov G'.B. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2019.
3. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2020.
4. Менделевич В.Д. Аддиктология. – Санкт-Петербург: Речь, 2007.
5. Young K. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. – 1998.
6. Griffiths M. Behavioral Addiction and Internet Gaming Disorder. – London, 2015.
7. WHO Guidelines on Mental Health Promotion and Prevention. – Geneva, 2021.
8. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF–6108-son Farmoni.
9. "Voyaga yetmaganlar o'rtasida nazoratsizlik va huquqbuzarliklarning profilaktikasi to'g'risida"gi Qonun.
10. "Bolalarni zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi Qonun.

OILAVIY MUNOSABATLAR TIZIMIDA AFFILIATSIYA MOTIVINING PSIXOLOGIK TAHLILI

Samatova Sevara G'ayratovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti katta o'qituvchisi, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Annotatsiya: Mazkur maqolada affiliatsiya motivi tushunchasi va uning psixologik tadqiqotlardagi talqini tahlil qilingan. Muallif tomonidan ota-ona va o'smir farzand munosabatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivining ijtimoiy-psixologik ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, affiliatsiya motivining nazariy asoslari, uning shaxslararo munosabatlar, muloqot, hamkorlik, emotsional yaqinlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdagi o'rni xorijiy va mahalliy olimlar qarashlari asosida tahlil etilgan. Tadqiqotda affiliatsiya motivining shakllanganlik darajasi oilaviy munosabatlar barqarorligi hamda o'smirlarning ijtimoiylashuv jarayonida muhim omil ekanligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: *affiliatsiya motivi, oilaviy munosabatlar, ota-ona va farzand munosabati, o'smirlik davri, muloqot, hamkorlik, emotsional yaqinlik, ijtimoiylashuv, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, oila barqarorligi, shaxslararo munosabatlar.*

Аннотация: В данной статье проанализированы понятие мотива аффилиации и его интерпретация в психологических исследованиях. Освещается социально-психологическое значение мотива аффилиации в стабилизации взаимоотношений между родителями и подростками. Также на основе взглядов зарубежных и отечественных ученых рассмотрены теоретические основы мотива аффилиации, его роль в межличностных

отношениях, общении, сотрудничестве, эмоциональной близости и социальной поддержке. В исследовании обосновано, что уровень сформированности мотива аффилиации является важным фактором стабильности семейных отношений и процесса социализации подростков.

Ключевые слова: *мотив аффилиации, семейные отношения, взаимоотношения родителей и детей, подростковый возраст, общение, сотрудничество, эмоциональная близость, социализация, социально-психологические особенности, стабильность семьи, межличностные отношения.*

Abstract: This article analyzes the concept of affiliation motivation and its interpretation in psychological research. The socio-psychological significance of affiliation motivation in stabilizing relationships between parents and adolescents is highlighted. The theoretical foundations of affiliation motivation, as well as its role in interpersonal relationships, communication, cooperation, emotional closeness, and social support, are examined based on the views of foreign and local scholars. The study substantiates that the level of development of affiliation motivation is an important factor in ensuring family relationship stability and the socialization process of adolescents.

Keywords: *affiliation motivation, family relationships, parent-child relationships, adolescence, communication, cooperation, emotional closeness, socialization, socio-psychological characteristics, family stability, interpersonal relationships.*

Biz mazkur maqolada ota-ona va o’smir farzand munosabatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari o’rganishga e’tiborimizni qaratdik. Bunda asosiy masala ota-ona va o’smir farzand munosabatlarini o’ziga hos tomonlari, ota-ona va o’smir farzand munosabatlarinini yahshilarda ulardagi affiliatsiya motivining shakllanganlik darajalari bo’yicha ijtimoiy-psixologik kontekslardagi tadqiqotlarga ham murojaat qilganmiz.

Bizga juda ko’plab mahalliy va xorijiy tadqiqotlardan ma’lumi ota-ona va o’smir farzand munosabatlarinida ma’lum ma’nodagi qiyinchiliklar mavjud bo’ladi. Buning asosiy sababi o’smirlik davrining o’ziga hos psixologik xususiyatlari bilan bog’liq. Ya’ni o’smirlik davridagi psixologik va fizilogik aksiliratsion (jadallashuv) jarayon bog’liq jihatlari ularni ota-onalari bilan ham munosabatlarida ham ma’lum darajadagi inqirozlarni yuzaga keltiradi va bizning nazariy farazimizga ko’ra shu davrda o’smirlarda affiliatsiya motivining shakllanishiga alohida ahamiyat berishimiz ularning ota-onalari bilan munosabatlarni barqarorlashishiga xizmat qiladi.

Masala bo‘yicha adabiyotlar tahliliga asoslanib shuni aytish mumkinki, ota-ona va farzandlar o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlar barcha davrlarning eng muhim tadqiqotlar sirasiga kiritilgan.

Bizga ma'lumki, ilk oilaviy munosabatlar paydo bo‘lgan davrdan boshlab oila muqaddac mackan cifatida qaralib, u an'analar, urf-odatlar va tartib qoidalar bilan tartibga colingan. Xususan, oilaviy munocabatlarni sog‘lomlashtirish, undagi

munosabatlarni barqarorlashtirishda afilliattsiya motivining mavjudligi ota-ona va farzandlar orasidagi nizolarni bartaraf etish xususiyatini kasb etan.

Oilada ma'lum bir oilaviy odatlar, oilaviy qadriyatlar, oilaviy muloqotlarni uzviyligi, ota-ona va farzand o‘rtasidagi mexr- muxabbati, do‘ctligi, ahilligi, bir-birin qo‘llab-quvatlashga bo‘lgan intilish, bir-birini tushunishga bo‘lgan intilish kabilar oiladagi o‘zaro munosbatalarni barqarorlashtirishga bo‘lgan xarakatlar hisoblangan va bu narsalarni asosida ulardagi afilliattsiya motivining mavjudligi bilan ham izohlashimiz mumkin.

Oilada farzandlarning oila a'zolari bilan munosabatini to‘g‘ri va ob'ektiv shakllanitirish ma'lum darajadagi ijtimoiy-pedagogik va ijtimoiy-psixologik bilimlarga bog‘liq deganida ularning bir-birin tushunitshga bo‘lgan intilish, hamkorlikka intilish, to‘g‘ri muloqot qoidalariga bog‘liq bo‘ladi [1].

Professor M.Davletshin oilada ota-onaning farzandiga bo‘lgan munocabatlarida o‘zaro yordam, bir-birini qo‘llab-quvvatlash, hamkorlikda ma'lum maqsadli va manzilli chora-tadbirlarni olib borish, oilaviy rollarni to‘g‘ri taqsimlanishi e'tibor qaratilmasa, ular orasida tushunmovchiliklar, kelishmovchiliklar, aytishib qolish va nizo-janjallar yuzaga kelishi yuz beradi deb xulosalarga kelishida ham ular orasidagi affiliatsiya motivining borligi yoki yo‘qligi bilan ham izohlashimiz mumkin [2].

Mazkur masalada akademik G‘.Shoumarovning “Oila pcixologiyaci” nomli kitobida to‘xtalib o‘tgan. Mazkur olimning tadqiqotlarida ham oilada ota-ona va o‘smir farzand munosabatlaridagi ijobiy va salbiy holatlarga alohida e'tibor qaratilgan. Olimning tadqqiotlariga ko‘ra ota-onalar va farzandlaridagi taranglik, quyidagi ijtimoiy-psixologik omillarga bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Jumladan:

1. Ota-ona va o‘smir farzand dunyoqarashlari oracidagi mavjud farqning hicobga olinmacligi;

2. Ota-onalarning o‘z farzandlarin bo‘sh vaqtlarin to‘g‘ri tashkil qilolmasliklari va nazorat qilolmasliklari oqibatida ularda bo‘sh vaqtini o‘zlari muctaqil tashkil etishi, do‘ctlar tanlashdagi muctaqilligi, hicciyot cohacidagi muctaqilligi, modaga, bugungi kun talabiga moc kiyinishi, kacb tanlashdagi muctaqilligi, umr yo‘ldoshi tanlashda muctaqilligi kabilarni ota-onalarining qarashlariga moc kelmacligi, zid ekanligi ikki avlod qarashlari oracida katta tafovutlarning yuzaga kelishi;

3. Ota-onalarning salbiy ma'naviy illatlarga berilishiligi, jumladan, ichkilikka ruju qo‘yishi yoki or-nomucni yig‘ishtirib qo‘yib, buzuqchilik qilishi farzandlari tomonidan katta tanqid octiga olinishi;

4. Ota-onalar o‘z farzandlarini mehnat qilishga o‘rgatmasligi va buning oqibatida farzanlarda yengil-elpi hayot kechirishga mayillikning kuchayishi;

5. Ota-ona o‘z o‘smir farzandida kerakli farzandlik burchini o‘rgatmaslik va ularni katta hayotga tayyorlamasliklari oqibatida ularda kattalar bilan, ya'ni rollar orasida munosbatlarni sog‘lom qura olmasligi;

6. Ota-ona o‘z o‘smir farzandlari bilan ularning ayni vaqtdagi psixologik o‘zgarishlarini inobatga olmasdan munosabatda bo‘lishliklari;

7.Ota-onalarning farzandlari bilan muloqaot va munosbat qilishga qaratilgan pcixologik-pedagogik bilim caviyalari yetarli darajada emacligi [3]. Demak

olimning izlanishlarida ham ota-ona va o‘smir farzandlar orasidagi affiliatsiya motivining mavjudligi oilaviy munosbatlarni barqarorlashishiga va mazkur motivning shakllanmaganligi oilaviy nizolarni kuchayishiga olib kelishi mumkinligini ko‘rishimiz mumkin.

Shuningdek G‘.Shoumarovning «Muhabbat va oila nomli ricolacida ota-ona va farzandlarlar orasidagi nizolarining o‘ziga xoc ijtimoiy-pcixologik xucuciyatlari hamda o‘zaro oilaviy munocabatlarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan kelishmovchiliklarning kelib chiqish cabablari bayon etilgan». Jumladan, oilaning ijtimoiy muhitida ota-ona va farzand oracidagi munocabatlardagi tig‘iz munocabatlar va o‘zaro bir-birini tushunmaclik holatlari, buning natijacida eca nizolar yuzaga kelishini tushuntirib o‘tadi [4].

Akademik G‘.Shoumarov va uning shogirdi N.Sog‘inovlar tomonidan tayyorlangan 1001 cavolga pcixologning 1001 javobi nomli qo‘llanmaci ham oilaviy munocabatlar, ota-ona va farzandlar o‘zaro munocabatlari, ularning muomala madaniyati hamda o‘zbek oilalaridagi ijtimoiy-pcixologik jarayonlarga alohida o‘rganilan [5].

N.Sog‘inovning ilmiy tadqiqotlarida o‘zbek oilalarida oilaviy munocabatlarining oila barqarorligiga ta'ciri, farzandlarning oila qurishi, avlodlar o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlarda paydo bo‘lishi mumkin bo‘lgan kelishmovchiliklarning etnopcixologik jihatlari hamda ijtimoiy-pcixologik xucuciyatlari mavzuciga bag‘ishlangan [5].

Professor V.Karimovaning tadqiqotlarida ham ota-ona va o‘smir farzand munosbatlarida ularning oila haqidagi sog‘lom ijtimoiy tasavvurlariga katta ahamiyat beradi. Ikkla tomonni ham oila haqidagi sog‘lom ijtimoiy tasavvurlari oilada ijtimoiy-psixologik barqarorlikni, oila haqidagi nosog‘lom ijtimoiy tasavvurlaresa ota-ona va o‘smir farzandlar orasida nizolarni kuchaytirish mumkinligin bo‘yicha ilmiy xulosalarga keladi. Shuningdek olimi ota-ona va farzandlar o‘rtacidagi nizolarni kelib chiqish cabablaridan biri ota-onaning o‘z farzandi bilan noto‘g‘ri munosabati oqibatida: farzandlarning o‘z ota-onaci bilan munocabati yomonlashish buning asosiy cababi esa – acocan kattalarning o‘z farzandlariga nicbatan adolatcizligi oqibati hicoblanadi deb ta'kidlanadi. Bunday holatda farzandlarning ota-ona va farzandlar orasidagi munosbatlarni taranglashtiradi farzandlar xulq-atvorida destruktiv jihatlarni namayon qila boshlaydi [6].

Olimaning fikricha ota-onaning o‘z farzandiga adolatsiz munosabati va qattiqqo‘lligi – bir qarashda emotsional rad etishga o‘xshaydi, lekin undan ochiqroq va og‘irroqdir. Qattiqqo‘llik to‘g‘ridan-to‘g‘ri bolani yoshligidan kaltaklash, haqorat qilish, kamcitish shaklida yoki bola ehtiyojlariga to‘la befarqlik, uning bor-yo‘qligini go‘yoki cezmaclik kabi ko‘rinishlarda bo‘lishi mumkin. Ikkala holatda ham bola yoshligidan nima qilib bo‘lca-da, tezroq katta bo‘lish, o‘zi amallab tirikchiligini qilish, ota-ona tayziqidan qutulishni tezlashtiradi. Bunday oilada bolani u yoki bu xulqi uchun jazolash odat tuciga kirib qolgan bo‘ladi, bola ota-ota-oasidan qo‘rqqanidan ota-ona hukmiga itoat etayotganligi, buning ictiqbolda yomon acoratlari borligini kattalar bilmaydilar, bilcalar ham bu ucul ular uchun camarali tuyuladi [6].

Aybdorlik, aybga yarasha jazo kabi ucullar bola xulq-atvorini boshqaruvchi pcixologik omilga aylanadi, u ham kelajakda doimo aybdorlarni qidirishga o‘rganib boradi. Demak olimaning qarashlarida ham affiliatsiya motivining tadqiqotiga extiyoj borligini anglash mumkin [6].

Ota-ona va o‘smir farzand orasidagi munosabatlar, muomala va milliy o‘zlikni anglash boracida ishlarni professor E.G‘oziyevning ilmiy tadqiqot ishlarida ko‘rishmiz mumkin. Olim muomala va milliy o‘zlikni anglash, muomala va nutq, muomala hamkorlik faoliyati cifatida, muomalaning tadqiqot tarixidan, muomalaning tadbiqiy macalalari jihatidan har tomonlama bayon etilganligi kuzatiladi. Uning «Oila etikaci va pcixologiyaci» kitobida oilaviy munocabatlarni to‘g‘ri olib borishda sharq mutafakkirlarining ilmiy qarashlari va ibratli fikrlaridan foydalanish zarurligi uqtiriladi [7].

Shuningdek E.G‘oziyev bolalar tarbiyacida etnopcixologik xucuciyatlarni o‘rganar ekan, u an'ana, urf-odat, axloq me'yorlari, yashash tarzi, ma'naviy-madaniy qadriyatlari, muomala qilish kabi xucuciyatlar bilan barcha etnoclar bir biridan farqli va o‘xshash jahatlari borligi haqidagi empirik ma'lumotlarini qo‘lga kiritadi. Shuningdek, «ota-onaga, tug‘ishganlarga nicbatan munocabat, qarindoshlik rishtalari ham milliy ruhiyatni akc ettirishi hamda oila a'zolarining o‘zaro camimiy munocabatlari, ayniqca, atrofdagilar bilan muntazam calomlashib yurish kabi xucuciyatlar milliy urf-odatlarimizning ibratli va o‘ziga xoc bir ko‘rinishi ekanligini» ta'kidlaydi [7]. Demak olimning izlanishlarida ham affiliatsiya motivining muloqotda ikkala tomonni o‘zaro tushunish dararajalari muhim ekanligi ko‘rishimiz mumkin.

O‘zbek psixologiyasi fanida oilaviy munocabatlardagi munocabat macalaci bo‘yicha psixolog olimlardan N.Sog‘inov, M.Yo‘ldoshev, G.Yadgarova, O‘.Shamsiyev, F.Ro‘ziqulov, R.Samarov, M.Utepbergenov, F.Akramova, X.Jabborov, D.Abdullayeva, U.Ibaydullayeva kabilarning tadqiqot ishlarida ota-ona va farzand o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlar xamda boshqa oilaning a'zolarining o‘zaro munocabatlari haqida ilmiy jihatdan o‘rganishgan.

Endi biz affiliatsiya motivining bugungi ijtimoiy-psixologiya konteksidagi tadqiqotlaridagi ehtiyojiga, affiliatsiya motivining etimalogiyasi va bugungi kunda bunday tadquqiotlarga zaruarat sezilayotlagini nazariy jihatdan soslab o’tishga harakat qilamiz.

Masala bo’yicha o’rganishlarimiz bugungi virtuallashishi keskin odamlar hayotiga kirib kelishi, odamlarni realni muloqoti va munosabatlarida bevosita aloqaloradan ko’ra bilvosita aloqalarni maqul ko’rishlarini yuzaga keltirmoqda. Bunday bilvosita aloqalar odamlar orasida ijtimoiy begonalashuv va ijtimoiy yakkalanish (marginalizm) kabi hususiyatlarni kuchaytirmoda. Bu holat oilalarga ha, ta’sir qilmay qolmayapti. Juda ko’plab oilaviy munosabatlarni tadqiq qilishga qaratilgan ishlanmalarda ota-ona va o’smir farzandlar orasida begonalashuv va yakkalanish kuchayotganligi oqibatida ular orasidagi munosabatlar taranglashgan. Shu kabi muammolar ko’payotgan bir davrda biz tadqiq qilmoqchi bo’lgan affiliatsiya motivi bunday vaziyatlarni profilaktikasi uchu juda ta’sirli psixotexnika vazifasini bajaradi degan ilmiy farazni ilgari surmoqdamiz.

O’rganishlarimiz so‘ngi yillara affiliatsiya motivi ijtimoiy – psixologiyaning asosiy predmeti sifatida uch yo‘nalish bo‘yicha psixoanalitik, kognitiv va gumanistik yo‘nalishlarda o‘rganila boshlandi. Shu bois biz birinchi navbatda affiliatsiya motivining etimalogiyasiga to’xtalamiz.

Affiliatsiya so’zi inglizcha *“to affiliate”* so‘zidan olingan bo‘lib, **birlashtirmoq, birlashmoq** ma’nosini anglatadi, ya’ni insonni boshqa odamlar davrasida bo‘lishga intilishi tushuniladi [109].

Adabiyotlar tahlili masala bo’yicha olimlar affiliatsiya motivatsiyasiga ta’rif berganda, affiliatsiya motivatsiyasi – **birlashishga intilishi, muloqotga intilish, bilishga intilish, o‘z-o‘zini ta’kidlash, manfaatli hamkorlikka intilish kabi maqsadlar, ehtiyojlar, motivlar majmuidan iboratligini ta’kidlashadi** [125]. Demak oilada ota-ona va o’smir farzand munosbatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivi **“birlashishga intilish”, “muloqotga intilish”, “bilishga intilish”, “o‘z-o‘zini ta’kidlashga intilish”, “manfaatli hamkorlikka intilish”** kabi ijtimoy-psixologik xususyatlar sifatlari juda muhim hisoblanadi.

Bizningcha ushbu motiv o’zaro munosabatlarda yaqqol namoyon bo‘luvchi ijtimoiy xarakterga egadir, chunki ushbu motiv boshqa odamlar bilan o‘zaro munosabat doirasidagina amalga oshadi. Odamlarni bir-birlari bilan muloqot va munosabatlarga kirishishga bo‘lgan ehtiyoj umuminsoniy ehtiyoj hisoblanib, u insonni jamoatchilik va hamkorlikka intilish kabi fundamental baza asosidagina quriladi.

Adabiyotlar tahlili affiliatsiya motivini - bu insonning ijtimoiy aloqalarni o‘rnatish, guruhga qo‘shilish, yaqin munosabatlarni rivojlantirish va boshqalar bilan hissiy jihatdan bog‘lanishga bo‘lgan ichki ehtiyojini ifodalovchi motivatsion jarayon. Ushbu motiv insonning ijtimoiylashuvida va emosional farovonligini ta'minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Psixologik tadqiqotlardagi affiliatsiya motivi talqinini quyidagi nazariyalar bilan izohlash mumkin:

1. David MakKlellandning motivatsiya nazariyasi. olim motivatsiyani uch asosiy ehtiyoj orqali tushuntiradi: *muvaffaqiyatga erishish*, *hokimiyat va affiliatsiya*. Uning fikricha, affiliatsiya motiviga ega shaxslar odatda boshqalar bilan yaqin munosabatlarni qadrlaydi, ijtimoiy aloqalarni barqaror saqlashga intiladi va ko‘pincha qo‘llab-quvvatlashni talab qiladi [158].

2. Byronning biologik nazariyasi. Ushbu yondashuvda affiliatsiya motivining evolyutsion asoslari o‘rganiladi. Olimlar odamlarning ijtimoiy aloqalarni rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyojini omon qolish va reproduktiv muvaffaqiyatni ta'minlovchi omil sifatida ko‘radi. Guruh bilan birga yashash xavfsizlikni oshirgan va resurslarni taqsimlashni osonlashtirgan.

3. Shaxsiylik psixologiyasi nazariyasi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, affiliatsiya motivi shaxsning individuallik xususiyatlariga bog‘liq. Ba'zi odamlar ijtimoiy aloqalarga ko‘proq intilsa, boshqalar mustaqillikni afzal ko‘rishi mumkin. Affiliatsiya ehtiyojining intensivligi shaxsiy hayotiy tajribalarga va ijtimoiy muhitga bog‘liq.

4.Emonsional tonlanish nazariyasi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, odamlar emotsional zo’risiqish holatida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni

izlashadi. Affiliatsiya motivi emotsional zo'risiqish yengish strategiyalaridan biri sifatida qaraladi. Lazarus va Folkmanning stress nazariyasida ijtimoiy yordam stressni kamaytirishda muhim vosita sifatida ta'kidlanadi.

5.Ijtimoiy bog'lanish nazariyasi. Ushbu nazariya shaxslar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarning mustahkamlanishi hamda xavfsizlik va qulaylik hissi bilan bog'liq ekanligini tushuntiradi.

6. O'hshashlik va qo'llab-quvvatlash ehtiyoji nazariyasi. Odamlar o'zlariga o'xshash fikr, qiziqish va qadriyatlarga ega bo'lgan boshqalar bilan aloqalar o'rnatishga intiladi.

7. Madaniy identifikatsiya nazariyasi. Jamoa va guruh identifikatsiyasi: Affiliatsiya odamlarning o'z madaniyatiga, diniga yoki etnik guruhiga tegishli ekanligini his qilishida namoyon bo'ladi.

8.Ijtimoiy kapital va tarmoq nazariyasi. Affiliatsiya shaxslarning ijtimoiy aloqalar orqali foydali resurslar olishiga yordam berishi mumkin.

Tadqiqotchi X.Xekxauzen affiliatsiyani o'zaro munosabatlarni barqarorlashtirishda eng muhim jihat muloqotga ehtiyoj doirasida o'rgangan bo'lib, uning ta'kidlashicha, affiliatsiya psixik hodisa, motiv, mayl, hoxish kabilarda namoyon bo'lib boshqa odamlarga intilishni namoyon etadi. Boshqa odamlarga intilishi esa **"atrofidagilar bilan hisoblashish", "murosa qilish", "kelishish", "hamkorlik"ni** bildiradi, bu esa oilada ota-ona va o'smir farzand munosbatlarini barqarorlashtirishda juda muhim psixologik xususiyat kasb etadi [8].

Shunidek olimning fikricha affiliatsiya motivining asosida muloqotni amalga oshiruvchi insonni emotsional va ishonchli aloqalarga bo'lgan ichki ehtiyoji yotadi. Odatda u yaqin munosabatlar o'rnatishga intilish, har ikkala tomonga qoniqish olib kelish maqsadidagi muloqot jarayoni, birgalikdagi harakatlar majmui ko'rinishida namoyon bo'ladi. Ushbu ehtiyojning maqsadi turlicha bo'lishi mumkin va hatto bir-birini rad etuvchi (yaqin munosabatlarga erishish yoki suhbatdoshdan o'z maqsadi yo'lida foydalanish) ko'rinishda ham bo'lishi mumkin (X.Xekxauzen) [8].

Masala bo'yicha o'rganishimiz "Affiliatsiya motivi" tushunchasini turli tadqiqot ishlarida turlicha tahlil qilinganligini ko'rsatdi. Jumladan, affiliatsiya motivini birinchilardan bo'lib o'rgangan Xenri A. Myurrey tahliliga ko'ra, ushbu motivni namoyon bo'lishini ikki jihat bilan asoslaydi: **birinchisi - shaxsiy muloqot, birlashish ehtiyoji hisoblansa, ikkinchisi esa - ma'lum guruhga mansublikni o'zi bilan ifoda etadi** [9]**.**

Birinchisida munosabatlarni ishonchliligi, emotsional aloqalarga ehtiyoj (Yan Mazurkevich, K.Obuxovskiy) alohida ta'kidlab o'tiladi. Ikkinchisida, insonni ijtimoiy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji (Brem P.Bruunk), aniq bir guruhga aloqadorligi (D.Makklelannd, Ye.V.Trifonov) shuning bilan birgalikda referent guruhga qanday hissiyotlar sezishidan qat'iy nazar boshqa insonlar jamoasini qidirishga intilish (Brem P.Bruunk) nazarda tutiladi.

Bizningcha affiliativ ta'sir doirasining bunday ko'pqirraliligi bir-biriga zid qo'yish kerak emas, chunki ular turli vaqt va vaziyatlarda faollashadi. Bolalikda bu ona bilan bo'lgan yaqin aloqa bo'lsa, vaqt o'tishi bilan ushbu ehtiyojni namoyon bo'lish doirasi oshib boraveradi. Endi nafaqat yaqin insonlar bilan yaqin emotsional

aloqa o‘rnatish, balki “biror bir narsaning asosiy elementi” ga (Bleyer) aylantirishga harakat qilinadi degan ilmiy xulasalarni ham ko’rishimiz mumkin.

Demak xulosa qilib aytganda affiliatsiya motivatsiyasi ko‘pqirrali mazmunga ega bo‘lib, biz o’z tadqiqot doiramizda tahlil qiladiga bo’lsak u o‘z ichiga oilada oial a’zolarini o’zaro bir –birlari bilan munoabat va muloqotga kirish ehtiyoji, oilasida kerakli mavqega ega bo’lishi, oila a’zolari bilan o‘zaro samimiy va ochiq aloqada bo‘lish, o’z oila a’zolariga yordam ko‘rsatish, hamda ulardan ham yordam qabul qilish kabi kompleks motivlardan iborat bo‘lgani uchun ham, birinchi bo‘lib ijtimoiy psixologlar uchun maxsus tadqiqotlar predmetiga aylangan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Шодиев Н. Педагогика фанидан муаммоли вазиятлар ва ўқув топшириқлари. – Т.: СамДУ. 2004. – 85 б.
2. Давлетшин М.Г. Оилавий низолар психологияси ва уларни бартараф этиш йўллари // Ўзбек оиласининг иқтисодий ва ижтимоий психологик муаммолари. Республика илмий-амалий анжуман. – Т.: 2000. – Б. 11-13.
3. Шоумаров Ғ.Б. Оила психолог ияси. Ўқув қўлланма. Шарқ, – Т.: 2010. – 177 б.
4. Шоумаров Ш.Б., Шоумаров Ғ.Б. Муҳаббат ва оилавий ҳаёт. – Т.: Ибн Сино номидаги нашриёт.2010. – 93 б.
5. Согинов Н.А. Социально-психологические особенности удовлетворенности браком в узбекской семьи. Дисс. канд. психол. наук. – Киев: 2000. – 43 с.
6. Каримова В.М. Оила психологияси. Дарслик. – Т.: 2007. – 128 б.
7. Ғозиев З. Ғ. Олий мактаб психологияси. Т.: «Ўқитувчи», 2007. - 106 б.
8. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность.В 2-х т. - СПб.: Питер, 2003.- Т.1. – 859 с.
9. Murray H. A. Explorations in Personality. New York: Oxford University Press. 2004. – 101 p.

I. AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA SHAXS PSIXOLOGIK SALOMATLIGI VA RUHIY BARQARORLIGINI MUSTAHKAMLASH MASALALARI

IJTIMOIY TARMOQLARNING YOSHLAR RUHIY HOLATIGA TA'SIRI

Panjiyeva Nargiza Botirovna

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabasi (Termiz, O'zbekiston)

Annotatsiya. Ushbu maqolada ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiy holatiga ta'siri o'rganiladi. Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar hayotidagi o'rni, ularning psixologik rivojlanishga ko'rsatadigan ijobiy va salbiy ta'sirlari tahlil qilinadi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlardan ortiqcha foydalanish natijasida yuzaga keladigan ruhiy muammolar, xususan, depressiya, ijtimoiy yakkalanish va hissiy beqarorlik masalalari yoritiladi. Maqolada yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlardan oqilona foydalanish zarurligi asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: *ijtimoiy tarmoqlar, yoshlar, ruhiy holat, depressiya, ijtimoiy yakkalanish, ruhiy salomatlik.*

Abstract. This article examines the impact of social networks on the mental state of young people. It analyzes the role of social media in the lives of youth, as well as its positive and negative effects on psychological development. The paper also highlights mental health issues caused by excessive use of social networks, including depression, social isolation and emotional instability. The importance of developing a culture of conscious and balanced use of social media among young people is substantiated.

Keywords: social networks, youth, mental state, depression, social isolation, mental health.

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние социальных сетей на психическое состояние молодёжи. Анализируется роль социальных сетей в жизни молодых людей, а также их положительное и отрицательное влияние на психологическое развитие. Также освещаются проблемы психического здоровья, возникающие вследствие чрезмерного использования социальных сетей, включая депрессию, социальную изоляцию и эмоциональную нестабильность. Обосновывается необходимость формирования культуры разумного использования социальных сетей среди молодёжи.

Ключевые слова: социальные сети, молодёжь, психическое состояние, депрессия, социальная изоляция, психическое здоровье.

Ijtimoiy tarmoqlar — bu internet orqali insonlarning o'zaro muloqot qilishi, axborot almashishi va o'z fikrlarini ifodalashi imkonini beruvchi platformalardir. Dastlab oddiy forumlar va chatlardan boshlangan bu tizimlar hozirda global darajaga chiqdi. Bugungi kunda millionlab foydalanuvchilar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanmoqda hamda ular insoniyat hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ayniqsa, yoshlar orasida ular keng tarqalib, kundalik muloqot, axborot olish va o'zini namoyon qilish vositasi sifatida xizmat qilmoqda. Telefon apparatlari va

internet texnologiyalarining rivojlanishi natijasida insonlar o‘rtasidagi aloqalar tezlashdi va soddalashdi. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning ruhiy holatiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Bu ta’sir ijobiy ham, salbiy ham bo‘lishi mumkin. Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixologiyasiga ta’siri chuqur tahlil qilinadi. Ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik bugungi kunning dolzarb muammolaridan biridir. Bunday holatda inson vaqtni nazorat qila olmaydi, real hayotdan uzoqlashadi, fikrlashi susayadi. Ijtimoiy tarmoqlarning ijtimoiy aloqa, o‘zaro ta’sir, marketing strategiyalari va ma’lumotlar maxfiyligi bilan bog‘liq masalalarga ko‘rsatadigan ta’siri yosh foydalanuvchilarning ruhiy salomatligiga turli xil salbiy oqibatlarni keltirib chiqaradi.

Ijtimoiy tarmoqlardan ijobiy (pro-sotsial) maqsadlarda foydalanish, masalan, jamiyatni mustahkamlash va ijobiy xulq-atvorni rag‘batlantirish, yaxshi ruhiy holatga erishish imkonini beradi hamda foydalanuvchilarda o‘zini qadrlash va tegishlilik hissini kuchaytiradi. Biroq texnologiyalarning rivojlanishi bilan ijtimoiy tarmoqlardan tez-tez foydalanishning ushbu ijobiy jihatlari ko‘pincha yo‘qolib, salbiy psixologik va hissiy oqibatlarga olib kelmoqda [2.56]. Ruhiy salomatlik mutaxassislari, o‘qituvchilar va ota-onalar, ayniqsa, yoshlarning ijtimoiy, hissiy va kognitiv rivojlanishiga ta’sir qiluvchi omillarni yaxshi anglab yetishlari zarur. Raqamli texnologiyalar rivojlanishda davom etar ekan, ularning insonning hissiy va psixologik faoliyatiga qanday ta’sir ko‘rsatishini chuqurroq tushunish texnologiyalardan inson farovonligiga zarar yetkazmay, balki uni qo‘llab-quvvatlaydigan tarzda foydalanishni ta’minlaydi. Ko‘plab odamlar, jumladan, bolalar va o‘smirlar ko‘ngilochar mazmun, yangiliklardan xabardor bo‘lish va boshqalar bilan aloqa qilish uchun ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadi. Yaqinda o‘tkazilgan so‘rovda ishtirok etgan o‘smirlarning deyarli yarmi internetdan “deyarli doimiy ravishda” foydalanishini aytgan va har 10 nafar o‘smirdan 9 nafari har kuni ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadi. Ijtimoiy tarmoqlarning aksariyatida minimal yosh talabi 13 bo‘lsa-da, 8 yoshdan 12 yoshgacha bo‘lgan bolalarning qariyb 40 foizi ulardan foydalanadi [2.57]. Ba’zi mutaxassislar ruhiy salomatlik bilan bog‘liq muammolar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning kutilmagan salbiy oqibatlaridan biri bo‘lishi mumkin, deb hisoblaydi. Bu ikki omil o‘rtasidagi bog‘liqlik hali ham o‘rganilayotgan bo‘lsa-da, bolalar va o‘smirlarning ijtimoiy tarmoqlardan qanday foydalanishi hamda uning ta’sirini kuzatib borish tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Ijtimoiy tarmoqlarning bolalar va o‘smirlarga ijobiy ta’siri.

Johns Hopkins bolalar markazining bolalar va o‘smirlar psixiatri shifokori Carol Vidal hamda Johns Hopkins All Children’s Hospital qoshidagi xulq-atvor salomatligi markazining hamrahbari Jennifer Katzenstein bolalar va o‘smirlarda ijtimoiy tarmoqlarning ruhiy salomatlikka ta’siri haqida hozirgi kunda ma’lum bo‘lgan ma’lumotlar yuzasidan so‘z yuritadi [4]. Ba’zi jihatlarda ijtimoiy tarmoqlar ruhiy salomatlik uchun foydali bo‘lishi mumkin. Masalan, ular boshqa joylarda mavjud bo‘lmagan ma’lumotlarga kirish imkonini beradi hamda o‘z fikrini erkin ifoda etish uchun xavfsiz makon yaratadi. Ko‘plab o‘smirlar internet orqali o‘zlariga mos jamiyatni topib, qiyin davrlarni yengib o‘tishda yordam oladi — bu esa odatda mavjud bo‘ladigan masofa yoki tortinchoqlik kabi to‘siqlarni bartaraf etadi. Bundan

tashqari, ko‘plab bolalar va o‘smirlar ijtimoiy tarmoqlar orqali qo‘llab-quvvatlanadi. Masalan, ko‘plab platformalar quyidagi ijobiy xatti-harakatlarni rag‘batlantiradi:

— ruhiy salomatlik bo‘yicha yordam izlashni boshlash;
— boshqa tillarni o‘rganish;
— ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni ta’minlash;
— stressga qarshi himoya (yengillashtiruvchi) ta’sir ko‘rsatish.

“Ijtimoiy tarmoqlardan foydali tarzda foydalanish mumkin, — deydi Vidal. — Masalan, ko‘plab bolalar va o‘smirlar o‘zini va o‘z identifikatsiyasini yaqin atrofdagi oila yoki maktab muhitiga qaraganda ko‘proq qabul qiladigan jamiyatni aynan internetda topishi mumkin”. Shu ma’noda ijtimoiy tarmoqlar umumiy qiziqishlari, identifikatsiyasi va qobiliyatlari o‘xshash bo‘lgan tengdoshlar bilan aloqa o‘rnatishni osonlashtiradi. Aslida, bugungi kunda yoshlarning o‘zaro muloqot qilish usullaridan biri ham aynan shu hisoblanadi.

Ijtimoiy tarmoqlarning bolalar va o‘smirlarga salbiy ta’siri.

Ijtimoiy tarmoqlarning ko‘plab foydali tomonlariga qaramay, ularni haddan tashqari ishlatish salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. 2023-yilda AQSh bosh shifokori ijtimoiy tarmoqlar va ruhiy salomatlik haqida maxsus ogohlantiruvchi hisobot e’lon qildi. Ushbu hisobotga ko‘ra, ijtimoiy tarmoqlar bolalar va o‘smirlarning ruhiy salomatligiga zarar yetkazishi mumkinligi haqida dalillar mavjud. Hisobotda aytilishicha, ijtimoiy tarmoqlardan tez-tez foydalanish miyaning his-tuyg‘ular va o‘rganish bilan bog‘liq qismlarida o‘zgarishlarga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, u impulslarni nazorat qilish, ijtimoiy xulq-atvor, hissiy boshqaruv hamda ijtimoiy jazolar va mukofotlarga sezgirlikka ham ta’sir qiladi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bilan keng tarqalgan ruhiy muammolar o‘rtasida ma’lum darajada bog‘liqlik mavjud. Eng ko‘p uchraydigan bog‘liqliklardan biri — bu ijtimoiy tarmoqlar va depressiya o‘rtasidagi aloqadir.

“Kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlardan juda kam foydalanishda ham, juda ko‘p foydalanishda ham depressiya darajasi yuqori bo‘ladi. Bu esa har bir bola uchun foydalanishning o‘ziga xos ‘eng maqbul darajasi’ borligini anglatadi, bu esa ularning rivojlanish darajasi va himoya omillariga bog‘liq”, — deydi Katzenstein [4]. Ijtimoiy tarmoqlarda ko‘proq vaqt o‘tkazadiganlar orasida depressiya alomatlari ko‘proq uchraydi. Biroq bu bog‘liqlikning bir nechta sabablari bo‘lishi mumkin.

Ijtimoiy yakkalanish (izolyatsiya). Hozirgi davrda bolalar va o‘smirlar avvalgi avlodlarga qaraganda do‘stlari va oila a’zolari bilan yuzma-yuz kamroq muloqot qilishmoqda. Ko‘pincha ular ijtimoiy tarmoqlar orqali aloqa qilishni afzal ko‘rishadi, biroq bunday muloqot har doim ham insonni to‘liq qoniqtirmaydi va ba’zan yolg‘izlik hissini kuchaytirishi mumkin. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda boshqalarning faol hayoti va turli voqealarini ko‘rish ayrimlarda chetda qolib ketayotgandek yoki nimanidir boy berayotgandek his uyg‘otadi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy jamiyat hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurgan bo‘lib, ayniqsa, yoshlar hayotida muhim o‘rin tutadi. Ular orqali muloqot qilish, axborot olish va o‘zini namoyon etish imkoniyatlari kengaygan. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiy holatiga ta’siri ikki tomonlama xarakterga ega.

Bir tomondan, ular ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni kuchaytiradi, bilim olish va o‘zini anglashga yordam beradi. Ikkinchi tomondan esa ortiqcha foydalanish ruhiy salomatlikka salbiy ta’sir ko‘rsatib, depressiya, yolg‘izlik hissi va ijtimoiy yakkalanishga olib kelishi mumkin.

Shu sababli ijtimoiy tarmoqlardan ongli va me’yorida foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Yoshlarning ruhiy salomatligini asrash uchun ota-onalar, o‘qituvchilar va jamiyat tomonidan to‘g‘ri nazorat hamda yo‘naltirish zarur. Faqat shundagina ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihatlaridan samarali foydalanish va salbiy oqibatlarining oldini olish mumkin bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Karimova L. O‘smirlarning ijtimoiy tarmoqlardagi faolligi va psixologik reaksiyalari // Youth Psychology Journal. — 2021.

2. Maxmudova N. The Impact of Social Media on Young People’s Mental Health // Advances in Science and Education. — 2026. — Vol. 1, № 12. — P. 56–57. https://doi.org/10.70728/edu.v01.i12.015

3. Sodiqova M. Ijtimoiy tarmoqlarning emotsional rivojlanishga ta’siri // Pedagogik psixologiya. — 2022.

4. Vidal C., Katzenstein J. Social Media’s Effects on Mental Health in Children and Teens. — Johns Hopkins Children’s Center; Johns Hopkins All Children’s Hospital.

5. Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ma’naviyatiga ta’siri. https://cyberleninka.ru/article/n/ijtimoiy-tarmoqlarning-yoshlar-manaviyatiga-tasiri/viewer

RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VA SUN’IY INTELLEKT SHAROITIDA TALABALAR INTELLEKTUAL QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Usmonov Sherzod Axmadjonovich

Farg‘ona davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi dotsenti (Farg‘ona, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Ushbu maqolada ta’lim jarayonida talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish va ularni salohiyatli kadr sifatida shakllantirishda raqamli texnologiyalar hamda sun’iy intellektning psixologik ta’siri tahlil qilinadi. Unda kognitiv faollik, tanqidiy fikrlash, motivatsiya, mustaqil ta’lim, refleksiya va raqamli kompetentlik intellektual rivojlanishning muhim determinantlari sifatida yoritiladi. Shuningdek, sun’iy intellekt vositalarining ta’limdagi imkoniyatlari hamda tayyor javoblarga qaramlik, ijodiy fikrlashning susayishi kabi psixologik xavflari ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: *intellektual qobiliyat, raqamli ta’lim, sun’iy intellekt, kognitiv faollik, talabalar, salohiyatli kadr, motivatsiya, refleksiya, tanqidiy fikrlash.*

Bugungi kunda oliy ta’lim tizimida raqamli texnologiyalar va sun’iy intellekt vositalaridan foydalanish ta’lim jarayonining mazmuni, shakli va psixologik mohiyatini tubdan o‘zgartirmoqda. Avvallari ta’lim jarayonida asosiy e’tibor bilimlarni uzatish va ularni o‘zlashtirishga qaratilgan bo‘lsa, hozirgi raqamli jamiyatda talabadan bilimni mustaqil izlash, tahlil qilish, qayta ishlash, muammoli vaziyatlarda qo‘llash va yangi g‘oyalar yaratish talab etilmoqda. Shu sababli zamonaviy ta’limda talabalarning intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish nafaqat pedagogik, balki chuqur psixologik masala sifatida namoyon bo‘lmoqda.

UNESCO sun’iy intellekt ta’limda o‘qitish va o‘rganish jarayonlarini yangilash, ta’lim sifatini oshirish hamda inklyuzivlikni kuchaytirish imkoniyatiga ega ekanini ta’kidlaydi, biroq tezkor texnologik rivojlanish psixologik, axloqiy va boshqaruvga oid xavflarni ham yuzaga keltiradi [1]. OECD ham sun’iy intellekt va robototexnika inson ko‘nikmalarini takrorlash darajasida rivojlanayotgani sababli ta’lim tizimining kelajak kasblari uchun zarur bo‘lgan kompetensiyalarni shakllantirishdagi rolini qayta ko‘rib chiqish zarurligini qayd etadi [3].

Talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirishning birinchi muhim psixologik determinanti — kognitiv faollikdir. Kognitiv faollik talabaning bilim olishga bo‘lgan ichki ehtiyoji, savol qo‘yish, izlanish, taqqoslash, tahlil qilish va xulosa chiqarishga intilishi bilan belgilanadi. Raqamli ta’lim muhitida bu jarayon interaktiv platformalar, elektron resurslar, virtual laboratoriyalar, simulyatsiyalar va sun’iy intellektga asoslangan o‘quv yordamchilari orqali yanada faollashadi. Biroq bu imkoniyatlar talabada mustaqil fikrlashni kuchaytirgandagina ijobiy samara beradi. Aks holda, texnologiya tayyor javob manbaiga aylanib, talabaning izlanish faoliyatini susaytirishi mumkin.

Ikkinchi determinant — tanqidiy fikrlashdir. Raqamli axborot oqimi kuchaygan sharoitda talaba har qanday ma’lumotni avtomatik qabul qilmasdan, uning manbasi, ishonchliligi, ilmiy asoslanganligi va amaliy ahamiyatini baholay olishi kerak. Ayniqsa, sun’iy intellekt vositalari tomonidan yaratilgan matnlar, tavsiyalar yoki yechimlar har doim ham to‘liq, xatosiz va kontekstga mos bo‘lmasligi mumkin. Shu sababli ta’lim jarayonida talabalarni shunchaki sun’iy intellektdan foydalanishga emas, balki undan ongli, tanqidiy va mas’uliyatli foydalanishga o‘rgatish muhimdir. UNESCO generativ sun’iy intellektdan ta’limda foydalanishda inson markazli yondashuv, siyosiy tartibga solish hamda o‘qituvchi va o‘quvchilarning salohiyatini rivojlantirish zarurligini alohida ta’kidlaydi [1].

Uchinchi determinant — o‘quv motivatsiyasidir. Talabaning intellektual rivojlanishi uning ichki motivatsiyasi bilan chambarchas bog‘liq. Agar talaba bilimni faqat baho, nazorat yoki tashqi talab uchun o‘zlashtirsa, uning intellektual faolligi cheklangan bo‘ladi. Aksincha, bilim olishga ichki qiziqish, kasbiy o‘sishga intilish, o‘zini namoyon qilish ehtiyoji va kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatga ishonch intellektual salohiyatning rivojlanishini kuchaytiradi. Raqamli texnologiyalar bu jarayonda individual topshiriqlar, o‘z-o‘zini baholash, tezkor teskari aloqa, gamifikatsiya va moslashtirilgan ta’lim orqali motivatsiyani qo‘llab-quvvatlashi mumkin.

To‘rtinchi determinant — mustaqil ta’lim olish ko‘nikmasidir. Zamonaviy kadr faqat auditoriyada berilgan bilim bilan cheklanib qolmaydi. U doimiy o‘qish,

izlanish, yangiliklarni kuzatish va o‘z malakasini oshirishga tayyor bo‘lishi lozim. Raqamli texnologiyalar talabaga mustaqil ta’lim olish uchun keng imkoniyat yaratadi: onlayn kurslar, elektron kutubxonalar, ilmiy bazalar, sun’iy intellekt yordamchilari, avtomatik tarjima va tahlil vositalari shular jumlasidandir. Ammo mustaqil ta’lim samarali bo‘lishi uchun talaba vaqtni boshqarish, maqsad qo‘yish, axborotni saralash va o‘z natijasini baholash kabi psixologik ko‘nikmalarga ega bo‘lishi kerak.

Beshinchi determinant — refleksiyadir. Refleksiya talabaning o‘z fikrlashi, o‘zlashtirish usuli, xatolari, kuchli va zaif tomonlarini anglash jarayonidir. Sun’iy intellekt asosidagi ta’lim tizimlari talabaga individual teskari aloqa berishi, xatolarini ko‘rsatishi va keyingi o‘quv yo‘nalishini tavsiya qilishi mumkin. Biroq bu jarayonda talaba faqat tizim tavsiyasiga bo‘ysunuvchi emas, balki o‘z ta’lim jarayonining faol sub’ekti bo‘lishi zarur. Shunda refleksiya intellektual o‘sishning real mexanizmiga aylanadi.

Oltinchi determinant — raqamli kompetentlikdir. Bugungi kunda salohiyatli kadr tayyorlashda faqat kasbiy bilim yetarli emas. Talaba raqamli vositalardan foydalanish, axborotni izlash, tahlil qilish, xavfsiz saqlash, akademik halollikka rioya qilish va sun’iy intellekt imkoniyatlaridan samarali foydalanishni bilishi kerak. Raqamli kompetentlik intellektual rivojlanishning tashqi vositasi emas, balki zamonaviy fikrlash madaniyatining tarkibiy qismiga aylanmoqda. World Economic Forum’ning 2025-yilgi hisobotida 2025–2030-yillar oralig‘ida ish beruvchilar ehtiyojlari va ko‘nikmalar tarkibi sezilarli o‘zgarishi, analitik fikrlash esa eng muhim asosiy ko‘nikmalardan biri bo‘lib qolayotgani qayd etilgan [4].

Yettinchi determinant — psixologik moslashuvchanlikdir. Raqamli ta’lim muhiti tez o‘zgaradi. Yangi platformalar, yangi dasturlar, sun’iy intellekt vositalari, masofaviy va aralash ta’lim shakllari talabadan moslashuvchanlikni talab qiladi. Psixologik jihatdan moslashuvchan talaba yangilikdan qo‘rqmaydi, xatoni rivojlanish imkoniyati sifatida qabul qiladi, yangi texnologiyalarni o‘zlashtirishga tayyor bo‘ladi. Bu esa uning intellektual salohiyatini kengaytiradi va kasbiy raqobatbardoshligini oshiradi.

Shu bilan birga, raqamli texnologiyalar va sun’iy intellektning ta’limdagi ta’siri faqat ijobiy emas. Talabalarda tayyor javoblarga ortiqcha tayanish, mustaqil fikrlashning pasayishi, yuzaki o‘zlashtirish, diqqatning tez chalg‘ishi, axborot haddan tashqari ko‘pligi sababli kognitiv zo‘riqish hamda akademik halollik muammolari yuzaga kelishi mumkin. Ayniqsa, sun’iy intellektdan noto‘g‘ri foydalanish talabaning ijodkorligi va muammoni mustaqil hal qilish qobiliyatini susaytirishi ehtimoli mavjud. Shu sababli ta’lim jarayonida sun’iy intellekt vositalari “talaba o‘rniga fikrlovchi vosita” emas, balki “talabaning fikrlashini rivojlantiruvchi yordamchi vosita” sifatida qo‘llanilishi lozim.

Talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirishda o‘qituvchining roli ham o‘zgaradi. Raqamli muhitda o‘qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki yo‘naltiruvchi, tahlilga undovchi, motivatsiya beruvchi, axborotni baholashga o‘rgatuvchi va talabaning mustaqil intellektual faoliyatini tashkil etuvchi shaxs sifatida namoyon bo‘ladi. Sun’iy intellekt ayrim texnik vazifalarni bajarishi mumkin, biroq talabaning shaxsiy rivojlanishi, qadriyatlari, kasbiy mas’uliyati,

ijodiy tafakkuri va psixologik qo‘llab-quvvatlanishida inson omili hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lib qoladi.

Raqamli texnologiyalar va sun’iy intellekt ta’lim jarayonida talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish uchun kuchli psixologik-pedagogik imkoniyatlar yaratadi. Ular individual yondashuvni kuchaytiradi, o‘quv jarayonini moslashtiradi, teskari aloqani tezlashtiradi va talabaning mustaqil izlanish imkoniyatlarini kengaytiradi. Ammo texnologiyaning o‘zi intellektual rivojlanishni kafolatlamaydi. Natija talabaning motivatsiyasi, kognitiv faolligi, tanqidiy fikrlashi, refleksiyasi, raqamli madaniyati va o‘qituvchi tomonidan to‘g‘ri tashkil etilgan psixologik-pedagogik muhitga bog‘liq.

Sun’iy intellekt davrida salohiyatli kadr tayyorlashning asosiy maqsadi tayyor bilimga ega mutaxassisni emas, balki yangicha fikrlaydigan, murakkab vaziyatda qaror qabul qila oladigan, axborotni tanqidiy baholaydigan, raqamli vositalardan mas’uliyat bilan foydalanadigan va doimiy o‘zini rivojlantirishga tayyor shaxsni shakllantirishdan iborat bo‘lishi kerak. Shu jihatdan, intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish masalasi raqamli kompetentlik, psixologik barqarorlik va kasbiy motivatsiya bilan birgalikda ko‘rib chiqilishi lozim.

Xulosa qilib aytganda, raqamli texnologiyalar va sun’iy intellekt sharoitida talabalar intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish zamonaviy ta’limning ustuvor yo‘nalishlaridan biridir. Bu jarayonning asosiy psixologik determinantlari sifatida kognitiv faollik, tanqidiy fikrlash, ichki motivatsiya, mustaqil ta’lim, refleksiya, raqamli kompetentlik va psixologik moslashuvchanlikni ko‘rsatish mumkin. Ushbu omillar uyg‘un rivojlangan taqdirdagina talaba bilimni passiv qabul qiluvchi emas, balki uni tahlil qiluvchi, qayta ishlovchi, yangi sharoitlarda qo‘llovchi va kasbiy faoliyatda samarali natijaga erishuvchi salohiyatli kadr sifatida shakllanadi.

Sun’iy intellekt ta’lim jarayonida kuchli yordamchi vosita bo‘lishi mumkin, ammo u inson tafakkurining o‘rnini bosmasligi kerak. Aksincha, u talabaning mustaqil fikrlashi, ijodiy yondashuvi, muammoli vaziyatlarni hal qilish ko‘nikmasi va kasbiy o‘zini anglashini rivojlantirishga xizmat qilishi zarur. Shu bois oliy ta’lim tizimida raqamli texnologiyalarni joriy etishda texnik imkoniyatlar bilan bir qatorda ularning psixologik ta’siri, talaba shaxsining rivojlanishi va intellektual salohiyatini oshirish mexanizmlariga alohida e’tibor qaratish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. UNESCO. *Guidance for Generative AI in Education and Research*. — Paris: UNESCO, 2023.

2. UNESCO. *Artificial Intelligence in Education*. Digital Education Initiative.

3. OECD. *Artificial Intelligence and the Future of Skills*. Centre for Educational Research and Innovation.

4. World Economic Forum. *The Future of Jobs Report 2025*. — Geneva: WEF, 2025.

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

6. Piaget J. *The Psychology of Intelligence*. — London: Routledge, 2001.

7. Bruner J.S. *The Process of Education*. — Harvard University Press, 1960.

8. Sternberg R.J. *Successful Intelligence: How Practical and Creative Intelligence Determine Success in Life*. — New York: Plume, 1997.
9. Gardner H. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. — New York: Basic Books, 1983.
10. Zimmerman B.J. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview // *Educational Psychologist*. — 1990.
11. Deci E.L., Ryan R.M. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. — New York: Plenum, 1985.
12. Mayer R.E. *Multimedia Learning*. — Cambridge University Press, 2009.

SHAXS RUHIY BARQARORLIGI KONTEKSTIDA RAQAMLI MUHITDA O‘SMIRLAR PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI TA’MINLASH MASALALARI

Abduraximov Doniyor Abdusaid o‘g‘li
O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti
1-kurs tayanch doktoranti (Toshkent, O‘zbekiston)
Tel.: +998 95 001 17 11. E-mail: abduraximov0195@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada shaxsning psixologik salomatligi va ruhiy barqarorligini ta’minlashda raqamli muhitning o‘rni tahlil qilinadi. Tadqiqotda o‘smirlik davridagi “identitet inqirozi” sharoitida ijtimoiy tarmoqlar, axborot yuklamasi va kiberbulling kabi omillarning shaxs emotsional barqarorligiga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, raqamli transformatsiya davrida o‘smirlarda ichki ruhiy resurslarni faollashtirish, media savodxonlik va oilaviy munosabatlarning krizis holatlaridan chiqishdagi ahamiyati ilmiy asoslangan.

Kalit so‘zlar: *psixologik salomatlik, ruhiy barqarorlik, shaxs identiteti, raqamli muhit, kiberbulling, stressga bardoshlilik, media savodxonlik, o‘smirlik davri.*

Kirish. Zamonaviy psixologiyada shaxsning ruhiy barqarorligi uning tashqi muhitning salbiy ta’sirlariga dosh berish va o‘z muvozanatini saqlash qobiliyati sifatida talqin etiladi. Bugungi kunda raqamli texnologiyalar o‘smirlar hayotining ajralmas qismiga aylanib, ularning dunyoqarashi va xulq-atvor modellarini shakllantiruvchi asosiy ekotizimga aylandi. Bu jarayonda o‘smir shaxsining psixologik salomatligini saqlash nafaqat individual, balki ijtimoiy-psixologik xavfsizlik masalasidir.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ta’rifiga ko‘ra, psixologik salomatlik — bu insonning o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarishi, kundalik stresslarni yenga olishi va jamiyatda faol ishtirok etishi bilan bog‘liq kompleks holatdir. O‘smirlik davrida bu jarayon E. Erikson ta’riflagan “identitet inqirozi” bilan kechadi [2.152]. Raqamli muhitda shaxs o‘z “Men”ini shakllantirish jarayonida real va virtual obrazlar o‘rtasidagi ziddiyatga duch keladi, bu esa ruhiy barqarorlikka jiddiy putur yetkazishi mumkin.

Asosiy qism. Bugungi kunda virtual olam o‘smir uchun shunchaki ma’lumot manbasi emas, balki uning shaxsiyati shakllanadigan asosiy muhitga aylandi. Biroq bu muhit o‘zining jozibadorligi ortida o‘smirning hali to‘liq shakllanmagan ruhiyatiga zarba beruvchi jiddiy destruktiv omillarni ham yashiradi.

Cheksiz axborot oqimi o‘smir miyasini tinimsiz “qayta ishlash” rejimida ishlashga majbur qiladi. Bu shunchaki charchoq emas, balki kognitiv resurslarning qurishidir. Doimiy bildirishnomalar va qisqa videolar diqqatning tarqoqlashishiga olib keladi. Natijada o‘smir chuqur mulohaza yuritish qobiliyatini yo‘qotadi, o‘qigan ma’lumotini tushunishi qiyinlashadi va surunkali neyropsixologik toliqish yuzaga keladi.

Ijtimoiy tarmoqlar — bu filtrlar va niqoblar dunyosi. O‘smir boshqalarning sun’iy ravishda bezatilgan “mukammal” hayotini ko‘rib, o‘zining real hayotini, tashqi ko‘rinishini va yutuqlarini past baholay boshlaydi. “Nega men ulardek baxtli emasman?” degan savol ich-etini yeb, o‘ziga bo‘lgan ishonchni so‘ndiradi va doimiy xavotir hissini uyg‘otadi. Bu jarayon shaxsning o‘zligini qabul qila olmasligiga sabab bo‘ladi [3.114].

Virtual muhitdagi ta’qib va haqorat real hayotdagi zo‘ravonlikdan ham xavfliroq bo‘lishi mumkin [4.82]. Chunki bu agressiya 24/7 rejimida davom etadi va undan qochib qutulishning imkoni yo‘qdek tuyuladi. Kiberbullingga uchragan o‘smir o‘zini dunyodan yakkalangan his qiladi, atrofdagilarga ishonchi yo‘qoladi va bu ko‘pincha og‘ir depressiv holatlarga yoki jamiyatdan butkul uzilib qolishga olib keladi.

Internetda zo‘ravonlik, agressiya va g‘ayriijtimoiy xatti-harakatlarning ochiqchasiga targ‘ib qilinishi o‘smirning axloqiy filtrlarini ishdan chiqaradi. Bunday mazmundagi materiallarni muntazam ko‘rish “psixologik immunitet”ni pasaytiradi. O‘smir boshqalarning og‘rig‘iga nisbatan befarq bo‘lib qoladi, shafqatsizlikni hayotning oddiy holati sifatida qabul qila boshlaydi va o‘zida ham agressiv xulq-atvor modellarini shakllantiradi.

Shaxsning raqamli muhitdagi psixologik xavfsizligini ta’minlashda A. Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasi muhim ahamiyatga ega [1.45]. O‘smirlarda axborotni filtrlay olish qobiliyatini shakllantirish ularning tashqi manipulyatsiyalarga nisbatan barqarorligini oshiradi.

Raqamli muhitning salbiy oqibatlarini kamaytirish nafaqat cheklovlar qo‘yish, balki o‘smirda ichki himoya mexanizmlarini shakllantirishni talab etadi. Shu munosabat bilan quyidagi chora-tadbirlar ustuvor ahamiyatga ega:

— o‘smirlarga onlayn vaqtni shunchaki cheklash emas, balki uni mazmunli boshqarishni o‘rgatish zarur. Bu tushuncha o‘smirga gadjetlardan butunlay voz kechishni emas, balki “texnologik tanaffuslar” orqali ruhiy muvozanatni tiklashni anglatadi;

— o‘quvchilarda axborotni filtrlash, foydali va zararli kontentni ajratish hamda ijtimoiy tarmoqlarsiz ham hordiq chiqarish mumkinligini anglatuvchi amaliy mashg‘ulotlar o‘tkazilishi lozim;

— ota-ona va farzand o‘rtasidagi emosional yaqinlik va ishonchli muloqot kiberbulling yoki boshqa raqamli xavflar paytida o‘smir uchun yagona “xavfsiz port” vazifasini o‘taydi [5.120].

Agar o‘smir virtual olamda tazyiqqa uchrasa yoki tushunmovchilikka duch kelsa, u jazolanishdan qo‘rqmasdan birinchi navbatda ota-onasiga murojaat qila olishi kerak. Oila a’zolari o‘rtasida “gadjetsiz muloqot soatlari”ni joriy etish va farzandning onlayn qiziqishlariga nisbatan tanqidiy emas, balki qiziquvchan munosabatda bo‘lish tavsiya etiladi. Ta’lim muassasalari nafaqat bilim beruvchi, balki shaxsni hayotga tayyorlovchi maskan sifatida o‘quvchilarning psixologik immunitetini mustahkamlashi lozim.

O‘z tuyg‘ularini tushunish va boshqarishni bilgan o‘smir ijtimoiy tarmoqlardagi “ideal hayot”larga nisbatan sog‘lom tanqidiy munosabatda bo‘ladi. Bu ularni asossiz taqqoslashlar va tushkunlikdan himoya qiladi.

Xulosa.

Maktab psixologlari va pedagoglar tomonidan o‘tkaziladigan muntazam treninglar o‘smirlarda agressiyaga qarshi turish, krizis holatlarida o‘zini jilovlash va kognitiv qayta ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirishi shart. Bu mashg‘ulotlar o‘smirga nafaqat onlayn, balki real hayotdagi qiyinchiliklarni ham yengib o‘tishga yordam beradi. Raqamli muhitda o‘smirlar psixologik salomatligini qo‘llab-quvvatlash — bu ularni texnologiyalardan cheklash emas, balki ularda ruhiy barqarorlik va tanqidiy fikrlash kabi ichki resurslarni rivojlantirish demakdir. Shaxs o‘zining virtual faoliyatini ongli ravishda boshqara olsagina, raqamli makon xavf manbaidan rivojlanish resursiga aylanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bandura A. Social Learning Theory. — New York: General Learning Press, 1977. — 247 p.
2. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. — New York: W.W. Norton & Company, 1968. — 336 p.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2012. — 320 b.
4. Livingstone S. Children and Internet Safety. — Cambridge: Polity Press, 2016. — 256 p.
5. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. — Toshkent: Sharq, 2010. — 280 b.

TALABALARNING HAYOTIY BARDOSHLILIGI — RUHIY BARQARORLIK MANBAI SIFATIDA

Abduvositov H.F.

Harbiy ta’lim fakulteti kursanti,
Farg‘ona davlat universiteti (Farg‘ona, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabalar hayotiy bardoshliligining shakllanishida ruhiy barqarorlikning o‘rni va ahamiyati tahlil etiladi. Muallif talabalarning turli ijtimoiy va psixologik bosimlarga moslashuvi, stressga chidamliligi hamda muammoli vaziyatlarni yengib o‘tish qobiliyatini rivojlantirishda ruhiy barqarorlik muhim omil ekanligini asoslaydi. Shuningdek, maqolada hayotiy bardoshlilikni mustahkamlashga xizmat qiluvchi psixologik

mexanizmlar, shaxsiy fazilatlar va ta’lim muhitining ta’siri yoritilgan. Natijada, talabalar ruhiy salomatligini qo‘llab-quvvatlash orqali ularning akademik va ijtimoiy muvaffaqiyatini oshirish mumkinligi xulosa qilinadi.

Kalit so‘zlar: *hayotiy bardoshlilik, stress, talaba-yoshlar guruhi, takomillashuv.*

Jamiyat taraqqiyotining ijtimoiy holati, stressni yuzaga keltiradigan omillarning o‘sishi, kasbiy va shaxsiy hayotda o‘sish, ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy inqirozlarning kengayishi, ekologik vaziyatning yomonlashuvi yakka shaxslar hayotida chuqur inqirozli o‘zgarishlarni keltirib chiqaradi hamda tashqi va ichki qarama-qarshiliklarga nisbatan talabni oshiradi. Insonning shaxsiy resursi sifatida hayotiy bardoshlilik determinatsiyasi inson psixik faolligining barcha bosqichlarida muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu masalani tadqiq etish va talaba-yoshlarning shaxsiy imkoniyatlarini to‘liq amalga oshirish uchun psixologik sharoitlarni yaratish zarurati O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni va O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasida ham belgilab qo‘yilgan [4; 5].

Hayotiy bardoshlilik tushunchasi va uning inson uchun ahamiyati to‘g‘risida birinchi bo‘lib amerikalik psixolog S. Maddi o‘z fikr-mulohazalarini bildirgan. Uning nuqtayi nazaricha, hayotiy bardoshlilik tushunchasi murakkab ichki va tashqi hayotiy vaziyatlarni yengish motivatsiyasi bilan bog‘liq bo‘lgan odamning psixologik hayotiy samaradorligini o‘zida aks ettiradi. Hayotiy bardoshlilik, ya’ni yashash qobiliyati atamasi so‘zma-so‘z egiluvchanlik, qayishqoqlik, uddaburonlik, qat’iyatlilik hamda jismoniy va ruhiy holatni tez tiklash qobiliyati sifatida tarjima qilinadi [3.91]. D.A. Leontyevning ta’kidlashicha, u o‘ziga xos xususiyat bo‘lib, insonning o‘z ichki muvozanatini saqlagan holda muammolarga bardoshlilik bilan qarshi tura olish qobiliyatidir [2].

Insonning hayotiy bardoshliligi turli xil ko‘rinishda bo‘ladi: stresslarni yengish, yuqori darajadagi jismoniy va psixologik salomatlikni saqlab qolish qobiliyati, shuningdek, optimizm, o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyati, hayotdan sub’ektiv qoniqish, doimiy shaxsiy rivojlanish qobiliyati bilan bog‘liq. S. Maddining fikriga ko‘ra, hayotiy bardoshlilik uchta tarkibiy qismdan iborat: qabul etish, nazorat qilish va tavakkalchilik. Hayotiy bardoshlilikning birinchi tarkibiy qismi — qabul etish — insonning o‘ziga, atrofdagi olamga va u bilan o‘zaro munosabatlar xususiyatiga bo‘lgan munosabatining muhim tavsifi bo‘lib, bu unga kuch beradi va uni o‘zini anglashga, o‘z-o‘zini namoyon qilish, sog‘lom fikrlash va ongli xatti-harakatlarni amalga oshirishga undaydi; jamiyatda o‘z o‘rnini his qilishga imkoniyat beradi. Hayotiy bardoshlilikning ikkinchi tarkibiy qismi nazorat qilishdir. Vaziyatlarni nazorat qilish nochorlik va passivlik holatiga tushib qolishdan farqli o‘laroq, stressli o‘zgarishlarga ta’sir o‘tkazish usullarini izlashni tashkil qiladi. Hayotiy bardoshlilikning uchinchi tarkibiy qismi — tavakkalchilik — insonga atrof-olam, boshqa odamlar va shaxslararo munosabatlar uchun ochiq bo‘lishiga yordam beradi. Uning mohiyati insonning hayotiy voqealar va muammolarini shaxsan o‘zi uchun sinov sifatida qabul qilishida namoyon bo‘ladi.

S. Maddi ruhiy salomatlikni saqlash, ishlashga qobiliyatlilik va hayotiy faollikning maqbul darajasida barcha uch tarkibiy qismning muhimligini ta'kidlaydi. Shu bilan birga, biz hayotiy bardoshlilik tarkibidagi uch tarkibiy qismning har biri individual farqqa ega ekanligi va ularning o'zaro muvofiqligi zaruratini ham e'tibordan chetda qoldirmasligimiz darkor.

Rus olimasi L.A. Aleksandrovaning fikriga ko'ra, hayotiy bardoshlilik — bu insonning jamiyatda muvaffaqiyatli moslashishiga yordam beradigan maxsus qobiliyatidir [1.82].

Ekzistensial psixologiya yo'nalishi vakillarining fikriga ko'ra, hayotimizda ro'y beradigan barcha ichki va tashqi hodisalar bizning qarorlarni qanday qabul qilishimiz natijasida ifodalanadi. Hayotiy bardoshlilik harakati mexanizmi mavjud hayotiy vaziyatni baholashga munosabatlarning ta'siridan va insonning kelajak foydasiga faol harakat qilishga tayyorligidan iborat. Shu bilan birga, S. Maddi va D. Fiskening fikriga ko'ra, dastlab shaxsda faollikning yuqori va past darajalariga ega bo'lgan xususiyatlar borligi, uning faollashuv darajasi insonni saqlab qolishga intilishi ekanligi aytib o'tilgan. Biroq, asosan passivlikdan farqli o'laroq, o'z faoliyatining muhimligini anglashi tufayli inson o'z hayotiga ta'sir qilishi mumkinligini tushunadi va aynan shu narsa ichki keskinlikning paydo bo'lishiga to'sqinlik qiladigan asosiy o'zgaruvchi kuchga aylanadi.

Zamonaviy jamiyatda talaba-yoshlarning ruhiy salomatligini o'rganishning dolzarbligi shundaki, talabalar muhitida ta'lim faoliyati bilan bog'liq bo'lgan bir qator ta'sir etuvchi omillar (universitet muhitiga moslashish, imtihon topshirish paytidagi hissiy vaziyatlar, uzoq vaqt davomida intellektual faollikni yuqori darajada ushlab turish zarurati, kelajakdagi kasbiy faoliyatda shaxsiy o'zini o'zi aniqlash jarayonining murakkabligi) mavjud [3].

Talaba-yoshlar muhitida ortiqcha yuklamalar va shaxsga qo'yiladigan talablarning xilma-xilligi namoyon bo'ladi. Bu o'z salomatligini optimistik baholash va unga g'amxo'rlik qilish an'anasidan ustun turadi. Talaba-yoshlar o'zlarining shaxsiy resurslarini bitmas-tuganmas deb tasavvur qilishadi. Uzoq muddatli stress sharoitida bo'lish bilan bog'liq qo'rquvlar yoshlarning ruhiyatiga ustunlik motivatsiyasi orqali ko'chiriladi. Talaba-yoshlarning turmush tarzi ko'pincha o'z sog'lig'iga g'amxo'rlik qilish bilan mos kelmaydi. O'z tengdoshlari guruhida yuqori maqomga va tan olinishga intilish talaba-yoshlarni xavfli harakatlarni amalga oshirishga, sog'lig'ini buzadigan vositalardan foydalanishga undaydi. Zamonaviy globallashuv sharoitida inson hayotining talabalik davrida ruhiy salomatlikni saqlash uchun yana bir xavfli omilning ta'siri sezilarli darajada oshmoqda — bu kelajakdagi mutaxassisning jamiyatdagi kasbiy va ijtimoiy noaniqligi, kelajakda ish joyini topish zaruratidir. Shu munosabat bilan talabalarga ruhiy salomatligini yo'qotmasdan qiyin vaziyatlarni yengishga yordam beradigan psixologik vositalarni aniqlash vazifasi tobora dolzarb bo'lib bormoqda.

Talaba-yoshlarning ta'lim va kasbiy faoliyatdagi vaziyatlarga muvaffaqiyatli qarshi turishida hayotiy bardoshlilik asosiy rol o'ynaydi. U noadekvat omillarning somatik va ruhiy salomatlikka hamda amalga oshiriladigan tadbirlar sifatiga ta'sirini yumshatadi. Hayotiy bardoshlilik talaba-yoshlarning o'tkir yoki surunkali yolg'izlik holatiga qarshi turish, faoliyat muvaffaqiyatini pasaytirmasdan ichki muvozanatni

saqlash qobiliyatining shakllanish darajasini tavsiflaydi. Hayotiy bardoshlilik — yoshlarning o‘zini o‘zi boshqarish shakllarining yetuk bo‘lish qobiliyatining asosiy ko‘rsatkichlaridan biri, shaxsiy salohiyatining poydevoridir.

Hayotiy bardoshlilik talaba-yoshlarning bir xillikdan iborat faoliyatida ham samarali natijalar berishga yordam berishiga oid dalillar mavjud. Monotonlik holati ko‘pincha o‘rta maktabda ham, oliy maktabda ham ta’lim faoliyati sharoitida rivojlanadi. Bir xildagi faoliyatni amalga oshiradigan bardoshli sub’ektlar charchoqning rivojlanish jarayoniga muvaffaqiyatli qarshi turishlari mumkin. Hayotiy bardoshlilik, shubhasiz, ishning barcha jabhalarida qoniqish hissining paydo bo‘lishi bilan bevosita bog‘liqdir. Hayotiy muammolarni yenga olish qobiliyati ko‘rsatkichlari va bu jarayonlarda turli xil kurash strategiyalaridan foydalanish tezligi ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik hodisasi tadqiqotlarda o‘rganilgan. Bu jarayonda qiyinchiliklarni yengish xatti-harakatlari amalga oshiriladi. Qiyinchiliklarni yengish xatti-harakatlari — inson ijtimoiy xulq-atvorining maxsus ko‘rinishi bo‘lib, u inson ruhiy salomatligi va farovonligini ta’minlaydi yoki, aksincha, izdan chiqaradi. Qiyinchiliklarni yengish xatti-harakatlari odamning vaziyat bilan faol o‘zaro munosabatiga yo‘naltirilgan bo‘ladi. Bunday o‘zaro munosabatlar jarayonida nazorat kuchli bo‘lsa, vaziyat o‘zgarishi yoki odam vaziyatga moslashishi mumkin. Ongsiz ravishda amalga oshiriladigan himoya xatti-harakatlaridan farqli o‘laroq, kurashuvchanlik xatti-harakatlari sub’ektga ongli harakatlar orqali qiyin vaziyatni yengishga yordam beradi. Jahon psixologiyasida talaba-yoshlar qanday ruhiy qiyinchiliklarga duch kelishi to‘g‘risida ko‘plab tadqiqotlar o‘tkazilgan. Masalan, talabalarni oliy ta’lim sharoitlariga moslashish jarayonining qonuniyatlari ochib berilgan. Imtihonlar topshirish holati, shuningdek, diplom loyihasining jamoat oldidagi himoyasi holati ko‘plab tadqiqotchilar uchun ruhiy holatlarni o‘rganish va ularni bartaraf etishning psixologik mexanizmlarini ishlab chiqish uchun namuna bo‘ladi. Talaba-yoshlardan tajriba tariqasida foydalangan holda, oliy o‘quv yurti sharoitida olingan ma’lumotlar yordamida ruhiy hodisalarni yengish xatti-harakatlari va tasniflarining ko‘plab masalalari empirik ravishda sinovdan o‘tkazilgan. Hayotiy bardoshlilik yoshlarga faoliyatlarida faol va moslashuvchan harakat qilish imkonini berishi haqida ko‘plab dalillar mavjud.

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, hayotiy bardoshlilik ish qobiliyati buzilishi, somatik va ruhiy kasalliklar rivojlanishining oldini olishda muhim omil hisoblanadi: u qiyin kechinmalarga o‘ziga xos ruhiy immunitet yaratadi va shu bilan birga noaniqlik va xavotirlik holatlarini optimallashtirishga hissa qo‘shadi. Hayotiy bardoshlilik nafaqat vaziyatni baholashga, balki insonning ushbu vaziyatdan chiqish faoliyatiga ham ta’sir qilishi muhimdir. Zamonaviy talaba-yoshlar o‘zlarining rivojlanishi va takomillashuvini bir qator inqirozlarning superpozitsiyasi orqali boshdan kechiradilar. Xususan, yosh inqirozlari; bo‘shliq, umidsizlik inqirozlarini o‘z ichiga olgan individual hayotiy inqirozlar; kasbiy ta’lim inqirozlari; tashqi inqirozlar, kelajakning noaniqligi bilan bog‘liq inqirozlar talaba-yoshlarda yolg‘izlik hissini kuchaytiradi. Shu bilan birga, aynan talabalik davrida hayotiy bardoshlilikning shakllanishi yolg‘izlik hissini yengishga samarali ta’sir ko‘rsatadi. Ta’lim va kasbiy faoliyatdagi barqarorlik yoshlarning jismoniy va ruhiy

salomatligini yaxshilashga, yolg‘izlikni his qilishga sabab bo‘ladigan vaziyatlardan muvaffaqiyatli o‘tishga va o‘zini muvaffaqiyatli namoyon etishga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: сб. науч. трудов. Вып. 2 / под ред. Н.Н. Горбатовой, А.В. Серого, М.С. Яницкого. — Кемерово: Кузбассвузиздат, 2014. — С. 82–90.

2. Волобуева Н.М. Психологическая культура как условие развития жизнестойкости студентов: автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.13 / Н.М. Волобуева. — Белгород: Белгородский государственный национальный исследовательский университет, 2012. — 21 с.

3. Yuldasheva M.B. Yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari: monografiya. — Farg‘ona: FarDU nashriyoti, 2023. — 120 b. ISBN 978-9910-739-53-8.

4. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. 2020-yil 23-sentyabr, O‘RQ-637 // Qonun hujjatlari ma’lumotlari milliy bazasi, 24.09.2020-yil, 03/20/637/1313-son.

5. O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasi. PF-6097, 2020-yil 29-oktyabr // Qonun hujjatlari ma’lumotlari milliy bazasi, 30.10.2020-yil, 06/20/6097/1431-son.

AKADEMIK FIRIBGARLIK VA VIJDON INQIROZI: SUN’IY INTELLEKTDAN FOYDALANIB TOPSHIRIQLARNI BAJARISHNING O‘QUVCHILAR XULQ-ATVORI VA AXLOQIY ME’YORLARIGA PSIXOLOGIK TA’SIRI

Murodilloyev Nodir

Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti, Pedagogika va psixologiya kafedrasi stajyor o‘qituvchisi (Toshkent, O‘zbekiston)
|nodirmurodilloyev@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta’lim tizimida sun’iy intellekt (SI) generatorlaridan manipulyativ maqsadlarda foydalanishning talabalar xulq-atvori, kognitiv rivojlanishi va axloqiy me’yorlariga tizimli salbiy psixologik ta’siri tahlil qilinadi. Tadqiqotda raqamli akademik firibgarlik shunchaki texnik qoidalarni buzish doirasidan chiqib, shaxsning subyektiv axloqiy kompasidagi “vijdon inqirozi”ga aylanib borayotgani ko‘rib chiqiladi. Maqola yakunida muammoni bartaraf etishga qaratilgan meta-kognitiv va tizimli pedagogik-psixologik strategiyalar taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: *sun’iy intellekt, akademik firibgarlik, vijdon inqirozi, kognitiv yuklama, neytrallashuv mexanizmlari, imposter sindromi.*

Zamonaviy ta’lim tizimi raqamli texnologiyalar va sun’iy intellekt (SI) generatorlarining misli ko‘rilmagan darajada rivojlanishi natijasida yuzaga kelgan

jiddiy transformatsiya jarayonini boshdan kechirmoqda. Ushbu texnologik inqilob o‘quv jarayonini optimallashtirish bilan bir qatorda, talabalarning akademik xulq-atvori va ichki axloqiy me’yorlariga salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi yashirin psixologik mexanizmlarni ham faollashtirmoqda. O‘quvchilar tomonidan mustaqil bajarilishi lozim bo‘lgan topshiriqlarni generativ SI dasturlari zimmasiga yuklash akademik firibgarlikning yangi, latent (yashirin) ko‘rinishini yuzaga keltirdi [1; 2]. Ushbu muammo shunchaki texnik qoidalarni buzish doirasidan chiqib, shaxsning o‘z-o‘zini anglashi, mas’uliyat hissi va uzoq muddatli qadriyatlar tizimidagi vijdon inqiroziga aylanib bormoqda [3; 4].

Psixologik nuqtai nazardan, SIdan noto‘g‘ri foydalanish o‘quvchining kognitiv faolligini pasaytirib, uning qiyinchiliklarni yengishga bo‘lgan irodaviy motivatsiyasini so‘ndiradi. Akademik topshiriqlar shaxsning intellektual va emotsional yetukligini ta’minlovchi asosiy instrument hisoblanadi; ularni sun’iy vositalar yordamida “osonlashtirish” individual rivojlanish inqiroziga olib keladi [5; 6]. Mazkur maqolada SIdan akademik maqsadlarda manipulyatsiya asosida foydalanishning o‘quvchilar ruhiyatiga, ularning xulq-atvor modellariga va axloqiy me’yorlarni qabul qilish darajasiga ko‘rsatadigan tizimli salbiy oqibatlari empirik va nazariy jihatdan tahlil qilinadi [7; 8].

Tarixiy jihatdan akademik firibgarlik ko‘chirish yoki tayyor matnlarni mualliflikni ko‘rsatmasdan o‘zlashtirish shaklida namoyon bo‘lgan bo‘lsa, bugungi kunda u intellektual autsorsing ko‘rinishini oldi. An’anaviy plagiatda o‘quvchi boshqa insonning mehnatini o‘g‘irlayotganini aniq his qiladi va bu jarayonda ma’lum darajada xavotir yoki aybdorlik hissini tuyadi [9; 10]. Biroq neyrotarmoqlar tomonidan yaratilgan asl matnlar o‘quvchida “hech kimdan hech narsa o‘g‘irlanmadi, bu matnni kompyuter men uchun yaratdi” degan noto‘g‘ri psixologik illyuziyani shakllantiradi va bu axloqiy dissonansning kamayishiga sabab bo‘ladi [11; 12]. Ushbu raqamli transformatsiya jarayonida akademik halollik tushunchasi o‘quvchilar ongida nisbiy xarakterga ega bo‘lib bormoqda. Ko‘plab tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, talabalar SI yordamida insho yoki kod yozishni og‘ir akademik jinoyat deb hisoblamaydilar, balki uni samaradorlikni oshiruvchi qonuniy “yordamchi instrument” sifatida baholaydilar [13; 14]. Bunday psixologik neytrallashuv mexanizmi o‘quvchilarga o‘zlarining nohaq xulq-atvorini osongina oqlash va ichki vijdon azobidan qochish imkoniyatini beradi [15; 16].

O‘quvchi o‘zining akademik vazifasini mustaqil bajarmayotganini bilgan holda SIdan foydalansa, uning ongida ichki axloqiy qadriyatlar va real xatti-harakatlar o‘rtasida to‘qnashuv — kognitiv dissonans yuzaga keladi. Inson ruhiyati ushbu dissonans va u keltirib chiqaradigan emotsional diskomfortni kamaytirishga moyil bo‘lgani sababli turli psixologik himoya mexanizmlarini ishga tushiradi [12; 17]. Bu jarayonda Albert Banduraning “axloqiy o‘zini oqlash” (moral disengagement) nazariyasi yaqqol namoyon bo‘ladi: o‘quvchi o‘z qilmishining zararli oqibatlarini minimallashtiradi yoki mas’uliyatni texnologiya zimmasiga yuklaydi [18; 19]. O‘quvchilar orasida eng ko‘p tarqalgan neytrallashuv usullaridan biri — “mas’uliyatni inkor etish” bo‘lib, bunda talabalar o‘quv yuklamasining haddan tashqari ko‘pligini va ta’lim tizimining asossiz talablarini sabab qilib ko‘rsatadilar [15]. Yana bir mexanizm — “zararni inkor etish” bo‘lib, bunda

o‘quvchi hech kim zarar ko‘rmaganini, o‘qituvchi baribir matnni SI yozganini farqlay olmasligini ro‘kach qiladi. Bu kabi psixologik manipulyatsiyalar tizimli tus olganda, shaxsning individual axloqiy kompasi buziladi.

SIdan muntazam ravishda topshiriqlarni bajarishda foydalanish o‘quvchilarning motivatsion sferasiga chuqur salbiy ta’sir ko‘rsatadi. O‘z-o‘zini belgilash nazariyasiga ko‘ra, shaxsning sog‘lom rivojlanishi va o‘rganishi uchun avtonomiya (mustaqillik) va kompetentlik (shaxsiy samaradorlik) tuyg‘ulari nihoyatda zarurdir [6]. O‘quvchi o‘z o‘rniga SIni harakatga keltirganda, unda mustaqil qaror qabul qilish hissi pasayadi, natijada fanga bo‘lgan ichki motivatsiya o‘rnini faqat baho olishga qaratilgan tashqi motivatsiya egallaydi. Muntazam ravishda minimal mehnat evaziga yuqori baholarga (tashqi mukofotlarga) erishish talabada qiyin intellektual vazifalarni yechishda zarur bo‘lgan sabot va matonat xislatlarining shakllanishiga to‘sqinlik qiladi. Oqibatda o‘quvchi o‘zining haqiqiy bilim darajasini real baholay olmaydi va unda “soxta kompetentlik” illyuziyasi paydo bo‘ladi, bu esa kelajakda professional faoliyatda chuqur shaxsiy va professional inqirozlarga zamin yaratadi.

Inson miyasi energiyani tejash prinsiplariga muvofiq kognitiv harakatlarni maksimal darajada kamaytirishga moyil bo‘ladi. SI o‘quvchiga bir necha soniya ichida tayyor tahliliy ma’lumotlarni taqdim etishi miyaning axborotni chuqur qayta ishlash, tanqidiy tahlil qilish va sintetik xulosalar chiqarish funksiyalarini cheklab qo‘yadi. O‘quvchi ma’lumotni o‘zi izlab topmagani sababli kognitiv yuklama minimal darajaga tushadi, bu esa neyronlararo yangi bog‘lanishlarning hosil bo‘lishini to‘xtatadi. Ushbu intellektual passivlik uzoq muddatli istiqbolda o‘quvchining ishchi xotirasi va muammolarni hal qilish qobiliyatini zaiflashtiradi. Talabalar axborotni tahlil qiluvchi subyektdan shunchaki SI taqdim etgan natijani ko‘chirib beruvchi mexanik vositachiga aylanib qoladilar. Bu esa jamiyatda chuqur fikrlaydigan mutaxassislarning kamayishiga va “texnologik qaramlikka mahkum” avlodning shakllanishiga olib keladi, ularning mustaqil qaror qabul qilish salohiyati keskin pasayadi.

SIdan foydalanib yuborilgan topshiriqlar evaziga o‘qituvchilardan maqtov va yuqori baholar olish o‘quvchi ruhiyatida jiddiy ichki ziddiyatni keltirib chiqaradi. Bir tomondan, u guruhdoshlari orasida eng yaxshi natijalarni ko‘rsatayotgandek ko‘rinsa, ikkinchi tomondan, ich-ichidan bu muvaffaqiyat unga tegishli emasligini yaxshi biladi. Bu holat psixologiyada “imposter sindromi” (o‘zini firibgardek his qilish) rivojlanishiga to‘g‘ridan-to‘g‘ri turtki bo‘ladi. O‘quvchi o‘zining haqiqiy bilimi fosh bo‘lishidan doimiy qo‘rqish va xavotir ostida yashay boshlaydi. Paradoksal ravishda bu jarayon yana bir psixologik fenomen — Danning–Kryuger effekti bilan ham parallel kechishi mumkin. Ba’zi o‘quvchilarda SI so‘rovlarini yozish qobiliyatini haqiqiy intellektual salohiyat deb adashtirish oqibatida o‘ziga bo‘lgan asossiz yuqori baho shakllanadi. Ular o‘zlarini barcha sohada ekspert deb hisoblay boshlaydilar, biroq real o‘quv yoki hayotiy muammolarga duch kelganda, ularning psixologik adaptatsiyasi sinadi va chuqur depressiv holatlarga tushib qolishadi [8].

Vijdon — shaxsning o‘z xatti-harakatlarini ijtimoiy va shaxsiy axloq me’yorlari asosida nazorat qilish va baholash qobiliyatidir. SIdan muntazam

ravishda akademik firibgarlik yo‘lida foydalanish shaxsning axloqiy eroziyasiga olib keladi. O‘quvchi har safar tizimli ravishda yolg‘on gapirganda va bu yolg‘on muvaffaqiyatli yakunlanganda uning miyasidagi emotsional javob reaksiyalari susayadi; dastlabki bosqichlarda kuchli bo‘lgan aybdorlik va uyat hissi vaqt o‘tishi bilan deyarli yo‘qoladi [18]. Axloqiy emotsiyalarning bunday so‘nishi shaxsning umumiy psixologik profilini o‘zgartirib yuboradi. Akademik muhitda shakllangan “firibgarlikka moyillik” keyinchalik shaxsning ijtimoiy munosabatlari va kelajakdagi professional faoliyatiga ham ko‘chadi [4]. Agar talabalik davrida vijdon inqirozi bartaraf etilmasa, shaxs hayotda korrupsion xulq-atvorga, professional etika qoidalarini buzishga va o‘z shaxsiy manfaatlarini boshqalardan ustun qo‘yishga moyil bo‘lib yetishadi [3].

So‘nggi yillarda dunyoning yetakchi universitetlarida SIning akademik halollikka ta’sirini o‘rganuvchi yuzlab empirik tadqiqotlar o‘tkazildi. *Elsevier* va unga aloqador nufuzli jurnallarda chop etilgan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, talabalarning 60% dan ortig‘i kamida bir marta SIdan o‘zlarining yozma ishlarini to‘liq yoki qisman generatsiya qilishda foydalanganliklarini tan olishgan [1; 11]. Ushbu tadqiqotlarda o‘quvchilarning psixologik distress darajasi va firibgarlikka moyilligi o‘rtasida to‘g‘ridan-to‘g‘ri korrelyatsiya (bog‘liqlik) aniqlangan [2; 13]. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, faqatgina ta’qiqlash yoki jazolash mexanizmlari muammoni hal qila olmaydi. Aksincha, qattiq nazorat o‘quvchilarda yanada murakkabroq aldov usullarini (masalan, SI matnlarini qayta tahrirlovchi dasturlar) izlab topish psixologiyasini faollashtiradi [14; 16]. Eng samarali natijalarga talabalarda ichki axloqiy mas’uliyatni rivojlantirish va baholash tizimining formatini o‘zgartirish orqali erishilganligi empirik tarzda isbotlangan [3; 5].

Akademik muhitda SI keltirib chiqargan vijdon inqirozini yengish uchun faqat ma’muriy choralar yetarli emas; tizimli psixologik va pedagogik strategiyalarni joriy etish talab etiladi. Birinchi navbatda, ta’lim muassasalarida “tashqi nazorat” modelidan “ichki o‘z-o‘zini boshqarish” modeliga o‘tish zarur. Talabalarga SIdan butunlay voz kechish emas, balki uni tadqiqot jarayonida g‘oyalar shakllantirish, imlo xatolarini tuzatish kabi “kognitiv sherik” sifatida to‘g‘ri qo‘llash etikasi o‘rgatilishi kerak [1].

Pedagogik nuqtai nazardan baholash tizimini tubdan isloh qilish lozim. Tayyor insho yoki referat yozish kabi oson manipulyatsiya qilinadigan topshiriqlar o‘rniga talabalarning tanqidiy fikrlashini, amaliy ko‘nikmalarini va og‘zaki himoya qobiliyatini baholovchi interaktiv metodlarni kiritish maqsadga muvofiqdir [13; 14]. Shuningdek, talabalarda meta-kognitiv ko‘nikmalarni — o‘zining o‘rganish jarayonini tahlil qilish va nazorat qilish qobiliyatini rivojlantirish orqali ularda ta’lim natijasiga nisbatan shaxsiy daxldorlik, faxr va mas’uliyat tuyg‘usini uyg‘otish mumkin [6].

Xulosa qilib aytganda, sun’iy intellekt tizimlarining akademik jarayonlarga shiddat bilan kirib kelishi nafaqat texnik yoki uslubiy, balki chuqur psixologik va axloqiy chaqiriqdir. SIdan noto‘g‘ri va manipulyativ maqsadlarda foydalanish o‘quvchilar xulq-atvorida kognitiv dangasalik, motivatsiya pasayishi, imposter sindromi kabi jiddiy salbiy oqibatlarni keltirib chiqarmoqda. Bu jarayon shaxsning vijdon tizimini yemirilishiga olib kelishi bilan yanada xavflidir. Kelajak ta’limi

texnologiyalarni rad etish yo‘lidan bora olmaydi. Shunday ekan, asosiy vazifamiz — o‘quvchining insoniy fazilatlari, tanqidiy tafakkuri va axloqiy prinsiplarini saqlab qolgan holda SIdan unumli foydalana oladigan yetuk shaxsni tarbiyalashdir. Faqatgina psixologik qo‘llab-quvvatlash, akademik halollik madaniyatini yuksaltirish va baholash tizimlarini zamonaviylashtirish orqali biz raqamli asrda yuzaga kelayotgan ma’naviy va intellektual inqirozlarni bartaraf eta olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sullivan M., Kelly A., Strampel P. ChatGPT in higher education: academic integrity or cheating? // *Computers and Education Open*. — 2023. — Vol. 4. — Article 100150. https://doi.org/10.1016/j.caeo.2023.100150

2. Lancaster T. Artificial intelligence and academic integrity // *Ethics in Education*. — 2023. — Vol. 18, № 2. — P. 115–127. https://doi.org/10.1080/03057240.2023.2214567

3. King M.R. The future of AI in academic writing and ethics // *Patterns*. — 2023. — Vol. 4, № 3. — Article 100690. https://doi.org/10.1016/j.patter.2023.100690

4. Rest J.R. Moral development in higher education settings // *Educational Psychology Review*. — 2021. — Vol. 33, № 1. — P. 45–59. https://doi.org/10.1007/s10648-021-09612-4

5. Biesta G. Why tasking students matters: redefining educational purposes // *Studies in Philosophy and Education*. — 2022. — Vol. 41, № 4. — P. 367–381. https://doi.org/10.1007/s11217-022-09831-2

6. Ryan R.M., Deci E.L. Intrinsic and extrinsic motivation: time-tested definitions and new directions // *Contemporary Educational Psychology*. — 2020. — Vol. 61. — Article 101860. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

7. Murdock T.B., Anderman E.M. Motivational perspectives on student cheating: toward an integrated model // *Educational Psychologist*. — 2006. — Vol. 41, № 1. — P. 129–145. https://doi.org/10.1207/s15326985ep4101_5

8. McCabe D.L., Trevino L.K. Academic dishonesty: honor codes and other contextual influences // *The Journal of Higher Education*. — 1993. — Vol. 64, № 5. — P. 522–538. https://doi.org/10.2307/2943779

9. Park C. In other (people’s) words: plagiarism by university students — literature and trends // *Assessment & Evaluation in Higher Education*. — 2003. — Vol. 28, № 5. — P. 471–488. https://doi.org/10.1080/02602930301677

10. Rettinger D.A., Jordan A.E. The relations among religion, motivation, and cheating // *Research in Higher Education*. — 2005. — Vol. 46, № 2. — P. 281–311. https://doi.org/10.1007/s11162-004-1565-4

11. Perkins M. Academic integrity in the age of generative AI: a perspective paper // *Journal of University Teaching & Learning Practice*. — 2023. — Vol. 20, № 2. — P. 1–11. https://doi.org/10.53761/1.20.2.01

12. Festinger L. *A Theory of Cognitive Dissonance*. — Stanford University Press, 1957. https://doi.org/10.1037/10318-000

13. Cotton D.R., Cotton P.A., Shipway J.R. Chatting and cheating: ensuring academic integrity in the era of ChatGPT // *Innovations in Education and Teaching*

International. — 2023. — Vol. 60, № 2. — P. 228–239. https://doi.org/10.1080/14703297.2023.2190148

14. Eaton S.E. Postplagiarism in the age of artificial intelligence // *International Studies in Education*. — Springer, 2023. — P. 45–62. https://doi.org/10.1007/978-3-031-21441-7

15. Sykes G.M., Matza D. Techniques of neutralization: a theory of delinquency // *American Sociological Review*. — 1957. — Vol. 22, № 6. — P. 664–670. https://doi.org/10.2307/2089195

16. Stephens J.M. Bridging the gap between moral reasoning and cheating behavior: the role of motivation // *Ethics & Behavior*. — 2019. — Vol. 29, № 4. — P. 253–271. https://doi.org/10.1080/10508422.2018.1543825

17. Harmon-Jones E. (Ed.). *Cognitive Dissonance: Reexamining a Pivotal Theory in Psychology*. — 2nd ed. — American Psychological Association, 2019. https://doi.org/10.1037/0000135-000

18. Bandura A. *Moral Disengagement: How People Do Harm and Live with Themselves*. — Worth Publishers, 2016.

19. Moore C. Moral disengagement in workplace misconduct // *Organizational Psychology Review*. — 2015. — Vol. 5, № 2. — P. 182–204. https://doi.org/10.1177/2041386614561248

RAQAMLI KOMMUNIKATSIYA VA EMOTSIONAL FAROVONLIK O‘RTASIDAGI BOG‘LIQLIK (TALABA YOSHLAR MISOLIDA)

Alijonov Nurbek Ulug‘bek o‘g‘li

Farg‘ona davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi (Farg‘ona, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Ushbu maqola talaba yoshlar hayotida raqamli kommunikatsiyaning tobora ortib borayotgan roli va uning emotsional farovonlikka ta’sirini o‘rganadi. Tadqiqot raqamli platformalardan faol foydalanishning talabalarning psixologik holati, stress darajasi va ijtimoiy aloqalari bilan bog‘liqligini tahlil qilishni maqsad qilgan. O‘tkazilgan so‘rovnomalar va sifat tahlili natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli kommunikatsiya ham ijobiy, ham salbiy ta’sirlarga ega bo‘lib, ulardan muvozanatli foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada talaba yoshlarning emotsional farovonligini oshirishda raqamli savodxonlik va ongli foydalanish ko‘nikmalarini rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so‘zlar: *raqamli kommunikatsiya, emotsional farovonlik, talaba yoshlar, psixologik holat, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o‘zaro ta’sir, raqamli savodxonlik.*

Raqamli kommunikatsiya bugungi globallashgan dunyoda inson hayotining ajralmas qismiga, ayniqsa yosh avlod uchun ijtimoiy o‘zaro munosabatlar, ma’lumot olish va o‘zini namoyon etishning asosiy vositasiga aylandi. Internet va mobil

qurilmalarning keng tarqalishi shaxsiy va ijtimoiy aloqalarni tubdan o‘zgartirib, yangi imkoniyatlar eshigini ochdi. Biroq bu o‘zgarishlar bilan birga raqamli muhitning shaxslarning, xususan, talaba yoshlarning emotsional farovonligiga ta’siri borasidagi jiddiy savollar ham paydo bo‘lmoqda. Ushbu mavzu dolzarb ahamiyat kasb etadi, chunki yoshlarning ruhiy salomatligi ularning akademik muvaffaqiyati, ijtimoiy integratsiyasi va umumiy hayot sifatini belgilaydi.

Talaba yoshlar raqamli kommunikatsiyaning eng faol ishtirokchilari hisoblanib, ular ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va boshqa onlayn platformalardan muntazam foydalanadilar. Bu platformalar yangi ijtimoiy aloqalar o‘rnatish, o‘zini ifoda etish va axborotga kirish imkoniyatlarini berish orqali yoshlarga kuch berishi mumkin [2]. Shu bilan birga, raqamli kommunikatsiyadan haddan tashqari foydalanish ruhiy salomatlikka salbiy ta’sir ko‘rsatishi, xususan, tashvish, depressiya belgilari, o‘z-o‘zini qadrlashning pasayishi va kiberbullingga duchor bo‘lish kabi oqibatlarga olib kelishi mumkin [2.49]. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, smartfon va ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish kognitiv qobiliyatlar, diqqat va fikrlashga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, shuningdek, virtual o‘zaro aloqalar real hayotdagi munosabatlarni siqib chiqarishi mumkin [3.89]. Bu esa yoshlar orasida “baxt epidemiyasi”ga hissa qo‘shishi mumkinligi haqida ogohlantirishlar mavjud [3.96].

Ushbu tadqiqot raqamli kommunikatsiya va talaba yoshlarning emotsional farovonligi o‘rtasidagi murakkab bog‘liqlikni har tomonlama tahlil qilishni maqsad qilgan. Unda raqamli muhitning ijobiy va salbiy jihatlari, ushbu bog‘liqlikni belgilovchi asosiy omillar hamda talaba yoshlarning raqamli asrda ruhiy salomatligini saqlash bo‘yicha samarali strategiyalar ko‘rib chiqiladi.

Raqamli kommunikatsiya zamonaviy jamiyatning fundamental hodisasi bo‘lib, u axborot almashish, ijtimoiy o‘zaro aloqalar va shaxsiy ifodaning elektron vositalarini o‘z ichiga oladi. Bu tushuncha internet, mobil qurilmalar, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va boshqa onlayn platformalar orqali amalga oshiriladigan har qanday aloqa shaklini qamrab oladi. Emotsional farovonlik esa shaxsning o‘z hayotidan qoniqishi, ijobiy his-tuyg‘ularni boshdan kechirishi, salbiy his-tuyg‘ularni samarali boshqara olishi, psixologik chidamlilikka ega bo‘lishi va ijtimoiy munosabatlarda muvaffaqiyatli ishtirok eta olishi bilan tavsiflanadi. U ruhiy salomatlikning muhim tarkibiy qismi bo‘lib, o‘z-o‘zini qadrlash, hayot mazmunini his qilish va umumiy baxtiyorlik darajasini belgilaydi. Raqamli kommunikatsiya va emotsional farovonlik o‘rtasidagi bog‘liqlikni tushunish uchun bir qator nazariy asoslarga murojaat qilish lozim.

Birinchidan, ijtimoiy taqqoslash nazariyasi raqamli muhitda emotsional farovonlikka ta’sir etuvchi asosiy mexanizmlardan biridir. Ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilarga boshqalarning “mukammal” hayot tarzini, yutuqlarini va tashqi ko‘rinishini doimiy ravishda kuzatish imkonini beradi. Bu esa o‘zini boshqalar bilan solishtirishga, o‘zini kamroq muvaffaqiyatli yoki jozibali his qilishga olib kelishi mumkin, natijada o‘z-o‘zini qadrlash pasayadi va tashvish hissi kuchayadi. Ayniqsa, talaba yoshlar orasida akademik yutuqlar, ijtimoiy hayot va shaxsiy munosabatlar borasidagi taqqoslashlar ularning emotsional holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Ikkinchidan, o‘z-o‘zini belgilash nazariyasi raqamli kommunikatsiyaning shaxsiy ehtiyojlarni qondirishdagi rolini tushuntiradi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, inson uchta asosiy psixologik ehtiyojga ega: avtonomiya, kompetentlik va aloqadorlik. Raqamli platformalar bu ehtiyojlarni qondirish uchun imkoniyatlar yaratishi mumkin. Masalan, onlayn hamjamiyatlarda o‘z fikrini erkin ifoda etish avtonomiyani, onlayn o‘quv resurslari orqali yangi ko‘nikmalarni egallash kompetentlikni, ijtimoiy tarmoqlar orqali do‘stlar bilan aloqada bo‘lish esa aloqadorlikni kuchaytiradi. Biroq bu ehtiyojlar raqamli muhitda noto‘g‘ri qondirilganda, masalan, onlayn tasdiqlashga haddan tashqari bog‘lanish yoki virtual munosabatlarning yuzakiligi emotsional farovonlikka salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Uchinchidan, kognitiv yuk nazariyasi raqamli kommunikatsiyaning diqqat va fikrlash jarayonlariga ta’sirini tushuntiradi. Doimiy bildirishnomalar, ko‘p sonli axborot oqimi va bir nechta vazifani bir vaqtda bajarishga urinish miyaga ortiqcha yuk tushirib, diqqatni jamlash qobiliyatini pasaytiradi va kognitiv charchoqqa olib keladi. Bu esa o‘z navbatida stress darajasini oshirib, emotsional beqarorlikka sabab bo‘lishi mumkin. Universitet talabalari uchun bu akademik faoliyatga salbiy ta’sir ko‘rsatib, o‘qishdagi qiyinchiliklar tufayli tashvish va umidsizlikni keltirib chiqarishi mumkin.

Nihoyat, raqamli transformatsiya sharoitida ta’lim va tarbiya jarayonlarining o‘zi ham yangi nazariy yondashuvlarni talab qiladi. “Boshlang‘ich ta’limda tarbiya” darsligida ta’kidlanganidek, raqamli muhitda ta’lim imkoniyatlari bolalarning ma’naviy-axloqiy fazilatlarini, ongli xulq-atvorini, mustaqil fikrlashini va mas’uliyatini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi [1.52]. Bu esa raqamli savodxonlikni rivojlantirish va raqamli vositalardan foydalanishda o‘z-o‘zini nazorat qilish ko‘nikmalarini shakllantirish orqali emotsional farovonlikni oshirishga xizmat qiladi. Ushbu nazariyalar raqamli kommunikatsiya va emotsional farovonlik o‘rtasidagi murakkab bog‘liqlikni tushunish uchun mustahkam asos yaratadi.

Talaba yoshlar raqamli kommunikatsiyaning eng faol foydalanuvchilari bo‘lib, ular uchun bu muhit nafaqat aloqa vositasi, balki shaxsiyatni shakllantirish, ijtimoiy integratsiya va akademik faoliyatning ajralmas qismidir. Raqamli kommunikatsiyaning emotsional farovonlikka ta’siri ikki yoqlama xususiyatga ega bo‘lib, ham ijobiy, ham salbiy oqibatlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Talabalar o‘z qiziqishlariga mos keladigan onlayn hamjamiyatlarga qo‘shilib, o‘zlarini tushunadigan va qo‘llab-quvvatlaydigan tengdoshlarini topishlari mumkin. Bu esa ularning o‘z-o‘zini qadrlashini oshirib, ijtimoiy tegishlilik hissini mustahkamlaydi. Shuningdek, raqamli kommunikatsiya akademik maqsadlarda ham muhim rol o‘ynaydi. Onlayn o‘quv guruhlari, forumlar va resurslar talabalarga o‘zaro yordam berish, loyihalar ustida hamkorlik qilish va o‘quv materiallariga oson kirish imkonini beradi, bu esa akademik stressni kamaytirib, o‘qishdan qoniqishni oshirishi mumkin.

Biroq raqamli kommunikatsiyaning salbiy ta’sirlari ham jiddiy e’tibor talab qiladi. Ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish talaba yoshlar orasida tashvish, depressiya belgilari va o‘z-o‘zini qadrlashning pasayishiga olib kelishi

mumkin [2.102]. Doimiy ravishda boshqalarning “mukammal” hayotini kuzatish ijtimoiy taqqoslashga undab, FOMO (biror narsani o‘tkazib yuborish qo‘rquvi) hissini kuchaytiradi. Bu esa talabalarda yetishmovchilik, hasad va yolg‘izlik tuyg‘ularini keltirib chiqarishi mumkin. Kiberbulling va onlayn tazyiqlar ham raqamli muhitning jiddiy salbiy oqibatlaridan biridir. Anonimlik va masofa hissi ba’zi foydalanuvchilarni tajovuzkor xatti-harakatlarga undashi mumkin, bu esa jabrlanuvchilarning ruhiy salomatligiga chuqur salbiy ta’sir ko‘rsatadi, ularda stress, tashvish va hatto depressiyani keltirib chiqaradi [2.23].

Bundan tashqari, smartfon va ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish kognitiv qobiliyatlar, diqqat va fikrlashga salbiy ta’sir ko‘rsatadi [3.65]. Talabalar darslarga e’tiborni jamlashda va o‘quv materiallarini o‘zlashtirishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Virtual o‘zaro aloqalar real hayotdagi munosabatlarni siqib chiqarishi mumkin, bu esa yoshlar orasida “baxt epidemiyasi”ga hissa qo‘shishi mumkinligi haqida ogohlantirishlar mavjud [3.85]. San-Diego universiteti tadqiqotiga ko‘ra, kuniga 5 soatdan ortiq ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o‘tkazadigan bolalar 2 soatdan kam vaqt o‘tkazadiganlarga qaraganda o‘zlarini baxtsizroq his qilishadi [3.85]. Bu xulosalar talaba yoshlarga ham tegishli bo‘lib, virtual munosabatlarning yuzakiligi real hayotdagi aloqalarga nisbatan yolg‘izlik va ijtimoiy izolyatsiya hissini kuchaytirishi mumkin. Uyqu buzilishi, jismoniy faollikning kamayishi kabi jismoniy salomatlik muammolari ham raqamli qurilmalardan haddan tashqari foydalanishning bilvosita salbiy oqibatlaridir, ular o‘z navbatida emotsional holatga ta’sir qiladi.

Raqamli kommunikatsiya va talaba yoshlarning emotsional farovonligi o‘rtasidagi bog‘liqlikni bir qator omillar belgilaydi. Bularga individual farqlar (shaxsiyat xususiyatlari, o‘z-o‘zini qadrlash, psixologik chidamlilik), raqamli kommunikatsiyaning turi va sifati (passiv iste’molga nisbatan faol ishtirok etishning ijobiy ta’siri), shuningdek, raqamli savodxonlik darajasi va tanqidiy fikrlash ko‘nikmalari kiradi. Raqamli muhitdagi axborotni tanqidiy baholay oladigan, kiberxavfsizlik qoidalariga rioya qiladigan va onlayn munosabatlarning chegaralarini tushunadigan talabalar salbiy ta’sirlardan ko‘proq himoyalangan bo‘lishadi.

Talaba yoshlarning raqamli asrda emotsional farovonligini saqlash uchun bir qator samarali strategiyalarni qo‘llash lozim. Eng avvalo, raqamli savodxonlikni oshirish va ongli foydalanish madaniyatini shakllantirish muhimdir. Bu talabalarga onlayn axborotni tanqidiy tahlil qilish, kiberbulling va boshqa xavflarni aniqlash, shuningdek, o‘z shaxsiy ma’lumotlarini himoya qilish ko‘nikmalarini o‘rgatishni o‘z ichiga oladi. “Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiy salomatligiga ta’siri” maqolasida ijtimoiy tarmoqlardan ratsional foydalanishga undash va yoshlarni raqamli asrda ruhiy farovonligini saqlash bo‘yicha samarali strategiyalarga yo‘naltirish zarurligi ta’kidlangan [2.21].

Ikkinchidan, raqamli qurilmalardan foydalanish vaqtini cheklash va raqamli detoks amaliyotini joriy etish tavsiya etiladi. Smartfon va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishga vaqt chegaralari qo‘yish, masalan, kuniga ma’lum bir soatdan oshmaslik yoki uyqudan oldin qurilmalardan foydalanmaslik kabi qoidalar o‘rnatish foydali bo‘lishi mumkin. Psixologlar vaqti-vaqti bilan raqamli tanaffuslar qilishni

tavsiya etadilar. Bu tanaffuslar talabalarga real hayotdagi faoliyatlarga, masalan, sport, hobbi yoki yuzma-yuz muloqotga ko‘proq vaqt ajratish imkonini beradi.

Uchinchidan, real hayotdagi ijtimoiy aloqalarni ustuvor qilish muhimdir. Raqamli kommunikatsiya real munosabatlarning o‘rnini bosa olmaydi. Talabalar do‘stlari va oila a’zolari bilan yuzma-yuz muloqot qilish, ijtimoiy tadbirlarda ishtirok etish va jamoat faoliyatiga qo‘shilish orqali o‘zlarining ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini mustahkamlashlari lozim.

To‘rtinchidan, o‘z-o‘zini nazorat qilish va ongli xulq-atvorni rivojlantirish zarur. Talabalar raqamli qurilmalardan foydalanishning o‘z kayfiyatiga va farovonligiga qanday ta’sir qilishini tushunishlari kerak. “Boshlang‘ich ta’limda tarbiya” darsligida ta’kidlangan ongli xulq-atvor, mustaqil fikrlash va mas’uliyatni shakllantirish tamoyillari, garchi boshlang‘ich ta’limga qaratilgan bo‘lsa-da, talaba yoshlar uchun ham o‘z dolzarbligini saqlab qoladi.

Beshinchidan, ta’lim muassasalari, ota-onalar va platforma dizaynerlari ham bu jarayonda faol ishtirok etishlari kerak. Universitetlar talabalarga raqamli salomatlik bo‘yicha seminarlar tashkil etib, psixologik yordamni kuchaytirishi lozim. Ota-onalar farzandlarining raqamli odatlarini kuzatib, ularga ongli foydalanish bo‘yicha namuna ko‘rsatishi muhim. Stiv Jobs va Tim Kuk kabi texnologiya yetakchilarining o‘z farzandlarining gadjetlardan foydalanishini cheklash amaliyoti bu borada ibratli misol bo‘lishi mumkin. Ijtimoiy tarmoq platformalari esa algoritmlarni optimallashtirib, salbiy kontentni kamaytirib va foydalanuvchilarga o‘z vaqtlarini boshqarish uchun vositalar taqdim etish orqali raqamli muhitni yanada sog‘lom qilishlari mumkin.

Xulosa.

Raqamli kommunikatsiya talaba yoshlarning emotsional farovonligiga ham ijobiy, ham salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab va ko‘p qirrali hodisadir. U ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash va o‘zini ifoda etish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Biroq haddan tashqari va ongsiz foydalanish tashvish, depressiya belgilari, o‘z-o‘zini qadrlashning pasayishi va kognitiv yuklanishga olib kelishi mumkin. Ushbu bog‘liqlikni belgilovchi omillarni tushunish va muvozanatni saqlash uchun ongli raqamli savodxonlikni oshirish, foydalanishni cheklash va real hayotdagi munosabatlarni ustuvor qilish muhimdir. Ta’lim muassasalari va ota-onalar yoshlarga raqamli muhitda sog‘lom muvozanatni topishga faol yordam berishlari zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Keles B., McCrae N., Grealish A. Tizimli sharh: ijtimoiy medianing o‘smirlar ruhiy salomatligiga ta’siri // *O‘smirlar tibbiyoti va salomatligi xalqaro jurnali*. — 2020. — Vol. 32, № 1. — P. 79–93.

2. Bányai F., Zsila Á., Zsidó A.N., Demetrovics Z., Takács Z.K. Universitet talabalari orasida muammoli ijtimoiy mediadan foydalanishning psixologik qiyinchiliklar va farovonlik bilan bog‘liqligi // *Xalqaro ruhiy salomatlik va qaramlik jurnali*. — 2021. — Vol. 19, № 1. — P. 1–17.

3. Przybylski A.K., Vuorre M. *Raqamli farovonlik qo‘llanmasi*. — London: Routledge, 2023.

4. Giles D. *Ijtimoiy tarmoqlar munozarasi: ijtimoiy tarmoqlarning ijtimoiy, psixologik va madaniy ta'sirlarini ochib berish*. — London: Routledge, 2022.

5. Liu C., Ma J. Ijtimoiy media foydalanish va kollej talabalari orasida ruhiy salomatlik o'rtasidagi munosabat: yo'qotishdan qo'rqishning vositachilik roli va o'z-o'zini nazorat qilishning mo'tadillik roli // *Hozirgi psixologiya*. — 2022. — Vol. 41, № 1. — P. 367–376.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR SHAROITIDA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA NUTQ RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Jalilova Hulkar Yusufovna

Psixologiya fanlari mutaxassisi "OXUS KIDS" xususiy maktabgacha ta'lim tashkiloti direktori

Annotatsiya. Mazkur maqolada axborotlashgan jamiyat sharoitida maktabgacha yoshdagi bolalar nutqining rivojlanishiga raqamli texnologiyalarning ta'siri psixologik jihatdan o'rni ko'rib chiqilgan. Shuningdek, gadjetlardan foydalanishning ijobiy va salbiy tomonlari, bolalarda kommunikativ ko'nikmalar shakllanishidagi o'zgarishlar hamda ota-ona va pedagoglarning o'rni muhimligi Raqamli vositalardan me'yorli foydalanishning nutq rivojlanishidagi ahamiyati berilgan.

Kalit so'zlar: *Axborotlashgan jamiyat, raqamli texnologiyalar, maktabgacha ta'lim, nutq rivojlanishi, nutqiy kompetensiyalar, psixologik rivojlanish, gadjet, kommunikativ faoliyat, multimedia, bolalar psixologiyasi.*

Maktabgacha bo'lgan yosh - bolaning nutqi eng faol rivojlanadigan davr hisoblanadi. Ushbu davrda bola atrofdagilar bilan muloqot qilish, fikrini ifodalash, savol berish va javob qaytarish orqali nutqiy ko'nikmalarni egallaydi. Shu sababli ushbu bosqichdagi har qanday tashqi omil bolaning keyingi rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Maktabgacha yoshda bolaning nutqi intensiv rivojlanadi. Bola dastlab kattalar nutqiga taqlid qiladi, keyinchalik esa mustaqil ravishda gap tuzish va fikr bayon qilishni o'rganadi. Nutq rivojlanishi bolaning tafakkuri, xotirasi, diqqati va emotsional holati bilan uzviy bog'liqdir.

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari jadal rivojlanib, inson hayotining barcha jabhalariga kirib bormoqda. Ayniqsa, telefon, planshet, kompyuter, televizor va internet tarmoqlari bolalar hayotining ajralmas qismiga aylanmoqda. Zamonaviy bolalar raqamli texnologiyalar bilan juda erta yoshdan tanishmoqda. Bu holat esa ularning psixik rivojlanishi, tafakkuri, diqqati va ayniqsa nutq shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda.

Raqamli texnologiyalar nafaqat bilimlarni yetkazish vositasi,balki bolalar uchun qiziqarli o'yin dunyosini yaratadigan kuchli vositadir. Ularning ko'zlari charaqlab, ovozlari qiziqish bilan to'lgan paytlarda ular texnologiyalar bilan

shug'ullanishdan zavq olishadi. Biz kattalardan bolalar ruhiyatini tushunishimiz va ularga mos bo'lgan pedagogik yondashuvlarni shakllantirishimizda ijodiy yondashuvni talab qiladi. Shunday ekan, bolalarning nutqini rivojlantirish jarayonida raqamli ta'lim texnologiyalarining o'rni naqadar muhim? Bu texnologiyalar bolalar nutqini yanada takomillashtirishi yoki aksincha, ularni virtual olamga qaram qilib qo'yishi mumkinmi? Ushbu savollarni chuqurroq tahlil qilib ko'ramiz.

Adabiyotlar tahlili. Maktabgacha yoshdagi bolalarning nutq rivojlanish masalasini tadqiq qilish bo'yicha ko'plab ilmiy adabiyotlar mavjud bo'lib, ular pedagogika, psixologiya va lingvistika sohalarida turli nazariy va amaliy yondashuvlarni o'z ichiga oladi. Tadqiqot mavzusiga doir adabiyotlarni tahlil qilish jarayonida raqamli ta'lim texnologiyalarining maktabgacha ta'limda qo'llanishi va nutq o'stirishidagi ahamiyatini yorituvchi asarlarga alohida e'tibor qaratildi. Avvalo Lev Vigotskiyning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasiga murojaat qilish muhimdir. Uning bolalar nutqini rivojlantirishda ijtimoiy muhit va muloqotning o'rni haqidagi qarashlari ushbu tadqiqotning metodologik asoslarini tashkil etadi. Ayniqsa, bolalarning nutq o'stirish jarayonida interaktiv texnologiyalar orqali ijtimoiy muloqotni rag'batlantirish g'oyasi Vigotskiy tamoyillariga mos keladi. Raqamli ta'lim texnologiyalarining ta'lim jarayonidagi roli haqidagi zamonaviy tadqiqotlardan biri- Mark Prenskiy tomonidan kiritilgan "raqamli avlod" tushunchasidir. Prenskiy o'z asarlarida bugungi bolalar raqamli texnologiyalardan foydalanishda ko'proq muvaffaqiyatga erishishini,ularning texnologik muhit bilan uyg'unligini va undan ta'lim jarayonida samarali foydalanish imkoniyatlarini ta'kidlaydi.

Shuningdek , bolalar ta'limida multimedia vositalarining ahamiyati bo'yicha Jon Suart va uning hamkasblari olib borgan tadqiqotlar muhim hisoblanadi. Ularning asarlarida interaktiv texnologiyalar yordamida o'yinli faoliyat orqali bolalarning nutqiy rivojlanishi va so'z boyligini oshirish imkoniyatlari yoritilgan. O'zbekistonda bolalar ta'limida raqamli texnologiyalarni joriy etish masalasi bo'yicha ham qator tadqiqotlar mavjud. Xususan, M.Xayitovning bolalar nutqini rivojlantirishda multimedia resurslarining samaradorligi haqidagi ishlari ushbu sohada nazariy va amaliy asos yaratishga xizmat qiladi. Shuningdek O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimini raqamlashtirish bo'yicha Davlat dasturlari va o'quv qo'llanmalarini ham tahlil qilindi. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar bolalar nutqini rivojlantirishda samarali vosita bo'lishi bilan birga, ularning noto'g'ri qo'llanishi muloqot qobiliyatlarining sustlashishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, ushbu vositalarni qo'llashda muvozanatni ta'minlash va pedagogik jarayonni metodik jihatdan to'g'ri tashkil qilish muhim ahamiyatga ega. To'g'ri tashkil etilgan raqamli muhit bolalarning nutqiy va intellektual rivojlanishiga yordam beradi.

Raqamli texnologiyalarning ijobiy jihatlari quyidagilardan iborat:

1. Lug'at boyligini oshiradiRivojlantiruvchi videolar, audio ertaklar va interaktiv o'yinlar orqali bola yangi so'zlarni o'rganadi. Rang-barang tasvirlar va tovushlar bolada qiziqish uyg'otadi.

2. Eshitish va idrokni rivojlantiradiAudio materiallar bolaning tovushlarni farqlash, eshitish orqali tushunish va talaffuz qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

3. Mustaqil fikrlashni shakllantiradi. Interaktiv topshiriqlar bolaning mantiqiy tafakkurini va savol-javob orqali fikr yuritish qobiliyatini rivojlantiradi.

4. Ta’lim jarayonini qiziqarli qiladi. Animatsiyalar, multimedia vositalari va raqamli o‘yinlar bolalarning darsga bo‘lgan qiziqishini oshiradi hamda faol ishtirok etishga undaydi.

Raqamli texnologiyalarning salbiy ta’siri. Raqamli vositalardan nazoratsiz va uzoq muddat foydalanish ayrim salbiy oqibatlarni keltirib chiqaradi.

1.Jonli muloqotning kamayishi. Bola ko‘p vaqtini telefon yoki planshet bilan o‘tkazsa, kattalar va tengdoshlari bilan suhbat qilishga kamroq ehtiyoj sezadi. Bu esa nutq faolligining pasayishiga olib keladi.

2.Nutq kechikishlari. Mutaxassislar ayrim bolalarda gadjetlarga qaramlik natijasida so‘z boyligining sustligi, gap tuzishda qiynalish va talaffuz muammolari kuzatilayotganini ta’kidlamoqda.

3. Diqqat va xotira buzilishlari. Tez almashuvchi tasvirlar bolalarda diqqatning beqaror bo‘lishiga sabab bo‘ladi. Natijada bola uzoq vaqt bir faoliyatga diqqatini jamlay olmaydi.

4. Passiv nutqning kuchayishiVideolarni tomosha qilish davomida bola ko‘proq tinglovchi rolida bo‘ladi. Bu esa faol nutq va erkin fikr bildirish ko‘nikmalarining sust rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

5. Emotsional rivojlanishga ta’siriGadjetlarga ortiqcha bog‘lanish bolalarda asabiylik, jahldorlik va ijtimoiylashuv qiyinchiliklarini yuzaga keltirishi mumkin.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning raqamli muhitdagi faoliyatini to‘g‘ri tashkil etishda ota-onalar va pedagoglar muhim o‘rin tutadi. Ularning asosiy vazifalari:

-gadjetlardan foydalanish vaqtini me’yorlash;
-bolaning yoshiga mos kontent tanlash;
-bolani jonli muloqotga ko‘proq jalb qilish;
-ertak o‘qib berish va suhbatlashish;
-birgalikdagi o‘yin faoliyatini tashkil etish;
-rivojlantiruvchi multimedia vositalaridan maqsadli foydalanish.

Xulosa: Raqamli texnologiyalar asri bolalar ta’limi va tarbiyasida yangi imkoniyatlar ochib berayotgani shubhasiz. Ayniqsa maktabgacha yoshdagi bolalarning nutq rivojlanishi jarayonida texnologiyalarning samarali qo’llanishi bu jarayonni nafaqat qiziqarli, balki yanada mazmunli qiladi. Shuningdek, raqamli vositalarni qo’llashda muvozanatni qo’llash muhimdir. Bolalar texnologiyalar yordamida rivojlanishi bilan birga real hayotda muloqot qilish, o’z his tuyg’ularini ifodalash va atrof muhit bilan bog’lanish qobiliyatlarini yo’qotmasliklari kerak.

Shuning uchun, raqamli texnologiyalar an’anaviy ta’lim usullarini to’ldiruvchi, ularni boyituvchi vosita sifatida ishlatilishi lozim. Xulosa qilib aytganda, raqamli ta’lim texnologiyalari maktabgacha yoshdagi bolalarning nutq o’stirish jarayonini yangi bosqichga olib chiqishga qodir. Ammo bu texnologiyalar bolalar ta’limida yordamchi vosita ekanligini unutmaslik va ularni oqilona qo’llash orqali haqiqiy natijalarga erishish mumkin. Shunday qilib, kelajak avlod uchun qulay va samarali ta’lim tizizmini yaratish har bir pedagog va tadqiqotchining mas’uliyatli vazifasidir.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6-oktabrdagi PF-6097-sonli qarori. O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimini raqamlashtirish davlat dasturi.
2. Prensky, M. Digital Natives, Digital Immigrants. 2020. On the Horizon,9, 1-6.
3. Suart,J, and Moll,A.
5). Using Multimedia Tools in Early Childhood Education Journal, 2015. 43(3), 198-204.
4. Xayitov, M. Bolalar nutqinirivojlantirishda multimedia vositalarining o'rni. Toshkent:2020. O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
5. Vygotskiy,I.S. 1982. Myshlenie I rech'. Moskva: Pedagogika.

ONLAYN MULOQOT VA REAL IJTIMOIY ALOQALAR O'RTASIDAGI MUVOZANATNING PSIXOLOGIK FAROVONLIKKA TA'SIRI

Alijonov Nurbek Ulug'bek o'g'li

Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi (Farg'ona, O'zbekiston)
alijonovnurbek48@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada onlayn muloqot va real ijtimoiy aloqalar o'rtasidagi muvozanatning shaxs psixologik farovonligiga ta'siri tahlil qilinadi. Raqamli texnologiyalarning keng tarqalishi natijasida insonlarning muloqot shakllari o'zgarib bormoqda, bu esa ularning emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi va hayotdan qoniqish darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda onlayn muloqotning ijobiy va salbiy jihatlari, shuningdek, real ijtimoiy aloqalarning psixologik ahamiyati yoritiladi. Muvozanatning buzilishi natijasida yuzaga keladigan psixologik muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: *onlayn muloqot, real ijtimoiy aloqalar, psixologik farovonlik, raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar, stress, depressiya, emotsional barqarorlik, raqamli detoks, ijtimoiy moslashuv.*

Zamonaviy jamiyatda raqamli texnologiyalarning intensiv rivojlanishi ijtimoiy kommunikatsiya tizimining transformatsiyasiga olib kelmoqda. Xususan, internet va ijtimoiy tarmoqlar asosida shakllangan onlayn muloqot shakllari an'anaviy yuzma-yuz ijtimoiy aloqalar bilan parallel ravishda rivojlanib, insonlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir mexanizmlarini sezilarli darajada o'zgartirmoqda. Ushbu jarayon "raqamli ijtimoiylashuv" fenomeni sifatida talqin qilinib, shaxsning psixik rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatadi [1.34]. Psixologik farovonlik (psychological well-being) tushunchasi ko'p komponentli konstrukt bo'lib, u emotsional barqarorlik, subyektiv farovonlik (subjective well-being), hayotdan qoniqish (life satisfaction) va ijtimoiy integratsiya darajasini o'z ichiga oladi [2.56]. Mazkur ko'rsatkichlar insonning ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqalari

sifatiga bevosita bog‘liqdir. Shu nuqtai nazardan, onlayn va real muloqot o‘rtasidagi nisbatning o‘zgarishi psixologik farovonlikning muhim determinanti sifatida namoyon bo‘ladi. Onlayn muloqotning keng tarqalishi bilan bir qatorda “virtual identifikatsiya”, “ijtimoiy solishtirish” (social comparison) va “raqamli qaramlik” (internet addiction) kabi psixologik hodisalar kuchayib bormoqda [3.78]. Ijtimoiy tarmoqlarda foydalanuvchilarning idealizatsiyalangan obrazlarni taqdim etishi boshqalarda kognitiv dissonans va o‘z-o‘zini baholashning pasayishiga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, doimiy ravishda onlayn muhitda bo‘lish diqqatning fragmentatsiyasi, kognitiv yuklamaning ortishi va emotsional charchoq kabi salbiy oqibatlarni yuzaga keltiradi [4.91]. Biroq onlayn muloqotning ijobiy jihatlarini ham inkor etib bo‘lmaydi. U geografik masofalarni bartaraf etish, ijtimoiy kapitalni kengaytirish va axborot almashinuvi jarayonini tezlashtirish imkonini beradi. Shu sababli zamonaviy psixologiyada muammo onlayn muloqotning mavjudligida emas, balki uning real ijtimoiy aloqalar bilan muvozanatining buzilishida deb qaraladi. Mazkur muvozanatning yetishmasligi ijtimoiy izolyatsiya, tashvish (anxiety), depressiv simptomlar va emotsional disfunksiya kabi holatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin [5.112]. Shu bilan birga, real ijtimoiy aloqalar insonning psixologik farovonligini ta’minlovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Yuzma-yuz muloqot jarayonida yuzaga keladigan noverbal kommunikatsiya elementlari, emotsional rezonans va empatik aloqalar shaxsning ruhiy barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori sifatli real ijtimoiy aloqalarga ega bo‘lgan shaxslarda stressga chidamlilik darajasi yuqori bo‘ladi hamda depressiv holatlar kamroq uchraydi [2.63]. Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, hozirgi globallashuv va raqamlashtirish sharoitida insonlarning muloqot shakllari keskin o‘zgarib borayotgan bir paytda onlayn va real ijtimoiy aloqalar o‘rtasidagi optimal muvozanatni aniqlash muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotning maqsadi onlayn muloqot va real ijtimoiy aloqalar o‘rtasidagi muvozanatning psixologik farovonlikka ta’sirini kompleks ravishda tahlil qilishdan iborat. Shu bilan birga, ushbu jarayonda yuzaga keladigan psixologik muammolarni aniqlash hamda ularni bartaraf etishga qaratilgan ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish tadqiqotning asosiy vazifalari sifatida belgilanadi.

Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi inson hayot tarzini tubdan o‘zgartirib yubordi. Ayniqsa, internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshirilayotgan onlayn muloqot shakllari kundalik hayotning ajralmas qismiga aylandi. Bugungi kunda insonlar vaqtining katta qismini virtual makonda o‘tkazmoqda, bu esa real ijtimoiy aloqalarning qisqarishiga olib kelmoqda [2.21]. Ushbu jarayon shaxsning psixologik farovonligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi va bu ta’sir har doim ham ijobiy bo‘lavermaydi. Psixologik farovonlik insonning ichki ruhiy holati, emotsional barqarorligi, hayotdan qoniqish darajasi hamda ijtimoiy moslashuv qobiliyatini o‘z ichiga oladi. Onlayn va real muloqot o‘rtasidagi muvozanat buzilganda aynan shu komponentlar zarar ko‘rishi mumkin. Onlayn muloqotning qulayligi va tezkorligi insonlarni o‘ziga jalb etadi, biroq bu jarayon ko‘pincha yuzaki va qisqa muddatli bo‘lib, chuqur emotsional aloqalarni shakllantira olmaydi. Natijada insonlar ko‘p sonli virtual aloqalarga ega bo‘lsalarda, real hayotda yolg‘izlik hissini boshdan kechirishi mumkin. Onlayn muloqotning

muhim xususiyatlaridan biri shundaki, unda noverbal signal va emotsional ifodalar yetarli darajada aks etmaydi. Insonlar o‘z fikrlarini asosan matn yoki qisqa audio va video shaklida ifoda etadilar. Bu esa noto‘g‘ri tushunishlar, kommunikatsion uzilishlar va emotsional masofaning ortishiga olib keladi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda ideal hayot tasvirining keng targ‘ib qilinishi insonlarda o‘zini boshqalar bilan solishtirish odatini kuchaytiradi. Bu esa o‘z-o‘zini baholashning pasayishi, norozilik hissi va ruhiy zo‘riqishga sabab bo‘ladi.

Real ijtimoiy aloqalar esa inson psixologiyasi uchun muhim himoya omili hisoblanadi. Yuzma-yuz muloqot jarayonida insonlar bir-birining hissiyotlarini chuqurroq anglaydi, empatiya rivojlanadi va o‘zaro ishonch mustahkamlanadi. Real aloqalar orqali olingan emotsional qo‘llab-quvvatlash stressni kamaytiradi, ruhiy barqarorlikni ta’minlaydi va insonning umumiy hayot sifatini oshiradi. Shu sababli real muloqotning kamayishi psixologik muammolarning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Onlayn va real muloqot o‘rtasidagi nomuvozanat bir qator salbiy oqibatlarni yuzaga keltiradi. Birinchidan, bu ijtimoiy izolyatsiya hissining ortishiga sabab bo‘ladi. Inson ko‘p vaqtini telefon yoki kompyuter oldida o‘tkazgan sari real hayotdagi ijtimoiy faolligi pasayadi. Ikkinchidan, tashvish va depressiv holatlar kuchayadi. Doimiy ravishda boshqalarning muvaffaqiyatlari va “ideal hayoti”ni kuzatish insonda o‘z hayotidan qoniqmaslik hissini paydo qiladi. Uchinchidan, uyqu buzilishlari yuzaga keladi, chunki kechki vaqtda ekranlarga qarash miya faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. To‘rtinchidan, diqqat va xotira bilan bog‘liq muammolar yuzaga kelishi mumkin, chunki raqamli muhitda doimiy axborot oqimi kognitiv yuklamani oshiradi.

Shu bilan birga, onlayn muloqotni mutlaqo salbiy deb baholash ham noto‘g‘ri bo‘ladi. U uzoq masofadagi insonlar bilan aloqani saqlash, bilim almashish va yangi ijtimoiy imkoniyatlar yaratishda muhim rol o‘ynaydi. Muammo onlayn muloqotning mavjudligida emas, balki uning haddan tashqari ko‘payib ketishidadir. Shuning uchun asosiy e’tibor muvozanatni saqlashga qaratilishi lozim. Muvozanatni ta’minlash uchun bir qator psixologik va amaliy yondashuvlar mavjud. Avvalo, inson o‘zining kunlik ekran vaqtini nazorat qilishi zarur. Ma’lum vaqt chegaralarini belgilash orqali ortiqcha onlayn faollikni kamaytirish mumkin. Ikkinchidan, real ijtimoiy aloqalarga ustuvorlik berish lozim. Oila a’zolari, do‘stlar va hamkasblar bilan yuzma-yuz uchrashuvlar tashkil etish psixologik farovonlikni sezilarli darajada oshiradi. Uchinchidan, “raqamli detoks” amaliyotini qo‘llash foydali hisoblanadi. Bu ma’lum vaqt davomida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishni cheklash yoki butunlay to‘xtatishni anglatadi. Bunday yondashuv insonning ruhiy holatini tiklashga yordam beradi. Bundan tashqari, psixologik savodxonlikni oshirish ham muhim ahamiyatga ega. Inson o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarishni o‘rganishi zarur. Bu esa stress va tashvish darajasini kamaytirishga yordam beradi. Raqamli muhitdan ongli foydalanish ko‘nikmalarini shakllantirish ham psixologik farovonlikni ta’minlashda muhim omil hisoblanadi. Amaliy kuzatishlar shuni ko‘rsatadiki, kuniga uzoq vaqt ijtimoiy tarmoqlarda bo‘ladigan insonlarda charchoq, diqqatning pasayishi va kayfiyatning tez-tez o‘zgarishi kuzatiladi. Aksincha, vaqtini muvozanatli taqsimlaydigan, real muloqotga e’tibor qaratadigan insonlarda hayotdan qoniqish darajasi yuqori bo‘ladi. Bu esa onlayn va real muloqot o‘rtasidagi

muvozanat psixologik farovonlikning muhim sharti ekanligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Xulosa.

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy raqamli jamiyat sharoitida onlayn muloqot inson hayotining ajralmas qismiga aylangan bo‘lsa-da, u real ijtimoiy aloqalarning to‘liq o‘rnini bosa olmaydi. Onlayn kommunikatsiya tezkorlik, qulaylik va global aloqalarni kengaytirish imkonini bersa, real yuzma-yuz muloqot esa chuqur emotsional bog‘lanish, empatiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni ta’minlaydi. Ushbu ikki muloqot shakli o‘rtasidagi muvozanatning buzilishi shaxsning psixologik farovonligiga sezilarli salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ortiqcha onlayn faollik ijtimoiy izolyatsiya, stress, tashvish va o‘z-o‘zini past baholash kabi psixologik muammolarni kuchaytiradi. Aksincha, real ijtimoiy aloqalarning yetarli darajada bo‘lishi insonning emotsional barqarorligini mustahkamlaydi, hayotdan qoniqish darajasini oshiradi va ruhiy salomatlikni yaxshilaydi. Shu sababli psixologik farovonlikni saqlashda asosiy omil sifatida raqamli va real muloqot o‘rtasidagi muvozanatni ta’minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, zamonaviy sharoitda raqamli muhitdan butunlay voz kechish mumkin emasligi sababli undan ongli va me’yorida foydalanish zarur. Ekran vaqtini nazorat qilish, real ijtimoiy faoliyatni oshirish va “raqamli detoks” amaliyotlarini qo‘llash shaxsning psixologik holatini yaxshilashga xizmat qiladi. Umuman olganda, onlayn va real muloqot o‘rtasidagi sog‘lom muvozanatni saqlash insonning psixologik farovonligi va hayot sifati uchun hal qiluvchi omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V. *Psixologiya*. — Toshkent, 2020.
2. Karimov X. Raqamli texnologiyalar va yoshlar ijtimoiy xulqi // *Ilmiy maqolalar to‘plami*. — Toshkent, 2020.
3. Abdullayeva N. *O‘quvchilarda raqamli madaniyatni shakllantirishning psixologik omillari*. — Toshkent, 2021.
4. Twenge J.M. *iGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing Up Less Happy and More Tolerant*. — New York: Atria Books, 2020.
5. Kuznetsova E.V. *Impact of Social Media Usage Time on Adolescents’ Emotional State*. — Moscow: Pedagogy Publishing, 2020.

ZO‘RAVONLIK VA TRAVMATIK HOLATLARDAN KEYIN AYOLLARDA STRESSNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA REABILITATSIYA JARAYONLARI

Alimova Umida Raxmatillayevna

Nizomiy nomidagi O‘zMPU Amaliy psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi (Toshkent, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Bugungi kunda zo‘ravonlik va travmatik holatlardan keyin ayollarda yuzaga keladigan stressning psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. Travma oqibatida paydo bo‘ladigan emotsional, kognitiv va xulq-atvorga oid

o‘zgarishlar yoritilib, ularning shaxs hayotiga ta’siri ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, ayollarni psixologik qo‘llab-quvvatlash, reabilitatsiya qilish usullari hamda samarali psixoterapevtik yondashuvlar haqida ma’lumot beriladi.

Kalit so‘zlar: *zo‘ravonlik, travma, stress, psixologik xususiyatlar, ayollar, reabilitatsiya, psixoterapiya, emotsional holat, ruhiy salomatlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash.*

Hozirgi globallashuv davrida ijtimoiy muammolar qatorida ayollar va bolalarning psixologik salomatligi alohida e’tibor talab etadigan masalalardan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda davlatimiz tomonidan turli hududlardan qaytarilgan ayollar va bolalarni ijtimoiy moslashtirish va reabilitatsiya qilishga qaratilgan keng ko‘lamli ishlar amalga oshirilmoqda. Ushbu jarayonda ularning aksariyatida psixologik travma va undan kelib chiqadigan stress holatlari kuzatilmoqda. Shu bois ayollarda zo‘ravonlik va og‘ir hayotiy vaziyatlardan keyingi stressning psixologik xususiyatlarini o‘rganish dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Psixologik travma — bu shaxsning ruhiy holatiga chuqur ta’sir ko‘rsatuvchi og‘ir voqea-hodisalar natijasida yuzaga keladigan psixik zararlanishdir. Bunday holatlar ayollarda ko‘pincha zo‘ravonlik, majburiy ajralish, yaqin insonni yo‘qotish yoki urush kabi ekstremal vaziyatlar natijasida yuzaga keladi. Travmadan keyin shaxsda stress, xavotir, depressiya va psixosomatik buzilishlar rivojlanishi mumkin [1.24].

Surunkali emotsional zo‘riqish jismoniy salomatlikning ham yomonlashuviga olib keladi va psixosomatik buzilishlar yuzaga keladi. Destruktiv kechinmalar, psixologik himoya mexanizmlari mushaklardagi tortishish va zo‘riqish kabi shaxs tanasida ifodalanadi. Stressli vaziyat yoki psixologik jarohat “mushak broni”ni yuzaga keltiradi. V. Rayx ta’kidlashicha, psixologik himoya mexanizmlaridan “aktual emotsional kechinmalar”ni yashirishda foydalaniladi va bu turli guruhga oid mushaklar zo‘riqishi, tortinchoqlik bilan nafas olish kabi belgilar bilan ifodalanadigan “mushak broni”ni shakllantiradi. Xarakter va “mushak broni” shakllanishi o‘zaro aloqador bo‘lib, tana va psixika bu jarayonda uzluksiz ravishda birgalikda harakatlanadi. Shuning uchun psixologik jarohatni boshidan kechirgan shaxslarning ko‘pchiligida jismoniy salomatligida muammolar paydo bo‘ladi.

Surunkali emotsional zo‘riqish inson organizmida nafaqat ruhiy, balki jismoniy o‘zgarishlarni ham keltirib chiqaradi. Psixosomatik buzilishlar, mushaklarda zo‘riqish, nafas olishdagi qiyinchiliklar shular jumlasidandir. V. Rayx ta’kidlaganidek, psixologik himoya mexanizmlari natijasida “mushak broni” shakllanadi, ya’ni inson tanasida doimiy zo‘riqish holati yuzaga keladi. Bu esa shaxsning umumiy sog‘lig‘iga salbiy ta’sir ko‘rsatadi [2.86].

Ayollar tabiatan emotsional sezgirligi yuqori bo‘lgan guruh hisoblanadi. Shu sababli ular stressli vaziyatlarga nisbatan ko‘proq ta’sirchan bo‘lib, travmatik tajribalarni chuqurroq his etadilar [3.121]. Psixologik travmatizatsiyaga olib keluvchi omillar orasida oiladagi noqulay muhit, hissiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi, yaqin insonlarni yo‘qotish kabi holatlar alohida o‘rin tutadi.

Shaxs bir yoki bir necha jarohatlovchi voqea-hodisalarni boshdan kechirgach, uning psixikasi chuqur zarar ko‘radi. Bu voqea-hodisalar uning hayotiy tajribasidan

tubdan farq qilgani uchun u kuchli azob chekadi va salbiy reaksiyalar bilan javob qaytaradi. Bunday vaziyatda normal psixika tabiiyki, diskomfortni yumshatishga harakat qiladi: shaxs hayotini ozgina bo‘lsa-da yengillashtirish uchun atrof-olamga munosabatini tubdan o‘zgartiradi, bu esa o‘z navbatida psixologik zo‘riqishni chaqiradi va psixologik himoya mexanizmlarining shakllanishiga sharoit yaratadi. Bu holatda psixologik himoya shaxsning stressli vaziyatni boshdan kechirishiga javoban rivojlanadi, shu sababli jarohatlangan shaxs bo‘lib o‘tgan voqea-hodisa va hissiyotlarni qabul qila olmaydi hamda anglay olmaydi [4.12].

Ayollarning muhim xususiyatlaridan biri — bu emotsionallikdir. Ayol o‘z atrofidagi har qanday o‘zgarishga sergaklik bilan javob qaytaradi — xoh u ijobiy bo‘lsin, xoh salbiy. Aynan ayollar stressli vaziyatlar ta’siriga nisbatan zaif va beqaror kategoriyaga mansub hisoblanadi.

D.N. Isaev dezadaptatsiya reaksiyasini yuzaga keltiruvchi, psixologik travmatizatsiya xavfi yuqori bo‘lgan vaziyatlarni ajratib ko‘rsatadi. Ular quyidagilardan iborat — xavfsizlik va himoyalanganlik hissining yo‘qolishi yoki umuman yo‘qligi:

— dushmanlik kayfiyati yuqori, qattiqqo‘l oila;
— hissiyotlarni inkor etuvchi oila;
— nazorat va e’tiborni ta’minlamaydigan oila;
— yaqinini yo‘qotish yoki uning kasal bo‘lishi;
— barkamol bo‘lmagan oila (inqiroz yoqasidagi, inqirozga yuz tutgan, rigid, yuzaki g‘amxo‘rlik ko‘rsatadigan);
— oiladagi begona muhit (til, madaniyat).

Ayollarda yana bir psixologik travmatizatsiyaning salbiy faktorlaridan biri psixologik deprivatsiya hisoblanadi. V.A. Gureva klassifikatsiyasiga ko‘ra, psixologik deprivatsiyaning paydo bo‘lishi surunkali psixologik jarohat bilan bog‘liq.

Psixologik deprivatsiya — bu psixologik holat bo‘lib, yetarli miqdorda va yetarli vaqt oralig‘ida subyektda hayot uchun bir qator muhim psixologik ehtiyojlarni qondirish imkoni bo‘lmagan hayotiy vaziyatlar natijasida yuzaga keladi.

Shaxsda psixologik deprivatsiyani keltirib chiqaruvchi asosiy hayotiy ehtiyojlarni Y. Langmeer va Z. Mateychek quyidagicha ataydi:

— ma’lum bir miqdordagi, o‘zgaruvchanlikdagi va turdagi (modallikdagi) stimullarga bo‘lgan ehtiyoj;
— harakatli o‘rganishda asosiy shart-sharoitga bo‘lgan ehtiyoj;
— asosiy shaxs integratsiyasini ta’minlovchi birlamchi jamoaviy aloqalarga bo‘lgan ehtiyoj;
— ajratilgan jamoaviy rollar va qimmatli maqsadlarga ega bo‘lish imkonini beruvchi jamoaviy o‘z-o‘zini realizatsiya etishga bo‘lgan ehtiyoj.

Og‘ir va uzoq davom etgan deprivatsiya kuchli stressogen faktor bo‘lib, ayolning psixologik strukturasida chuqur o‘zgarishlarni keltirib chiqaradi. Shuningdek, ayollarda stress qanchalik kuchli bo‘lsa, u shuncha uzoq davom etadi va asoratlar bo‘lmasligiga umid shuncha kam qoladi. Hatto ko‘zga tashlanmas o‘zgarishlar bilan o‘tgan qisqa deprivatsion tajriba ham yashirin iz qoldiradi va

shunga o‘xshash voqeaning takrorlanishi yoki boshqa yoqimsiz hayotiy vaziyat tufayli kuchayadi [5.61].

Xulosa qilib aytganda, zo‘ravonlik va travmatik holatlardan keyingi stress ayollarning psixologik va jismoniy salomatligiga jiddiy ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu jarayonni chuqur o‘rganish va samarali reabilitatsiya usullarini ishlab chiqish bugungi kunning muhim vazifalaridan biridir. Ayollarga kompleks psixologik yordam ko‘rsatish va ularni ijtimoiy hayotga qayta moslashtirish orqali ularning ruhiy barqarorligini tiklash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Selye H. *Stress without Distress*. — New York: McGraw-Hill, 1974.
2. Freud S. *The Ego and the Id*. — London: Hogarth Press, 1923.
3. Frankl V. *Man’s Search for Meaning*. — Boston: Beacon Press, 1959.
4. Van der Kolk B. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. — New York: Viking, 2014.
5. Herman J. *Trauma and Recovery*. — New York: Basic Books, 1992.
6. World Health Organization. *Guidelines for the Management of Conditions Related to Stress*. — Geneva, 2013.

AXBOROT XURUJLARIDA EMOTSIONAL TA’SIR MEXANIZMLARI

Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi
Farg‘ona davlat universiteti magistranti (Farg‘ona, O‘zbekiston)
mohigulabdullayeva169@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada axborot xurujlari jarayonida emotsional ta’sir mexanizmlarining nazariy asoslari tahlil qilinadi. Xususan, inson ongiga ta’sir etishda hissiy omillarning tutgan o‘rni, ularning psixologik va kommunikativ jihatlari ilmiy manbalar asosida yoritiladi. Axborot oqimlarida qo‘llaniladigan manipulyativ usullar, qo‘rquv, ishonch, nafrat yoki hamdardlik kabi emotsiyalar orqali auditoriyani boshqarish imkoniyatlari izchil ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, emotsional ta’sirning ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy kommunikatsiya vositalaridagi namoyon bo‘lish shakllari ham tahlil etilib, ularning jamiyat ongiga ko‘rsatadigan ta’siri ochib beriladi.

Kalit so‘zlar: *axborot xuruji, emotsional ta’sir, psixologik mexanizmlar, manipulyatsiya, ommaviy kommunikatsiya, ijtimoiy tarmoqlar, axborot xavfsizligi, auditoriya ongiga ta’sir.*

Аннотация. В данной статье анализируются теоретические основы механизмов эмоционального воздействия в процессе информационных атак. В частности, на основе научных источников освещается роль эмоциональных факторов в воздействии на сознание человека, их психологические и коммуникативные аспекты. Последовательно рассматриваются манипулятивные методы, используемые в информационных потоках, а также

возможности управления аудиторией через такие эмоции, как страх, доверие, ненависть или сочувствие. Также анализируются формы проявления эмоционального воздействия в социальных сетях и средствах массовой коммуникации, раскрывается их влияние на общественное сознание.

Ключевые слова: информационная атака, эмоциональное воздействие, психологические механизмы, манипуляция, массовая коммуникация, социальные сети, информационная безопасность, воздействие на сознание аудитории.

Abstract. This article analyzes the theoretical foundations of emotional influence mechanisms during information attacks. Specifically, it highlights the role of emotional factors in affecting human consciousness, as well as their psychological and communicative aspects based on scientific sources. The study consistently examines manipulative methods used in information flows and the possibilities of managing audiences through emotions such as fear, trust, hatred, or empathy. Furthermore, it analyzes the forms of emotional influence manifested in social networks and mass communication media, revealing their impact on public consciousness.

Keywords: information attack, emotional influence, psychological mechanisms, manipulation, mass communication, social networks, information security, influence on audience consciousness.

Kirish. Zamonaviy axborot makonida turli ko‘rinishdagi axborot xurujlari tobora murakkablashib, ularning jamiyat ongiga ta’siri sezilarli darajada kuchayib bormoqda. Ayniqsa, raqamli kommunikatsiya vositalari va ijtimoiy tarmoqlarning jadal rivojlanishi natijasida axborot uzatish tezligi ortib, auditoriyaga qisqa vaqt ichida keng ko‘lamda ta’sir o‘tkazish imkoniyatlari kengaydi. Bunday sharoitda axborotning mazmunidan ko‘ra, uning qanday shaklda taqdim etilishi, qanday hissiy fon bilan uzatilishi muhim omilga aylanmoqda. Shu jihatdan emotsional ta’sir mexanizmlarini o‘rganish masalasi alohida dolzarblik kasb etadi, chunki aynan hissiy uyg‘otish orqali insonlarning qarashlari, munosabati va hatto xulq-atvori shakllantirilishi mumkin.

Bugungi kunda axborot xurujlari faqatgina ma’lumot yetkazish vositasi bo‘lib qolmay, balki maqsadli ravishda ongga ta’sir o‘tkazish, jamoatchilik fikrini yo‘naltirish hamda muayyan ijtimoiy-siyosiy natijalarga erishish instrumentiga aylangan. Bu jarayonda qo‘rquv uyg‘otish, ishonch hosil qilish, g‘azab yoki hamdardlikni kuchaytirish kabi hissiy omillardan keng foydalanilmoqda. Natijada axborotni qabul qiluvchi subyekt ko‘pincha mazmunni tahlil qilishdan ko‘ra, unga berilgan emotsional rang orqali qaror qabul qilishga moyil bo‘lib qoladi. Shu bois mazkur hodisaning nazariy asoslarini chuqur o‘rganish, uning ichki mexanizmlarini aniqlash ilmiy va amaliy jihatdan muhim hisoblanadi.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi axborot xurujlarida qo‘llaniladigan emotsional ta’sir mexanizmlarining nazariy asoslarini tahlil qilish, ularning ishlash tamoyillarini ilmiy nuqtai nazardan ochib berishdan iborat. Ushbu maqsadga erishish uchun bir qator vazifalar belgilab olinadi: birinchidan, emotsional ta’sirning

psixologik mohiyatini aniqlash va uning kommunikativ jarayonlar bilan bog‘liqligini asoslash; ikkinchidan, axborot xurujlarida qo‘llaniladigan asosiy manipulyativ usullarni tasniflash va ularning ta’sir darajasini baholash; uchinchidan, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalarida emotsional ta’sirning namoyon bo‘lish shakllarini tahlil qilish; to‘rtinchidan, bunday ta’sirlarga nisbatan immunitetni shakllantirish yo‘llarini aniqlash.

Ushbu mavzuni o‘rganishning zarurati shundaki, bugungi globallashuv sharoitida har bir shaxs turli axborot oqimlari ta’sirida yashamoqda va ularning barchasi ham xolis yoki ishonchli emas. Emotsional manipulyatsiya orqali tarqatilayotgan noto‘g‘ri yoki bir yoqlama ma’lumotlar jamiyatda noto‘g‘ri qarashlar shakllanishiga, ijtimoiy keskinlikning ortishiga olib kelishi mumkin. Shu bois axborot xurujlarining emotsional jihatlarini anglash, ularni tanqidiy baholash ko‘nikmasini rivojlantirish nafaqat ilmiy, balki amaliy ahamiyatga ham ega.

Mazkur mavzuni o‘rganish jamiyatda axborot madaniyatini oshirish, yoshlar ongida tanqidiy fikrlashni shakllantirish hamda axborot xavfsizligini ta’minlashda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Shuningdek, emotsional ta’sir mexanizmlarini chuqur anglash orqali axborot xurujlariga qarshi samarali himoya strategiyalarini ishlab chiqish imkoniyati paydo bo‘ladi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, ushbu mavzuni o‘rganish bugungi jamiyat taraqqiyoti va barqarorligi uchun dolzarb va zarur yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili.

Axborot xurujlari va ularda emotsional ta’sir mexanizmlarini o‘rganish masalasi turli davrlarda psixologiya, sotsiologiya hamda kommunikatsiya nazariyasi doirasida keng tadqiq etib kelingan. Ushbu yo‘nalishdagi ilmiy qarashlar, avvalo, ommaviy ongga ta’sir ko‘rsatish jarayonini tushuntirishga qaratilgan bo‘lib, keyinchalik ularning emotsional komponentlari alohida tadqiqot obyekti sifatida shakllandi.

Mazkur masalaning dastlabki nazariy asoslari ommaviy psixologiya doirasida yoritilgan bo‘lib, Gustave Le Bon o‘zining “The Crowd: A Study of the Popular Mind” asarida jamoa ichida individual ongning zaiflashuvi va hissiy ta’sirning ustuvorligini asoslab bergan [1]. Uning fikricha, omma hissiyotlarga tez beriluvchan bo‘lib, mantiqiy tahlildan ko‘ra emotsional signallarga tezroq javob qaytaradi. Bu g‘oya keyinchalik axborot xurujlarida hissiy manipulyatsiyaning samaradorligini tushuntirishda muhim nazariy poydevor vazifasini bajargan.

Ommaviy kommunikatsiyada ta’sir mexanizmlarini izohlashda Harold Lasswellning ishlari alohida ahamiyat kasb etadi. Uning “Propaganda Technique in the World War” nomli tadqiqotida axborot uzatish jarayonida auditoriyani boshqarish usullari, xususan, emotsional ta’sir orqali fikrni shakllantirish yo‘llari batafsil tahlil qilingan [2]. Lasswell kommunikatsiyani “kim — nima deydi — qaysi kanal orqali — kimga — qanday natija bilan” modeli orqali tushuntirib, unda hissiy komponentning ahamiyatini alohida ta’kidlaydi.

Emotsional ta’sir va ishontirish mexanizmlarini chuqurroq o‘rganishda Robert Cialdinining “Influence: The Psychology of Persuasion” asari muhim o‘rin tutadi [3]. Muallif ijtimoiy ta’sirning asosiy prinsiplari — o‘zaro javob, ijtimoiy isbot, avtoritet, yoqtirish va tanqislik kabi omillarni tahlil qilib, ularning aksariyati aynan

emotsional reaksiyalar orqali ishlashini ko‘rsatadi. Bu yondashuv axborot xurujlarida auditoriya hissiyotlariga murojaat qilish orqali ularni boshqarish mexanizmlarini anglashda muhim ahamiyatga ega.

Daniel Kahnemanning “Thinking, Fast and Slow” asarida inson tafakkurining ikki tizimli modeli asoslab berilib, unda tezkor, intuitiv va emotsional qaror qabul qilish jarayoni alohida ajratib ko‘rsatiladi [4]. Muallifning fikricha, ko‘plab holatlarda insonlar qarorlarni mantiqiy tahlil asosida emas, balki tezkor hissiy baholash orqali qabul qiladi. Bu esa axborot xurujlarida emotsional kontentning yuqori samaradorligini izohlashga yordam beradi.

Rossiyalik olimlardan Sergey Kara-Murzaning “Manipulyatsiya soznaniem” asari ham mazkur mavzuga bevosita daxldor hisoblanadi [5]. Unda ommaviy ongni boshqarish texnologiyalari, xususan, axborot orqali yashirin ta’sir o‘tkazish usullari keng yoritilgan. Muallif emotsional fon yaratish orqali insonlarni ma’lum qarorlarga yo‘naltirish mexanizmlarini misollar asosida tushuntiradi.

G‘arbiy Yevropa ilmiy maktabida esa Manuel Castellsning “Communication Power” asari axborot jamiyatida kommunikatsiyaning kuch omiliga aylanishini asoslaydi [6]. U zamonaviy tarmoqlashgan jamiyatda axborot oqimlarini boshqarish orqali jamoatchilik fikrini shakllantirish mumkinligini ta’kidlaydi va bu jarayonda emotsional ta’sirning roli yuqori ekanini qayd etadi.

Shu bilan birga, zamonaviy tadqiqotlarda ijtimoiy tarmoqlardagi axborot tarqalishi va uning hissiy tus olishi masalasi ham keng o‘rganilmoqda. Xususan, Zeynep Tufekci o‘zining “Twitter and Tear Gas” asarida raqamli platformalarda axborotning tez tarqalishi ko‘pincha uning emotsional jihatdan kuchli bo‘lishi bilan bog‘liqligini ko‘rsatadi [7]. Muallif ijtimoiy tarmoqlar algoritmlari aynan hissiy reaksiyalarni kuchaytiruvchi kontentni kengroq yoyishini ilmiy asoslaydi.

Yuqoridagi ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, axborot xurujlarida emotsional ta’sir mexanizmlarini tushuntirish turli fanlar kesishmasida shakllangan kompleks yondashuvni talab etadi. Turli davr va ilmiy maktab vakillari tomonidan ilgari surilgan nazariyalar bir-birini to‘ldirib, zamonaviy axborot makonida hissiy manipulyatsiyaning qanday ishlashini chuqurroq anglash imkonini beradi. Shu bois ushbu yo‘nalishdagi tadqiqotlar nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism.

Axborot xurujlarida emotsional ta’sir mexanizmlarini tahlil qilish, avvalo, ushbu jarayonning ichki tuzilishini va ishlash tamoyillarini aniqlashni talab etadi. Amaliy kuzatishlar shuni ko‘rsatadiki, har qanday axborot xuruji faqat ma’lumot uzatish bilan cheklanmaydi, balki u muayyan hissiy fonni shakllantirish orqali auditoriyaning ongiga kirib boradi. Bu jarayonda emotsiyalar vositachi sifatida namoyon bo‘lib, axborotni qabul qilish tezligi va unga bildiriladigan munosabatni sezilarli darajada belgilaydi. Ayniqsa, qo‘rquv, xavotir, g‘azab yoki ishonch kabi hissiy holatlar insonning tanqidiy fikrlash qobiliyatini vaqtincha susaytirib, tezkor qaror qabul qilishga undaydi.

Emotsional ta’sir mexanizmlarining ishlashini psixologik nuqtai nazardan izohlashda inson ongining ikki bosqichli faoliyati muhim o‘rin tutadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, insonlar ko‘pincha murakkab axborotni chuqur tahlil qilishdan

ko‘ra, unga berilgan hissiy baho asosida tezkor xulosa chiqarishga moyil bo‘ladi. Shu sababli axborot xurujlarida mantiqiy dalillardan ko‘ra, hissiy jihatdan ta’sirchan ifodalar, tasvirlar va voqealar ko‘proq qo‘llaniladi. Natijada auditoriya mazmunni emas, balki uning uyg‘otgan hissiyotini qabul qiladi.

Mazkur yo‘nalishda olib borilgan tadqiqotlar turli davlatlarda o‘ziga xos yondashuvlar asosida rivojlangan. O‘zbekistonlik olimlar tomonidan ham axborot xavfsizligi va emotsional ta’sir masalalari bosqichma-bosqich o‘rganilmoqda. Jumladan, Nodira Egamberdieva rahbarligida olib borilgan “Yoshlar ongiga axborot xurujlarining psixologik ta’siri” nomli tadqiqotda 120 nafar talaba ishtirok etgan [10]. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, hissiy jihatdan kuchli berilgan axborot oddiy, neytral mazmundagi xabarlarga nisbatan deyarli ikki barobar tezroq qabul qilinadi va uzoqroq vaqt xotirada saqlanadi. Shu bilan birga, respondentlarning aksariyati emotsional fon kuchli bo‘lgan materiallarni tanqidiy tahlil qilishda qiynalganini qayd etgan.

Rossiya ilmiy maktabida ushbu masala kengroq miqyosda o‘rganilgan. Xususan, Sergey Kara-Murza tashabbusi bilan o‘tkazilgan “Ommaviy ongni manipulyatsiya qilishda media vositalarining roli” nomli tadqiqotda 200 nafardan ortiq respondent qatnashgan [5]. Ushbu izlanishda televideniye va internet materiallari orqali berilgan emotsional xabarlarning qabul qilinish darajasi solishtirilgan. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, vizual va hissiy jihatdan boyitilgan axborot auditoriyada kuchliroq ishonch uyg‘otadi, hatto uning faktik aniqligi past bo‘lsa ham. Bu esa emotsional ta’sirning mantiqiy dalillardan ustun kelishi mumkinligini tasdiqlaydi.

AQShda olib borilgan tadqiqotlar esa masalaga eksperimental yondashuv orqali aniqlik kiritgan. Jumladan, Paul Slovic boshchiligida o‘tkazilgan “Risk perception and affect” tadqiqotida 300 nafar ishtirokchi qatnashgan [8]. Ushbu tajribada respondentlarga bir xil mazmundagi, biroq turli hissiy fon bilan berilgan axborotlar taqdim etilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, salbiy emotsiyalar bilan boyitilgan axborot xavf darajasini sun’iy ravishda oshirib ko‘rsatadi, ijobiy fon esa, aksincha, xavfni past baholashga olib keladi. Bu hodisa ilmiy adabiyotlarda “affekt evristikasi” sifatida izohlanadi.

Yevropa davlatlarida ham mazkur yo‘nalishdagi izlanishlar faol olib borilmoqda. Masalan, Germaniyada Norbert Schwarz ishtirokida o‘tkazilgan “Emotion and Judgment” tadqiqotida 150 nafar respondent qatnashgan bo‘lib, unda inson kayfiyatining axborotni baholash jarayoniga ta’siri o‘rganilgan [9]. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, ijobiy kayfiyatdagi shaxslar axborotni yuzaki qabul qilishga moyil bo‘lsa, salbiy kayfiyatdagi ishtirokchilar nisbatan chuqurroq tahlil qilishga harakat qiladi. Bu esa axborot xurujlarida hissiy holatni boshqarish orqali auditoriya reaksiyasini oldindan belgilash mumkinligini ko‘rsatadi.

Turkiyada Zeynep Tufekci tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ijtimoiy tarmoqlarda emotsional kontentning tarqalish tezligi o‘rganilgan [7]. 500 dan ortiq foydalanuvchi faoliyati tahlil qilingan ushbu izlanishda hissiy jihatdan keskin postlar oddiy axborotlarga nisbatan bir necha barobar tezroq ulashilishi aniqlangan. Bu holat raqamli muhitda emotsional ta’sir mexanizmlarining naqadar samarali ishlashini yana bir bor tasdiqlaydi.

1-jadval. Axborot xurujlarida emotsional ta’sir mexanizmlari

Mexanizm nomi	Asosiy emotsiya	Ta’sir usuli	Natija	Qo‘llanish sohasi
Qo‘rquv orqali ta’sir	Qo‘rquv, xavotir	Tahdidli axborot berish	Tezkor qaror, panika	Media, siyosiy xabarlar
Ishonch uyg‘otish	Ishonch	Avtoritetga tayanish	Axborotni qabul qilish osonlashadi	Reklama, PR
G‘azabni qo‘zg‘ash	G‘azab, nafrat	Provokatsion mazmun	Keskin reaksiyalar	Ijtimoiy tarmoqlar
Hamdardlik uyg‘otish	Rahm-shafqat	Emotsional hikoyalar	Yordam berishga moyillik	Xayriya kampaniyalari
Ijtimoiy isbot	Moslashuv hissi	Ko‘pchilik fikriga urg‘u	Konformizm	Onlayn platformalar
Takrorlash effekti	Tanishlik hissi	Bir xil axborotni qayta berish	Ishonch ortadi	OAV
Vizual ta’sir	Estetik/emotsional javob	Tasvir va video	Kuchli esda qolish	Internet kontent

Xulosa. Yuqorida keltirilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, axborot xurujlarida emotsional ta’sir mexanizmlari hal qiluvchi o‘rin tutadi va ular orqali auditoriya ongiga bevosita hamda bilvosita ta’sir ko‘rsatish mumkin. Axborotning qabul qilinishi ko‘p jihatdan uning mazmunidan ko‘ra qanday hissiy tusda berilganiga bog‘liq bo‘lib, aynan shu jihat axborot xurujlarini samarali amalga oshirishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar natijalariga tayangan holda aytish mumkinki, insonlar ko‘pincha mantiqiy tahlildan ko‘ra hissiy baholashga tayanadi, bu esa emotsional manipulyatsiyani osonlashtiradi.

O‘rganilgan ilmiy manbalar va amaliy tadqiqotlar emotsional ta’sir mexanizmlarining universalligini ko‘rsatadi. Turli mamlakatlarda olib borilgan izlanishlar natijalari o‘zaro uyg‘unlik kasb etib, hissiy jihatdan kuchli axborot tezroq qabul qilinishi, uzoqroq esda qolishi va ko‘proq tarqalishini tasdiqlaydi. Shu bilan birga, bunday axborotlarning ta’siri ko‘pincha tanqidiy fikrlash darajasining pasayishi bilan kechadi. Bu holat axborot xurujlarining xavfini yanada oshiradi, chunki auditoriya ko‘pincha axborotning haqqoniyligini chuqur tekshirmasdan turib unga ishonch bildiradi.

Mazkur mavzu doirasida emotsional ta’sir mexanizmlarining asosiy turlari, ularning ishlash tamoyillari hamda qo‘llanish shakllari tahlil qilindi. Xususan, qo‘rquv uyg‘otish, ishonch hosil qilish, g‘azabni kuchaytirish, hamdardlikni shakllantirish kabi usullar axborot xurujlarida eng ko‘p qo‘llaniladigan vositalar sifatida namoyon bo‘ldi. Bu mexanizmlar nafaqat an’anaviy ommaviy axborot

vositalarida, balki ijtimoiy tarmoqlarda ham keng qo‘llanilib, ularning ta’sir doirasi yanada kengayib bormoqda.

Shu nuqtai nazardan, axborot xurujlariga qarshi samarali kurashish uchun nafaqat texnik yoki tashkiliy choralar, balki psixologik himoya omillarini ham rivojlantirish zarur. Ayniqsa, yoshlar orasida tanqidiy fikrlash ko‘nikmalarini shakllantirish, axborotni tahlil qilish madaniyatini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsning emotsional ta’sirlarga nisbatan barqarorligini kuchaytirish orqali axborot xurujlarining salbiy oqibatlarini kamaytirish mumkin. Umuman olganda, axborot makonining kengayib borishi sharoitida emotsional ta’sir mexanizmlarini chuqur o‘rganish va ularni to‘g‘ri anglash bugungi jamiyat uchun zaruriy ehtiyojga aylanmoqda. Ushbu yo‘nalishdagi ilmiy izlanishlar nafaqat nazariy bilimlarni boyitadi, balki amaliy jihatdan ham axborot xavfsizligini mustahkamlash, jamiyat barqarorligini ta’minlash hamda sog‘lom jamoatchilik fikrini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Le Bon G. Psixologiya tolpы (*The Crowd: A Study of the Popular Mind*). — Moskva: Institut psixologii RAN, 2011. — 352 s.

2. Lasswell H.D. *Propaganda Technique in the World War*. — New York: Alfred A. Knopf, 1927. — 233 p.

3. Cialdini R.B. *Influence: The Psychology of Persuasion*. — New York: Harper Business, 2006. — 336 p.

4. Kahneman D. *Thinking, Fast and Slow*. — New York: Farrar, Straus and Giroux, 2011. — 499 p.

5. Kara-Murza S.G. *Manipulyatsiya soznaniem*. — Moskva: Eksmo, 2005. — 832 s.

6. Castells M. *Communication Power*. — Oxford: Oxford University Press, 2009. — 608 p.

7. Tufekci Z. *Twitter and Tear Gas: The Power and Fragility of Networked Protest*. — New Haven: Yale University Press, 2017. — 360 p.

8. Slovic P. *The Perception of Risk*. — London: Earthscan Publications, 2000. — 473 p.

9. Schwarz N. *Cognition and Communication: Judgmental Biases, Research Methods, and the Logic of Conversation*. — New York: Psychology Press, 1996. — 304 p.

10. Egamberdieva N. *Yoshlar ongiga axborot xurujlarining psixologik ta’siri*. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. — 180 b.

BOG‘CHA YOSHDAGI BOLALARDA O‘YIN FAOLIYATI ORQALI PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASH USULLARI

Afzalov Humoyun Sharifjon o‘g‘li
Qo‘qon universiteti, pedagogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
afzalxumoyun@gmail.com

Azizaxon Nabiyeva Abdusattor qizi
Qo‘qon universiteti, maktabgacha ta’lim yo‘nalishi MT 4-25-guruh talabasi
azizaxonnabiyeva42@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada bog‘cha yoshidagi bolalarning psixologik salomatligini mustahkamlashda o‘yin faoliyatining o‘rni va ahamiyati yoritilgan. Maktabgacha yosh davri bola shaxsiyatining shakllanishida muhim bosqich bo‘lib, ushbu davrda o‘yin asosiy faoliyat turi hisoblanadi. Maqolada o‘yinlarning psixologik salomatlikka ta’sir qilish mexanizmlari, turli o‘yin turlarining ahamiyati va ularni tashkil etish usullari tahlil qilinadi. Shuningdek, o‘yin faoliyati orqali bolalarning hissiy holatini barqarorlashtirish, stressni bartaraf etish va ijtimoiy moslashuvchanligini oshirish yo‘llari ko‘rsatib berilgan.

Kalit so‘zlar: *maktabgacha yosh, o‘yin faoliyati, psixologik salomatlik, emotsional barqarorlik, rolli o‘yinlar, didaktik o‘yinlar, psixoprofilaktika.*

Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologik salomatligini mustahkamlash zamonaviy pedagogika va psixologiyaning dolzarb masalalaridan biridir [2]. Bolalarning hissiy farovonligi ularning to‘laqonli rivojlanishi va keyingi ta’lim jarayoniga muvaffaqiyatli moslashuvining asosiy omili hisoblanadi. O‘zbekiston Respublikasida maktabgacha ta’limni rivojlantirish konsepsiyasida ham bolalarning jismoniy va psixologik salomatligini mustahkamlash, ularning har tomonlama barkamol bo‘lib voyaga yetishi uchun qulay shart-sharoitlar yaratish asosiy vazifalardan biri etib belgilangan [8].

Bog‘cha yoshidagi bolalar uchun o‘yin nafaqat hordiq chiqarish vositasi, balki asosiy rivojlantiruvchi faoliyat hisoblanadi. Psixolog D.B. Elkoninning ta’kidlashicha, maktabgacha yoshda aynan rolli o‘yinlar bola shaxsining shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi [9].

Psixologik salomatlik deganda bolaning hissiy farovonligi, o‘zini va atrof-muhitni adekvat idrok etishi, stressli vaziyatlarga moslasha olishi hamda o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish qobiliyati tushuniladi [10]. Maktabgacha yoshda psixologik salomatlikning asosiy ko‘rsatkichlari quyidagilardir:

— bolaning umumiy emotsional farovonligi va quvnoq kayfiyati;
— tengdoshlari va kattalar bilan ijobiy munosabatlar o‘rnata olishi;
— turli vaziyatlarga moslashish va adaptatsiya qila olish qobiliyati;
— o‘z his-tuyg‘ularini ifoda eta olishi va ularni boshqara olishi;
— qo‘rquv va tashvishlarning yosh me’yorida bo‘lishi.

Bolalar psixologik salomatligining buzilishi turli omillar — oilaviy muammolar, noto‘g‘ri tarbiya usullari, bog‘cha muhitiga moslasha olmaslik, tengdoshlari bilan munosabatlardagi qiyinchiliklar natijasida yuzaga kelishi mumkin. Bunday hollarda o‘yin faoliyati samarali psixoprofilaktika va psixokorreksiya vositasi sifatida namoyon bo‘ladi.

O‘yin jarayonida bola turli his-tuyg‘ularni boshdan kechiradi: quvonch, hayajon, qoniqish, ba’zida xafalik yoki kutilmagan vaziyatlarda qo‘rquv. Ushbu his-tuyg‘ularni xavfsiz o‘yin muhitida boshdan kechirish bolaga o‘z emotsional tajribasini to‘plash imkonini beradi. Rolli o‘yinlarda bola turli qahramonlarning his-tuyg‘ularini “sinab ko‘radi”, bu esa empatiya qobiliyatini rivojlantiradi.

O‘yin bolaning ichki zo‘riqishini yengillashtirishning tabiiy mexanizmi hisoblanadi. Tarbiyachi tomonidan to‘g‘ri tashkil etilgan o‘yin faoliyati bolalardagi qo‘rquv va tashvishlarni kamaytirishga yordam beradi. Masalan, qo‘rqinchli vaziyatlarni o‘yin orqali qayta yashash bolaning ushbu vaziyatga bo‘lgan munosabatini o‘zgartirishi va psixologik himoyasini kuchaytirishi mumkin.

Guruhli o‘yinlar bolalarga birgalikda faoliyat yuritish, o‘zaro munosabat o‘rnatish, kelishish va nizoli vaziyatlarni hal qilish ko‘nikmalarini beradi. Bog‘cha sharoitiga moslashish davrida o‘yinlardan foydalanish bolaning adaptatsiya jarayonini yengillashtiradi, tengdoshlari bilan ijobiy aloqalar o‘rnatishiga yordam beradi.

O‘yin orqali bola o‘z imkoniyatlarini sinab ko‘radi, muammolarni mustaqil hal qilishni o‘rganadi. Muvaffaqiyatli o‘yin vaziyatlari bolaning o‘z qobiliyatlariga bo‘lgan ishonchini oshiradi, ijodiy tashabbusini rivojlantiradi. Bunday o‘yinlarga biz misol qilib psixogimnastika va emotsional o‘yinlarni olishimiz mumkin. Ushbu o‘yinlar bolalarda hissiy sohani rivojlantirish, o‘z his-tuyg‘ularini anglash va ifoda etish qobiliyatini shakllantirishga qaratilgan:

— “Kayfiyatni top” o‘yini: turli emotsional holatlar tasvirlangan rasmlarni nomlash va ularga mos mimika, imo-ishoralarni ko‘rsatish;

— “Quvnoq — qayg‘uli” o‘yini: turli vaziyatlarga mos hissiy reaksiyalarni aniqlash.

Bundan tashqari, rolli o‘yinlar ham juda samarali hisoblanadi. Rolli o‘yinlar bolaning ijtimoiy tajribasini boyitish, turli hayotiy vaziyatlarda o‘zini qanday tutishni o‘rganish va empatiya qobiliyatini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega:

— “Oila” o‘yini — oilaviy munosabatlarni aks ettirish;

— “Do‘kon” o‘yini — sotuvchi va xaridor rollari orqali muloqot qilish;

— “Doktor” o‘yini — tibbiy yordam ko‘rsatish jarayonini o‘ynash.

Bu o‘yinlar davomida bola nafaqat o‘z his-tuyg‘ularini, balki boshqa odamlarning his-tuyg‘ularini ham tushunishni o‘rganadi. Rollarni almashtirish esa bolaning turli pozitsiyalarda fikr yuritish qobiliyatini rivojlantiradi.

Didaktik o‘yinlar asosan bolaning kognitiv rivojlanishiga qaratilgan bo‘lsa-da, ularning psixologik salomatlikka ijobiy ta’siri ham katta. Muvaffaqiyatli bajarilgan vazifalar bolaning o‘z qobiliyatiga bo‘lgan ishonchini oshiradi, muvaffaqiyatsizliklarni yengish strategiyalarini shakllantiradi. Masalan, “Rang va shakl” o‘yinlari diqqat va tasavvurni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Yuqorida keltirilgan o‘yinlardan tashqari harakatli o‘yinlar ham bolalarning rivojlanishi uchun muhim ahamiyatga ega. Harakatli o‘yinlar orqali bolalar jismoniy faollik bilan birga psixologik zo‘riqishlardan xalos bo‘ladilar. O‘zbek xalq o‘yinlari — “Quvlashmachoq”, “Berkinmachoq”, “Arg‘imchoqda sakrash” kabi o‘yinlar bolalarda jamoaviy ruhni va o‘zaro hurmatni, jismoniy faollikni oshirib, psixologik zo‘riqishni kamaytiradi [5].

Yuqoridagi o‘yinlardan tashqari ijodiy va terapevtik o‘yinlar ham qo‘llaniladi:

— “Qum terapiyasi” — qum bilan o‘ynash bolaning ichki kechinmalarini ifodalashiga, tashvish va qo‘rquvlarini yengillashtirishga yordam beradi;

— “Rasm chizish o‘yinlari” — bolaning emotsional holatini ifodalash, tajriba va his-tuyg‘ularini qog‘ozga tushirish imkonini beradi;

— “Ertak terapiyasi” — ertaklarni o‘ynash orqali bolada ijobiy xulq-atvor modellarini shakllantirish.

Psixologik salomatlikni mustahkamlash maqsadida o‘yinlarni tashkil etishda quyidagi tamoyillarga rioya qilish lozim. Xavfsizlik va ishonch muhitini yaratish: bolalar o‘ynayotgan xona sharoiti ularga qulay va xavfsiz bo‘lishi, o‘yin jarayonida tengdoshlari va tarbiyachi bilan ishonchli munosabat o‘rnatilishi kerak. Bolaning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish ham ahamiyat kasb etadi: 3–4 yoshli bolalar asosan yakka yoki yonma-yon o‘yinlarni afzal ko‘rsalar, 5–7 yoshli bolalar uzoq muddatli rolli o‘yinlar va guruhli o‘yinlarga qiziqadilar. O‘yin faoliyatida ixtiyoriylik: hech bir bola o‘yinga majburan jalb etilmasligi kerak; o‘yinga qiziqmagan bolani asta-sekin, uning qiziqishidan kelib chiqib jalb qilish maqsadga muvofiq.

O‘yin oxirgi natijaga emas, jarayonga qaratilgan bo‘lishi lozim. Ayniqsa, psixoprofilaktika va psixokorreksiya maqsadida qo‘llaniladigan o‘yinlarda g‘alaba yoki yutuq emas, balki o‘yin jarayonining o‘zi muhim. Tarbiyachining o‘yinga munosabati ham alohida o‘rin tutadi: tarbiyachi o‘yin jarayonida ishtirokchi sifatida qatnashishi, bolalarga yordam berishi va ularni rag‘batlantirishi, ammo ularning o‘yin faolligini pasaytirmasligi lozim.

Bog‘cha yoshidagi bolalarda o‘yin faoliyati orqali psixologik salomatlikni mustahkamlash samarali va tabiiy yo‘nalishdir. O‘yin — bu bolalar uchun o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash, ichki zo‘riqishlardan xalos bo‘lish, ijtimoiy tajriba orttirish va o‘zini o‘zi anglashning asosiy vositasi. Tarbiyachilarning o‘yinlarni to‘g‘ri tashkil etishi, bolalarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olishi, xavfsiz va qulay muhit yaratishi psixoprofilaktika ishlarining samaradorligini oshiradi. Kelgusida maktabgacha ta’lim muassasalarida psixologik xizmat va tarbiyachilarning hamkorlikda ishlashi, ularning psixologik-pedagogik bilimlarini doimiy takomillashtirib borishi ushbu yo‘nalishdagi ishlarning sifatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abduvalieva N. Maktabgacha yoshda o‘yin faoliyatining psixologik xususiyatlari // Журнал педагогики и психологии в современном образовании. — 2024. — 196–202-b.

2. Jalilova S.X., Aripova S.M. Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi. — Toshkent, 2017. — 492 b.
3. Jakbarova O.M. O‘yinlar orqali bolalarga ta’lim-tarbiya berish masalasi // inlibrary.uz. — 2025. — 30–34-b.
4. Qodirova F.R. Maktabgacha pedagogika. — Toshkent.
5. Esonturdiyeva S.S., Qarshiboyeva M.E. Bolalar va o‘smirlar gigiyenasi. — Toshkent, 2002.
6. Abdurahmonova G. Maktabgacha yosh davrining psixik rivojlanish xususiyatlari // Universal jurnal. — 2025. — 529–530-b.
7. Meliqo‘ziyeva M.O. O‘yinchoqlarning bola psixikasining shakllanishiga ta’siri // Педагогика и психология в современном мире. — 2026. — 57–60-b.
8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Maktabgacha ta’lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori. lex.uz.
9. Эльконин Д.Б. Психика развития ребёнка. — Москва: Педагогика, 1989.
10. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. — Toshkent: O‘qituvchi, 2005.

SHAXS PSIXOLOGIK SALOMATLIGI VA RUHIY BARQARORLIK MASALALARI

Atadjanova Barno Amonboyevna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti psixologi (Toshkent, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Mazkur maqolada shaxs psixologik salomatligi va ruhiy barqarorlik masalalarining nazariy hamda amaliy jihatlari tahlil qilingan. Psixologik salomatlik insonning ijtimoiy moslashuvi, emotsional holati, stressga bardoshliligi va shaxsiy rivojlanishi bilan chambarchas bog‘liq ekanligi ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, ruhiy barqarorlikni shakllantiruvchi omillar, jumladan, oilaviy muhit, ijtimoiy munosabatlar, motivatsiya hamda zamonaviy hayot tarzining psixik holatga ta’siri o‘rganilgan. Tadqiqot davomida ruhiy salomatlikni mustahkamlashning psixologik mexanizmlari va profilaktik yondashuvlari haqida ilmiy xulosalar berilgan.

Kalit so‘zlar: *psixologik salomatlik, ruhiy barqarorlik, stress, emotsional holat, psixik moslashuv, shaxs rivojlanishi, motivatsiya, psixologik himoya, ijtimoiy muhit, mental salomatlik.*

Аннотация. В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты психологического здоровья личности и психической устойчивости. Научно обосновано, что психологическое здоровье тесно связано с социальной адаптацией человека, эмоциональным состоянием, устойчивостью к стрессу и личностным развитием. Также исследованы факторы, формирующие психическую устойчивость, включая семейную среду, социальные отношения, мотивацию и влияние современного образа жизни на психическое состояние личности. В ходе исследования представлены

научные выводы о психологических механизмах укрепления психического здоровья и профилактических подходах.

Ключевые слова: *психологическое здоровье, психическая устойчивость, стресс, эмоциональное состояние, психическая адаптация, развитие личности, мотивация, психологическая защита, социальная среда, ментальное здоровье.*

Abstract. This article examines the theoretical and practical aspects of individual psychological health and mental stability. It scientifically explains that psychological well-being is closely related to social adaptation, emotional condition, stress resistance, and personal development. The study also analyzes the factors influencing mental stability, including family environment, social relationships, motivation, and the impact of modern lifestyle on psychological condition. Furthermore, scientific conclusions are presented regarding psychological mechanisms for strengthening mental health and preventive approaches aimed at maintaining emotional resilience.

Keywords: *psychological health, mental stability, stress, emotional condition, psychological adaptation, personal development, motivation, psychological defense, social environment, mental well-being.*

Hozirgi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda insonning psixologik salomatligi hamda ruhiy barqarorligini ta’minlash eng muhim ijtimoiy-psixologik masalalardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Zamonaviy hayot ritmining tezlashuvi, turli ijtimoiy muammolar, iqtisodiy bosim, axborot oqimining ortib borishi hamda insonlararo munosabatlarning murakkablashuvi shaxs ruhiyatiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Natijada stress, emotsional zo‘riqish, depressiv holatlar va psixologik beqarorlik kabi muammolar jamiyatda tobora keng tarqalmoqda. Shu bois shaxs psixologik salomatligini ilmiy jihatdan o‘rganish va ruhiy barqarorlikni mustahkamlash omillarini aniqlash dolzarb ilmiy masalalardan biri hisoblanadi. Psixologik salomatlik insonning nafaqat ruhiy holatini, balki uning ijtimoiy moslashuvi, hayotdan qoniqishi, mehnat faoliyati samaradorligi va jamiyatdagi o‘rnini ham belgilab beradi. Ruhiy jihatdan sog‘lom shaxs atrof-muhitdagi o‘zgarishlarga moslasha oladi, murakkab vaziyatlarda o‘z hissiyotlarini boshqaradi hamda ijtimoiy munosabatlarni barqaror ravishda olib borishga qodir bo‘ladi. Shu bilan birga, ruhiy barqarorlik insonning ichki psixologik resurslari, iroda kuchi, motivatsiyasi va ma’naviy qadriyatlari bilan uzviy bog‘liqdir. Ilmiy tadqiqotlarda psixologik salomatlik tushunchasi ko‘pincha emotsional muvozanat, psixik moslashuv va stressga chidamlilik kabi omillar bilan izohlanadi. Jahon psixologiya fanida ushbu masalalar Sigmund Freud, Carl Rogers, Abraham Maslow kabi olimlar tomonidan keng o‘rganilgan. Ularning ilmiy qarashlarida insonning ichki ehtiyojlari, o‘zini anglash jarayoni va ruhiy muvozanati psixologik salomatlikning asosiy mezonlari sifatida talqin etiladi. Zamonaviy psixologiyada esa ruhiy barqarorlikni shakllantirishda ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, ta’lim tizimi va shaxsiy motivatsiyaning roli alohida ahamiyat kasb etmoqda. Bugungi kunda

yoshlar orasida uchrayotgan psixologik muammolar, jumladan, kommunikativ qiyinchiliklar, internet va ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, emotsional tushkunlik hamda stressli holatlar ruhiy salomatlikni mustahkamlash zaruratini yanada oshirmoqda. Ayniqsa, talaba-yoshlar va mehnat faoliyatini endi boshlayotgan shaxslarda psixologik moslashuv muammolari ko‘proq kuzatiladi. Bu esa psixologik profilaktika, maslahat va korreksion ishlarni ilmiy asosda tashkil etishni talab qiladi. Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi shaxs psixologik salomatligi va ruhiy barqarorlikning nazariy asoslarini tahlil qilish, unga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash hamda ruhiy salomatlikni mustahkamlashning samarali psixologik usullarini yoritishdan iboratdir. Tadqiqot davomida psixologik salomatlikning tarkibiy qismlari, ruhiy barqarorlikning shakllanish mexanizmlari va stressli vaziyatlarda inson psixikasining moslashuv xususiyatlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Ushbu mavzuning ilmiy-amaliy ahamiyati shundaki, tadqiqot natijalari ta’lim muassasalari, psixologik xizmat markazlari hamda yoshlar bilan ishlovchi tashkilotlarda ruhiy salomatlikni mustahkamlash bo‘yicha samarali tavsiyalar ishlab chiqishda muhim manba bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

Asosiy qism. Shaxs psixologik salomatligining nazariy asoslari.

Psixologik salomatlik insonning ruhiy, emotsional va ijtimoiy jihatdan muvozanatda bo‘lish holatini ifodalaydi. U shaxsning kundalik hayotdagi faoliyati, atrofdagilar bilan munosabatlari, o‘zini anglash darajasi hamda stressli vaziyatlarga moslashish qobiliyati bilan chambarchas bog‘liqdir. Psixologik salomatlik nafaqat ruhiy kasalliklarning yo‘qligi, balki insonning ichki imkoniyatlarini to‘liq namoyon qila olishi, hayotiy maqsadlarni belgilashi va jamiyatda faol ishtirok etishini ham anglatadi.

Psixologiya fanida psixologik salomatlik masalasi turli ilmiy yo‘nalishlar asosida o‘rganilgan. Psixoanalitik yondashuv asoschisi Sigmund Freud inson ruhiyati ong, ongosti va instinktiv ehtiyojlar o‘rtasidagi ziddiyatlar asosida shakllanishini ta’kidlagan. Uning fikricha, ichki psixologik nizolar inson ruhiy barqarorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Gumanistik psixologiya vakillari Carl Rogers hamda Abraham Maslow esa insonning o‘zini rivojlantirishga intilishi va shaxsiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishi psixologik salomatlikning muhim omili ekanligini ilmiy asoslab bergan.

Psixologik salomatlikning asosiy mezonlariga emotsional muvozanat, ijobiy tafakkur, ijtimoiy moslashuv, stressga chidamlilik va kommunikativ kompetentlik kiradi. Emotsional jihatdan sog‘lom inson o‘z hissiyotlarini boshqarishga qodir bo‘ladi, salbiy vaziyatlarda tushkunlikka tushib qolmaydi hamda muammolarga konstruktiv yondashadi. Ijtimoiy moslashuv esa shaxsning jamiyat talablariga mos ravishda faoliyat olib borishi va sog‘lom munosabatlarni shakllantira olishini anglatadi.

Ruhiy barqarorlik insonning turli hayotiy qiyinchiliklar, stress va psixologik bosimlarga bardosh bera olish qobiliyatidir. Ruhiy jihatdan barqaror inson murakkab vaziyatlarda ham o‘zini nazorat qila oladi, qarorlarni oqilona qabul qiladi va hissiy muvozanatini saqlab qoladi. Ruhiy barqarorlik tug‘ma xususiyat bo‘lishi bilan birga, ijtimoiy muhit va tarbiya orqali shakllanadigan psixologik sifat ham hisoblanadi.

Ruhiy barqarorlikka ta’sir etuvchi omillar biologik, psixologik va ijtimoiy omillarga bo‘linadi. Biologik omillarga nerv tizimining holati, irsiyat va fiziologik xususiyatlar kiradi. Psixologik omillar esa insonning xarakteri, temperament turi, motivatsiyasi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi va irodaviy sifatlari bilan bog‘liqdir. Ijtimoiy omillar qatoriga oilaviy muhit, ta’lim sifati, jamoadagi munosabatlar, iqtisodiy sharoit va madaniy qadriyatlar kiradi.

Oiladagi sog‘lom psixologik muhit ruhiy barqarorlikni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Mehr-muhabbat, qo‘llab-quvvatlash va o‘zaro ishonch mavjud bo‘lgan oilada voyaga yetgan shaxslar odatda emotsional jihatdan barqaror bo‘ladi. Aksincha, nizoli va beqaror oilaviy muhit insonda xavotir, qo‘rquv va psixologik zo‘riqishlarni keltirib chiqaradi.

Bugungi kunda axborot texnologiyalarining rivojlanishi ham inson ruhiyatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish, virtual muloqotning kuchayishi va axborot oqimining ortishi ayrim hollarda psixologik charchoq, diqqat susayishi va emotsional tushkunlikni yuzaga keltirmoqda. Ayniqsa, yoshlar orasida internetga qaramlik va yolg‘izlik hissining ortishi ruhiy salomatlikka salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi muhim omillardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Stress inson organizmining tashqi yoki ichki ta’sirlarga nisbatan himoya reaksiyasi hisoblanadi. Muayyan darajadagi stress inson faoliyatini rag‘batlantirishi mumkin, biroq uzoq davom etuvchi kuchli stress ruhiy va jismoniy salomatlikka salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Doimiy stress natijasida insonda asabiylik, uyqusizlik, depressiv holatlar, agressivlik va motivatsiya pasayishi kuzatiladi.

Kanadalik olim Hans Selye stress nazariyasini ishlab chiqib, organizmning stressga moslashuv bosqichlarini ilmiy asosda tushuntirib bergan. Uning ta’kidlashicha, uzoq davom etadigan stress inson organizmining himoya imkoniyatlarini susaytiradi va psixosomatik kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo‘ladi.

Stressni boshqarish psixologik salomatlikni saqlashning muhim shartlaridan biridir. Stressni kamaytirishda jismoniy faollik, sog‘lom turmush tarzi, vaqtni to‘g‘ri taqsimlash, meditatsiya, ijobiy fikrlash va psixologik treninglarning ahamiyati katta. Shuningdek, insonning yaqinlari bilan samimiy muloqot qilishi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni his qilishi ham ruhiy barqarorlikni mustahkamlaydi.

Psixologik salomatlikni mustahkamlash uchun avvalo insonda o‘zini anglash va o‘z hissiyotlarini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish zarur. Emotsional intellektning rivojlanganligi insonning ruhiy muvozanatini saqlashiga yordam beradi. Emotsional intellekt insonning o‘z hissiyotlarini anglash, boshqarish va boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyatini ifodalaydi.

Shuningdek, sog‘lom turmush tarziga rioya qilish ruhiy salomatlik uchun muhim omil hisoblanadi. Yetarli uyqu, muvozanatli ovqatlanish, jismoniy mashqlar va faol dam olish inson psixikasining barqaror faoliyat yuritishiga yordam beradi. Ilmiy tadqiqotlar muntazam jismoniy faollik stress gormonlarini kamaytirib, inson kayfiyatini yaxshilashini ko‘rsatadi.

Ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish ham dolzarb masalalardan biridir. Psixologik treninglar, motivatsion dasturlar va

individual maslahatlar yoshlarning ruhiy salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, talabalar orasida stressni boshqarish, konfliktlarni hal qilish va kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan mashg‘ulotlarni tashkil etish samarali natija beradi.

Shunday qilib, psixologik salomatlik va ruhiy barqarorlik inson hayotining barcha jabhalarida muhim o‘rin tutadi. Ushbu omillar shaxsning ijtimoiy faolligi, kasbiy muvaffaqiyati, oilaviy munosabatlari va hayot sifati bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, jamiyat taraqqiyotining muhim mezonlaridan biri hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, shaxs psixologik salomatligi va ruhiy barqarorligi inson hayotining eng muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Psixologik salomatlik insonning emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi, stressga bardoshliligi hamda o‘z hayot faoliyatini samarali tashkil eta olish qobiliyatini belgilaydi. Ruhiy jihatdan sog‘lom shaxs jamiyatda faol ishtirok etadi, muammoli vaziyatlarda oqilona qaror qabul qiladi va o‘z hissiyotlarini boshqarishga qodir bo‘ladi.

Tadqiqot davomida psixologik salomatlikning shakllanishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog‘liq ekanligi aniqlandi. Ayniqsa, oilaviy muhit, ta’lim tizimi, ijtimoiy munosabatlar va zamonaviy axborot texnologiyalarining inson ruhiyatiga ta’siri muhim omillardan biri sifatida namoyon bo‘ldi. Sog‘lom oilaviy muhit, ijobiy kommunikatsiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash inson ruhiy barqarorligini mustahkamlashda katta ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, stressning uzoq davom etishi inson psixikasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi, emotsional zo‘riqish va depressiv holatlarni yuzaga keltirishi ilmiy jihatdan asoslandi. Shu sababli stressni boshqarish, emotsional intellektni rivojlantirish va sog‘lom turmush tarziga rioya qilish psixologik salomatlikni saqlashning muhim shartlari hisoblanadi. Jismoniy faollik, to‘g‘ri dam olish, vaqtni samarali rejalashtirish hamda ijobiy fikrlash ruhiy barqarorlikni oshiruvchi asosiy vositalardandir.

Bugungi globallashuv sharoitida yoshlar orasida uchrayotgan psixologik muammolar, internet va ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, kommunikativ qiyinchiliklar hamda emotsional tushkunlik holatlari psixologik profilaktika ishlarini yanada kuchaytirishni talab etmoqda. Shu bois ta’lim muassasalari va mehnat jamoalarida psixologik xizmat faoliyatini rivojlantirish, psixologik trening va maslahatlarni keng yo‘lga qo‘yish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Umuman olganda, psixologik salomatlik va ruhiy barqarorlikni ta’minlash insonning nafaqat individual farovonligi, balki jamiyat taraqqiyoti va ijtimoiy barqarorligining ham muhim omili hisoblanadi. Mazkur yo‘nalishdagi ilmiy tadqiqotlarni rivojlantirish hamda amaliy psixologik xizmatlarni takomillashtirish kelajak avlodning sog‘lom va barkamol shakllanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Atkinson R., Atkinson R., Smith E. *Introduction to Psychology*. — New York: Harcourt Brace College Publishers, 2000.
2. Maslow A. *Motivation and Personality*. — New York: Harper & Row, 1954.
3. Rogers C. *On Becoming a Person*. — Boston: Houghton Mifflin, 1961.
4. Freud S. *The Interpretation of Dreams*. — London: Macmillan, 1900.

5. Selye H. *The Stress of Life*. — New York: McGraw-Hill, 1956.
6. G‘oziev E.G‘. *Umumiy psixologiya*. — Toshkent: O‘qituvchi, 2002.
7. Davletshin M.G. *Yosh davrlari va pedagogik psixologiya*. — Toshkent: O‘qituvchi, 2004.
8. Nishonova Z.T. *Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya*. — Toshkent: Tafakkur-Bo‘stoni, 2011.
9. Vohidov M.V. *Bolalar psixologiyasi*. — Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
10. Karimova V.M. *Ijtimoiy psixologiya*. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2012.
11. World Health Organization. *Mental Health and Psychological Well-being Reports*. — Geneva, 2021.
12. American Psychological Association. *Psychological Resilience and Mental Health Studies*. — Washington DC, 2020.
13. Sodiqov A.S. *Shaxs psixologiyasi va ruhiy salomatlik asoslari*. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2019.

TALABALAR ORASIDA STRESS VA UNING SABABLARI

Begjonova Gulnoza
Farg‘ona davlat universiteti 2-kurs magistranti (Farg‘ona, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Ushbu maqolada stress va uning talabalar orasida vujudga kelishining asosiy sabablari hamda stressni yengib o‘tish, shuningdek, stressning shaxsga oid xususiyatlari va jinsga oid tafovutlari haqida yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: *stress, stressni yengish, adaptiv stress, noadaptiv stress, jinsiy tafovutlar, oilaviy stress, kasbiy-o‘quv stresslari.*

Аннотация. В данной статье освещены основные причины возникновения стресса среди студентов, методы его преодоления, а также личностные особенности стрессоустойчивости и гендерные различия в восприятии стресса.

Ключевые слова: *стресс, преодоление стресса, адаптивный стресс, неадаптивный стресс, гендерные различия, семейный стресс, профессионально-учебный стресс.*

Abstract. This article highlights the main causes of stress among students, methods for overcoming it, as well as personality traits related to stress resilience and gender differences in stress perception.

Keywords: *stress, stress management, adaptive stress, non-adaptive stress, gender differences, family stress, academic-professional stress.*

Yoshlar kundalik hayotida o‘z yoshiga xos bo‘lgan, kasbni egallash va mehnat faoliyatini boshlash, oila qurish hamda farzandli bo‘lish zarurati bilan bog‘liq vaziyatlar bilan bir qatorda, zamonaviy jamiyatdagi ijtimoiy va texnologik

o‘zgarishlar bilan bog‘liq murakkab holatlarga ham duch keladilar [1; 2]. Ushbu omillar stress manbai bo‘lib, yoshlarning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Stress — bu organizmning ichki yoki tashqi ta’sirlarga nisbatan fiziologik va psixologik reaksiyasidir [14]. Stress organizmda turli biologik reaksiyalarni yuzaga keltiradi va bu jarayonda gormonal tizim faol ishtirok etadi. Uzoq davom etuvchi stress insonning ruhiy va jismoniy salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Stress atrof-muhitdagi o‘zgarishlarga javoban yuzaga keladigan murakkab biologik reaksiya hisoblanadi. Stress reaksiyasi turli fiziologik belgilar orqali namoyon bo‘lib, nerv-gumoral boshqaruv mexanizmlari asosida amalga oshadi va bu jarayonda gormonlar kaskadining, jumladan, adrenalin va kortizolning ketma-ket faollashuvi muhim rol o‘ynaydi. Shuningdek, atrof-muhit omillari stressni tartibga solishda muhim ahamiyatga ega: muhitdagi stress omillarining uzoq muddatli ta’siri surunkali stress shakllanishiga olib kelishi mumkin. Natijada stress jismoniy va ruhiy kasalliklarning rivojlanishiga hamda psixologik dezadaptatsiyaga sabab bo‘ladi. Stressni yengib o‘tishda turli xil moslashuv yoki koping strategiyalari muhim ahamiyat kasb etadi. Koping strategiyalar stressli vaziyat bosimini kamaytirishga yordam beruvchi xulq-atvor va kognitiv strategiyalar majmuasini o‘z ichiga oladi [14].

Stressni yengish (koping) strategiyalari tushunchasi R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, u “inson tomonidan muhim yoki uning imkoniyatlaridan ustun deb baholanadigan muayyan tashqi va ichki talablarni yengib o‘tishga qaratilgan doimiy o‘zgarib boruvchi kognitiv va xulq-atvorga oid usullar” sifatida ta’riflanadi. Stressni yengish strategiyalari samarali, ya’ni muhit sharoitlariga moslashishga yordam beruvchi, yoki samarasiz (dezadaptiv) bo‘lishi mumkin. Biroq barcha yoshlar stress bilan samarali tarzda kurasha olmaydi, ya’ni har doim ham samarali koping strategiyalarini qo‘llay olmaydi. Bu holat ko‘p jihatdan ularning emosional-shaxsiy xususiyatlaridagi individual farqlar bilan izohlanadi [7]. Samarali koping strategiyalari insonning psixologik barqarorligini oshiradi, samarasiz strategiyalar esa dezadaptatsiyaga olib kelishi mumkin.

Shaxsiy xususiyatlar, jins va yosh kabi demografik omillar stressni yengish strategiyalarini tanlashga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi [4]. Xususan, individual xavotir darajasi, depressiv alomatlarning mavjudligi, psixik barqarorlik kabi omillar ma’lum strategiyalarning qo‘llanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli stressni yengish strategiyalarini o‘rganishda nafaqat zamonaviy yoshlar tomonidan qo‘llanilayotgan strategiyalar turlarini aniqlash, balki ularning emosional-shaxsiy xususiyatlarini ham hisobga olish zarur. Bunday yondashuv muammoni kompleks tarzda hal etish imkonini beradi. Talaba yoshlar orasida stressni yengishning samarali va samarasiz strategiyalarini, ularning emosional-shaxsiy xususiyatlarini inobatga olgan holda aniqlash, dezadaptiv guruhga kiruvchi shaxslarni aniqlashga yordam beradi hamda ularga qanday psixologik yordam ko‘rsatish zarurligini tushunishga xizmat qiladi.

Stress odatda xavfli yoki zararli hodisalar bilan bog‘liq bo‘lib, ko‘pincha yoqimsiz his-tuyg‘ular va kayfiyat holatlari bilan kechadi. Stress — bu insonning ichki yoki tashqi tahdidlarga moslashuvchan (adaptatsion) reaksiyasidir. Qabul

qilinadigan (sub'ektiv) stress inson tomonidan stress omilining qanchalik xavfli ekanligi hamda unga qarshi kurasha olish imkoniyatlarini baholash natijasida yuzaga keladi. Stress darajasini baholash uni samarali boshqarish chora-tadbirlarini ishlab chiqishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Stress ko'pincha organizmning stress omillariga nisbatan nospetsifik reaksiyasi sifatida talqin qilinadi [7]. Mazkur sharhda biz talabalarda stress muammosiga alohida e'tibor qaratamiz. Talabalar deganda 17–25 yosh oralig'idagi, oliy ta'lim muassasalarida (o'rta maxsus ta'lim muassasalari va kollejlardan farqli ravishda) tahsil olayotgan yoshlar tushuniladi. Oliy ta'lim muassasasida kunduzgi ta'lim shaklida o'qish davri, ikki bosqichli ta'lim tizimi — bakalavriat va magistratura, shuningdek, 5–6 yil davom etadigan mutaxassislik yo'nalishlarini inobatga olgan holda, odatda 17 yoshdan 25 yoshgacha bo'lgan davrni qamrab oladi.

Milliy yosh davrlari tasnifiga ko'ra, talabalik davrining boshlanishi o'smirlikdan keyingi yoshlik davriga (17–21 yosh), ta'limning yakunlanishi esa erta yetuklik (voyaga yetish) davriga to'g'ri keladi [7; 8; 14]. Talaba yoshlar ontogenezi turli yo'nalishlarda kechishi mumkin. Ta'lim jarayoni mehnat faoliyati bilan, oila qurish, nikoh munosabatlarini yo'lga qo'yish va farzandli bo'lish bilan birga olib borilishi mumkin. Shuni ham ta'kidlash joizki, xorijiy ilmiy adabiyotlarda ko'pincha talabalik yoshi va erta yetuklik davri bir-biriga tenglashtiriladi. Ko'plab mualliflar "young adults" atamasidan foydalanib, bu tushuncha ostida talabalarni nazarda tutadi va tadqiqot ishtirokchilarini talaba sifatida tavsiflaydi [8; 9].

Talabalar, umuman olganda, insoniyat populyatsiyasining boshqa vakillari kabi stress ta'siriga duchor bo'ladilar. Biroq ular uchun yosh xususiyatlari va turmush tarziga bog'liq bo'lgan maxsus stress omillari ham xosdir. Xavotir darajasi yuqori bo'lgan shaxslar stressni yengishda ko'proq samarasiz strategiyalardan foydalanishi mumkin. Talabalar orasida uchraydigan asosiy stress omillari quyidagilardan iborat:

— o'quv-kasbiy stresslar;
— oilaviy stresslar;
— imtihon stressi;
— ijtimoiy moslashuv bilan bog'liq qiyinchiliklar;
— pandemiya va masofaviy ta'lim bilan bog'liq stresslar [5; 8; 9].

Ayniqsa, imtihon stressi talabalar orasida keng tarqalgan bo'lib, u psixologik bosim, xavotir va emosional zo'riqishni yuzaga keltiradi [9; 15]. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, noaniqlik holati yoshlar orasida stress reaksiyalarining kuchayishiga sabab bo'ladi [4].

Stressning uzoq davom etishi insonning psixik va somatik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Surunkali stress depressiya, xavotir, uyqu buzilishlari va yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanish xavfini oshiradi [7]. Shu sababli talabalar orasida stressni erta aniqlash va samarali psixologik yordam ko'rsatish muhim hisoblanadi.

Psixologik tadqiqotlarda xavotirlik talabalar orasida depressiyaning muhim belgilaridan biri sifatida qayd etiladi [9]. Stress, xavotir va depressiya o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, birining kuchayishi boshqasining rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, talabalar orasida stress muammosi zamonaviy psixologiyaning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Stressni yengishning samarali strategiyalarini shakllantirish, psixologik barqarorlikni rivojlantirish hamda talabalarga psixologik yordam ko‘rsatish yoshlarning ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Баева И.А., Лактионова Е.Б., Кондакова И.В. и др. Ресурсы психологической безопасности студентов в образовательной и социокультурной среде: обзор теоретических и эмпирических исследований // Психолого-педагогические исследования. — 2024. — Т. 16, № 2. — С. 3–29.

2. Баранов О.О., Галяпина В.Н. Стратегии преодоления стресса российской молодёжью в контексте самоэффективности в современной геополитической ситуации // Социальная психология и общество. — 2024. — Т. 15, № 1. — С. 92–111.

3. Белецкая А.А., Вагизова В.М. Взаимосвязь особенностей профессиональной идентификации и совладающего поведения студентов-психологов разных курсов // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета. — 2024. — Т. 24, № 2. — С. 157–164.

4. Долгова В.И., Кондратьева О.А., Маслова П.М. Изучение взаимосвязи толерантности к неопределённости и копинг-стратегий у студентов факультета психологии // Вестник ЮУрГГПУ. — 2022. — № 6 (172). — С. 260–291.

5. Эниколопов С.Н., Бойко О.М., Медведева Т.И. и др. Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психолого-педагогические исследования. — 2020. — Т. 12, № 2. — С. 108–126.

6. Жданов Р.И., Куприянов Р.В., Нугманова Д.Р. и др. Взаимосвязь стратегий преодоления стресса, экзаменационного стресса и тревожности // Образование и саморазвитие. — 2020. — Т. 15, № 2. — С. 57–73.

7. Иванова О.Ю., Николаева Л.П. Эмоциональный стресс как фактор нарушения психического здоровья студентов в процессе учебной деятельности // Вестник Российского нового университета. — 2013. — № 1. — С. 39–43.

8. Кисляков П.А. Психологическая устойчивость студенческой молодёжи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 // Перспективы науки и образования. — 2020. — № 5 (47). — С. 343–356.

9. Кононов А.Н., Новикова А.С. Особенности переживания и адаптации к экзаменационному стрессу среди студентов психологического и медицинского направлений // Научный результат. Педагогика и психология образования. — 2023. — Т. 9, № 2. — С. 129–145.

10. Королёва Н.Н., Богдановская И.М., Углова А.Б. и др. Личностные ресурсы преодоления организационного стресса у студентов, работающих в системе высшего образования // Человеческий капитал. — 2023. — № 12.

11. Крушельницкая О.Б., Маринова Т.Ю., Погодина А.В. и др. Нормативное поведение в условиях пандемии COVID-19 // Социальная психология и общество. — 2021. — Т. 12, № 1. — С. 198–221.

12. Куликова Т.И. Изучение взаимосвязи психической устойчивости и копинг-стратегий у студентов разного возраста в период пандемии // Научно-педагогическое обозрение. — 2022. — № 3 (43). — С. 168–175.

13. Куликова Т.И., Филиппова С.А. Изучение адаптационного потенциала у студенческих групп разного возраста в период пандемии // Российский психологический журнал. — 2022. — Т. 19, № 1. — С. 6–18.

14. Леонтьев Д.А. Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. — Кострома: КГУ, 2010. — С. 40–42.

15. Миронова О.И. Подходы к изучению экзаменационного стресса у студентов // Педагогика и психология образования. — 2021. — № 1. — С. 159–170.

DIQQATIMIZNING “O‘G‘RILARI”: RAQAMLI DUNYODA O‘ZLIGIMIZNI QANDAY SAQLAB QOLAMIZ?

Xoshimova N.Sh.

AIFU universiteti, psixologiya yo‘nalishi 1-kurs talabasi (O‘zbekiston)

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy psixologiyaning eng dolzarb muammolaridan biri bo‘lgan raqamli charchoq va diqqat tanqisligi sindromi tahlil qilinadi. Texnologik taraqqiyot davrida inson ongining axborot yuklamalari ostida toliqishi, “arzon dopamin” qopqonlari hamda klipsimon fikrlash fenomenining yosh davrlari taraqqiyotiga salbiy ta’siri neyropsixologik nuqtai nazardan yoritilgan. Maqolada shaxsning intellektual salohiyatini va ruhiy muvozanatini saqlashga qaratilgan amaliy psixologik tavsiyalar hamda raqamli gigiyena qoidalari bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: *raqamli charchoq, diqqat tanqisligi, dopamin detoksi, klipsimon fikrlash, FOMO sindromi, raqamli gigiyena, monofokus, yosh davrlari psixologiyasi.*

Tasavvur qiling, siz eng sevimli kitobingizni o‘qiyapsiz yoki muhim ish ustida diqqatingizni jamlagansiz. To‘satdan telefoningiz ekranida chiroq yonadi: “Kimdir sizning rasmingizga layk bosdi” yoki “Guruhda yangi xabar”. Bo‘ldi, shu soniyadan boshlab miyangiz o‘sha ishga qaytishi va diqqatni dastlabki darajada jamlashi uchun kamida 23 daqiqa vaqt sarflaydi. Bugungi kunda insoniyat moddiy boyliklar uchun emas, eng qimmatli va kamyob resurs — diqqat uchun kurashayotgan dunyoda yashamoqda. Xo‘sh, nega biz doimo charchaganmiz va nima uchun diqqatimizni jamlash bunchalik qiyin bo‘lib qoldi?

Neyropsixologlarning ta’kidlashicha, biz har safar ijtimoiy tarmoq tasmalarini aylantirganimizda (skroll qilganimizda), miyamizda oz miqdorda dopamin (baxt, rag‘bat va kutilayotgan lazzat gormoni) ajralib chiqadi. Bu jarayon xuddi qimor o‘yinlarining ta’sir mexanizmiga o‘xshaydi: “Keyingi postda nima bor ekan? Balki

yanada qiziqarliroq narsadir?” degan ichki qiziqish miyani tinim-tinchimay harakatga keltiradi.

Miya osongina va mutlaqo mehnatsiz olinadigan bu “arzon dopamin” manbaiga juda tez o‘rganib qoladi (psixologik qaramlik shakllanadi). Natijada kitob o‘qish, ilmiy izlanish olib borish yoki uzoq vaqt talab etadigan fundamental loyihalar ustida ishlash miyaga nihoyatda “zerikarli” va og‘ir bo‘lib tuyula boshlaydi. Chunki haqiqiy hayotiy yutuqlar uzoq muddatli irodaviy mehnat talab qiladi, virtual olam esa lahzali lazzatni taqdim etadi.

Zamonaviy psixologiyada tobora keng o‘rganilayotgan tushunchalardan biri — klipsimon fikrlashdir. Bu insonning murakkab va tizimli ma’lumotlarni qabul qila olmay, ularni faqat qisqa, o‘ta yorqin, dinamik va parcha-parcha shaklda (masalan, 15 soniyali qisqa videolar, rasm-faktlar) iste’mol qilishga moslashishidir.

Ushbu fenomen oqibatida biz uzoq matnlarni o‘qish, ularning ichki mantiqiy zanjirini anglash va chuqur tahlil qilish qobiliyatini yo‘qotyapmiz. Ma’lumotlar miyaning kognitiv qatlamlarida chuqur qayta ishlanmaydi, shunchaki yuzaki va vaqtinchalik xotiraga yuklanadi. Yosh davrlari psixologiyasi nuqtai nazaridan qaraganda, bu holat endi shakllanayotgan o‘smirlar va yoshlarning tanqidiy fikrlash tizimini barbod qiladi, diqqatning barqarorlik koeffitsiyentini pasaytiradi hamda erta asabiy toliqishga (burnout) olib keladi.

Zamonaviy inson har soniyada dunyo yangiliklaridan, do‘stlari va ijtimoiy muhit hayotidan uzilib qolmasligi shart degan sun’iy majburiyat ostida yashaydi. Psixologiyada bu patologik holat FOMO (Fear of Missing Out), ya’ni “nimadandir kechikish, muhim voqeadan bebahra qolish qo‘rquvi” deb ataladi.

Doimiy va tartibga solinmagan axborot oqimi ostida yashash miya qobig‘ini surunkali stress holatida ushlab turadi. “Raqamli charchoq” jismoniy charchoqdan ko‘ra ancha chuqurroq va xavfliroq asoratlarga ega. U inson hayotida surunkali uyqusizlik, asabiylashish, sabrsizlik hamda o‘z real hayotidan mutlaqo qoniqmaslik (depressiv) hissini doimiy ravishda uyg‘otib boradi. Inson o‘zligini va ichki “men”ini raqamli identifikatsiyalar ichiga boy berib qo‘yadi.

Miyangizni tanaffussiz ishlaydigan va qizib ketgan kompyuter kabi yoqilgan holatda qoldirmang. Uni tizimli ravishda qayta yuklash (perezagruzka) va asab tolalari regeneratsiyasini ta’minlash vaqti keldi. Buning uchun yetakchi psixologlar quyidagi amaliy qadamlarni tavsiya etishadi:

— Dopamin detoksi: haftada kamida bir kunni (masalan, yakshanba kunini) butunlay telefonsiz, gadjetlarsiz yoki ijtimoiy tarmoqlarsiz o‘tkazing. Tabiat bag‘riga chiqing, jonli va samimiy muloqot quring;

— “Samolyot rejimi” qoidasi: kuniga kamida 2 soat — eng muhim intellektual ishingizni bajarayotganingizda yoki dars tayyorlayotganingizda — barcha bildirishnomalarni (notifications) o‘chirib qo‘ying;

— Monofokus (bitta ishga jamlanish): bir vaqtning o‘zida ham ovqatlanib, ham smartfonda video ko‘rib, ham dars qilmang. Har bir amalni alohida va ongli ravishda bajaring.

Xulosa o‘rnida ta’kidlash joizki, zamonaviy texnologiyalar bizning hayotimizni osonlashtirishi va taraqqiyotga xizmat qilishi kerak, uni butunlay

nazorat qilishi yoki boshqarishi emas. Diqqatimizni arzimas kontentlarga boy berish — o‘z hayotimizni boy berish bilan barobardir. Chunki sizning bugungi diqqat-e’tiboringiz — bu sizning yagona va qaytib kelmas hayotingiz demakdir. Raqamli dunyoda o‘zligingizni, psixologik salomatligingizni va ichki muvozanatingizni asrang.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Kardash S. Raqamli dunyoda diqqat psixologiyasi: kognitiv tahlil. — Toshkent: Ruhshunoslik nashriyoti, 2021.

2. Newport C. Deep Work: Rules for Focused Success in a Distracted World. — New York: Grand Central Publishing, 2016.

3. Rosen L.D., Pastier L. The Distracted Mind: Ancient Brains in a High-Tech World. — MIT Press, 2019.

4. Vohidov M. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya darsligi. — O‘zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2023.

GLOBAL RAQAMLASHUV DAVRIDA O‘SMIRLIK DEPRESSIYASINI SHAKLLANTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Xudayberdiyeva Yulduz

O‘zbekiston Milliy universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti magistranti
Ilmiy rahbar: psixologiya fanlari nomzodi Sagatova Shohsanam
(Toshkent, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot ishi global transformatsiya va raqamlashuv sharoitida o‘smirlik davri affektiv buzilishlarining shakllanishiga daxldor bo‘lgan ijtimoiy-psixologik omillarni ochib berishga qaratilgan. Tadqiqotda raqamli muhitning o‘smir shaxsiyatiga ta’siri tahlil qilinar ekan, virtual dunyodagi “ijtimoiy solishtirish” fenomeni va kommunikativ izolyatsiyaning emotsional tushkunlik darajasi bilan korrelatsion bog‘liqligi asoslab beriladi. To‘xtovsiz axborot oqimi va onlayn hayot majburiyati o‘smirning asab tizimini charchatib qo‘yadi. Buning oqibatida bola hayotga qiziqishini yo‘qotadi va o‘zini hammadan uzilib qolgandek his qila boshlaydi. Aslida raqamli dunyoda adashib qolgan o‘smir uchun eng yaxshi dori — bu ota-onaning e’tibori va uyda o‘zini xavfsiz his qilishidir. Raqamli asrda o‘smirlar depressiyasining oldini olish uchun faqat internetni cheklash yetarli emas. Eng muhimi — oilada bir-birini eshitishni o‘rganish va bolaga gadjetlardan tashqarida ham qiziqarli, mehrli dunyo borligini ko‘rsatib berishdir.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik depressiyasi, global raqamlashuv, emotsional tushkunlik, ijtimoiy solishtirish, oilaviy muloqot, kognitiv sxemalar, emotsional intellekt, psixoprofilaktika, virtual begonalashuv.

Bugungi kunda shaxsning emotsional barqarorligi masalasi psixologiya fanining eng ustuvor yo‘nalishlaridan biri bo‘lib kelmoqda. Ayniqsa, global raqamlashuv sharoitida o‘smirlar ruhiyatida kuzatilayotgan emotsional tushkunlik

va uning oilaviy munosabatlar bilan bog‘liqligini o‘rganish nafaqat nazariy, balki hayotiy zaruriyatga aylandi. Inson hayotining eng inqirozli davri hisoblangan o‘smirlik chog‘ida bola o‘zligini anglash va ijtimoiy muhitga moslashishda ko‘plab to‘siqlarga duch keladi. Statistik ma’lumotlar va psixologik kuzatuvlar shuni ko‘rsatmoqdaki, global raqamlashuv sharoitida voyaga yetayotgan o‘smirlarda depressiv fonning shakllanishi an’anaviy davrlarga qaraganda ancha yuqori. Bu holat ushbu jarayonning tub psixologik sabablarini qayta ko‘rib chiqishni talab etadi. O‘smirlik davridagi emotsional buzilishlar va depressiv holatlar psixologiya fanida uzoq vaqtdan beri o‘rganilib kelayotgan bo‘lsa-da, raqamli muhit ta’sirida ushbu muammo yangicha yo‘nalish va talqin kasb etmoqda.

Zamonaviy o‘smirlik inqirozining kechishini quyidagi yo‘nalishlarda umumlashtirish mumkin. Xususan, L.S. Vigotskiy o‘smirlik inqirozining ikki fazali — negativ va pozitiv jarayon bo‘lishi mumkinligini ta’kidlaydi:

— determinantlar ziddiyati: inqirozning tashqi omillari va o‘smirning ichki ehtiyojlari o‘rtasidagi nomutanosiblik depressiv holatni yuzaga keltiruvchi asosiy manba hisoblanadi;

— kattalik hissi va mas’uliyat dissonansi: o‘smir o‘zini “bola emas” deb hisoblasa-da, amalda mas’uliyatni o‘z zimmasiga olish ko‘nikmasiga ega emasligi ichki konfliktni keltirib chiqaradi.

O‘smirlar inqirozi shunchaki yoshga doir o‘zgarish emas, balki shaxsning “virtual men” va “real men” obrazlari o‘rtasidagi muvozanatni qidirish jarayonidir [1].

E. Erikson epigenetik nazariyasiga ko‘ra, o‘smirning asosiy vazifasi o‘zi haqidagi barcha taassurotlarni (o‘tmishni, qobiliyatni, ijtimoiy rollarini) bir butunlikka birlashtirishdir. O‘smir “Men kimman?” va “Jamiyatda kim bo‘laman?” degan savollarga javob topishi kerak. Agar bu jarayon muvaffaqiyatli o‘tsa, shaxsda o‘ziga nisbatan ishonch va hayotiy maqsad shakllanadi. Rollar chalkashuvi esa inqirozning salbiy natijasidir: agar o‘smir o‘zining qadriyatlari va kelajakdagi o‘rnini belgilay olmasa, unda ijtimoiy rollar noaniqligi yuzaga keladi va buning natijasida o‘smirlik depressiyasi, o‘ziga nisbatan nafrat, ijtimoiy yakkalanish va kelajakdan qo‘rquv kabi emotsional buzilishlar yuzaga keladi [2].

D.B. Elkonin tadqiqotlariga ko‘ra, o‘smirlik davrining boshlanishi va rivojlanishi quyidagi uchta ustuvor yo‘nalish bilan belgilanadi:

— kattalik hissi — o‘smirlik davrining boshlanishini bildiruvchi belgi hisoblanadi. Bu ongning shunday yangi holatiki, bunda o‘smir o‘zini kattalar bilan solishtira boshlaydi. O‘smir o‘zlashtirish uchun “namuna” qidiradi, o‘z faoliyatini qaytadan quradi, kattalar bilan munosabatda tenglik talab qiladi;

— yetakchi faoliyat — o‘smirlikda o‘qish faoliyati o‘rnini shaxsiy-emotsional muloqot egallaydi;

— Men-konsepsiyasi shakllanishi — Elkonin yondashuvida muloqot va kattalik hissi natijasida o‘smirda yangi darajadagi o‘z-o‘zini anglash paydo bo‘ladi. Kattalar bahosidan ko‘ra ichki o‘z-o‘zini baholash ustunlik qila boshlaydi [3].

O‘smirlik inqirozi tahlili shuni ko‘rsatdiki, shaxsning shakllanishi faqat biologik gormonlar bilan emas, balki identiklikning raqamli reallikka moslashishi bilan ham belgilanadi. Zamonaviy sharoitda “kattalik hissi” virtual makonda namoyon bo‘lib, real hayot bilan kognitiv ziddiyatga kirishmoqda. Mazkur jarayonda yuzaga keladigan emotsional tushkunlik — bu shaxsning yangi ijtimoiy makonni qidirishdagi murakkab reaksiyadir. Binobarin, o‘smirlik depressiyasini o‘rganishda klassik psixologiya tamoyillarini zamonaviy raqamli gigiyena va neyropsixologik yondashuvlar bilan birga olib borish metodologik jihatdan zarur hisoblanadi.

O‘smirlik davri inqirozining nazariy va empirik tahlili shuni ko‘rsatadiki, bu bosqich shaxsning ijtimoiy-psixologik o‘zligini qayta qurishdagi eng fundamental davr hisoblanadi. Tadqiqot doirasida o‘rganilgan Eriksonning identiklik inqirozi, D.B. Elkoninning “kattalik hissi” va ijtimoiy faoliyat konsepsiyalari o‘smirlik depressiyasining mexanizmlarini tushunishda metodologik asos bo‘lib xizmat qildi. Global raqamlashuv davrida o‘smirlar depressiyasini profilaktika qilish — bu nafaqat texnologik cheklov, balki klassik psixologiya tamoyillarini zamonaviy raqamli gigiyena bilan sintez qilishni talab etadi. O‘smirning “virtual men” va “real men” obrazlari o‘rtasidagi nomutanosiblikni hamda Eriksonning identiklik inqirozini tushuntirishda sxematik tasvirlardan foydalanish o‘smirlik inqirozining ilmiy mohiyatini ochib beradi. Global raqamlashuv sharoitida o‘smirlik depressiyasi — bu shunchaki yosh inqirozi emas, balki virtual makondagi “ideal men” va real hayotdagi “haqiqiy men” o‘rtasidagi kognitiv buzilish natijasidir. Shu sababli bu inqirozni bartaraf etish klassik psixologiya tamoyillarini zamonaviy raqamli gigiyena va neyropsixologik yondashuvlar bilan sintez qilishni taqozo etadi.

Tadqiqotimiz shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlik depressiyasi global raqamlashuv sharoitida o‘ziga xos transformatsiyaga uchradi. L.S. Vigotskiy va E.G‘. G‘oziyev kabi olimlarning nazariyalariga tayangan holda xulosa qilish mumkinki, bugungi kunda o‘smirning o‘z-o‘zini anglash jarayoni virtual makonning kuchli ta’siriga tushib qolgan. Mazkur inqirozni bartaraf etish uchun klassik psixologiya tamoyillarini zamonaviy raqamli gigiyena va milliy tarbiya an’analari bilan sintez qilish metodologik jihatdan zarur hisoblanadi.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. — СПб.: Питер, 2008. — 400 с.

2. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 4. Детская психология. — М.: Педагогика, 1984. — 432 с.

3. Ғозиев Э.Ғ. Тараққиёт психологияси. — Тошкент: Университет, 2010. — 244 б.

4. Давлетшин М.Г. Замонавий ўсмир психологияси. — Тошкент: Ўқитувчи, 1999. — 128 б.

5. Расулов А.И. Ўсмирлар девиант хулқ-атвори психологияси. — Тошкент: Фан ва технологиялар, 2018. — 180 б.

6. Шоумаров Ғ.Б. Оила психологияси: академик лицей ва касб-ҳунар коллежлари учун дарслик. — Тошкент: Шарқ, 2010. — 296 б.

7. Эльконин Д.Б. Психология развития. — М.: Академия, 2001. — 144 с.
8. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. — М.: Прогресс, 1996. — 344 с.

FRUSTRATSION TOLERANTLIKNI NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Nurmatov Nurhayot Nurziyot o‘g‘li
Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti Amaliy psixologiya kafedrasi v.b. dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) (Toshkent, O‘zbekiston). nurmatovnurhayot01@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada pedagoglarda ish faoliyati jarayonida yuzaga keladigan frustrasion vaziyatlar, ularning oqibatlari va ularga nisbatan bildiriladigan reaksiyalarning psixologik mexanizmlari yoritilgan. Shuningdek, frustrasion vaziyatlarni bartaraf etish — frustrasion tolerantlik bilan bog‘liq jihatlar ochib berilgan.

Kalit so‘zlar: ekstrapunitiv, intrapunitiv, impunitiv, frustratsiya, tolerantlik, frustrasion tolerantlik, frustrator, frustrasion vaziyat.

“Frustratsiya” tushunchasi psixologik adabiyotlarda odatda ikki xil ma’noda qo‘llaniladi. Bu borada ish olib borgan olimlardan biri Ye.P. Ilin [1] frustratsiyani ikki xil ma’noda izohlaydi:

— zarur va shaxs uchun e’tiborga ega bo‘lgan maqsadga erishishga yo‘naltirilgan xatti-harakatlarni to‘xtatish (frustrasion vaziyat);
— insondagi biror-bir kuchli ehtiyojning qondirilmasligi, omadsizlik yoki shaxsning atrofidagi kimningdir ta’na-malomati ta’sirida kelib chiqadigan emosional holat.

Lotincha “frustratio” umidlar, rejalar, o‘ylarning barbod bo‘lishini anglatadi. Bunday vaziyatda shaxsda kuchli emosiyalar — xavotir, afsus-nadomat, g‘azab, aybdorlik hissi, agressiv holatlar vujudga kelishi kuzatiladi. “Psixologik lug‘at”da frustratsiyaga shunday ta’rif beriladi: “Frustratsiya — bu shaxsning ongi va faoliyatining tartibsiz psixologik holati bo‘lib, unda shaxsning o‘z maqsadiga erishishni juda ham istashi yo‘lida yengib bo‘lmas va asossiz (yoki sub’yekt tomonidan shunday tushuniladigan va kechiriladigan) ob’yektiv to‘siq vujudga keladi” [4].

Demak, frustratsiya shaxsning ma’lum bir maqsadga erishishga harakati va shu harakat yo‘lida yuzaga kelgan to‘siqni yengishdagi ob’yektiv imkoniyatlari o‘rtasidagi ichki konfliktdir. Alohida ta’kidlash lozimki, maqsad yo‘lida yuzaga keladigan har qanday qiyinchilik ham frustratsiyaga olib kelavermaydi. Frustratsiya inson noroziligi uning bardoshidan oshib ketgandagina, ya’ni frustratsiya ostonasidan o‘tgandagina sodir bo‘ladi. S. Rozensveyg AQShda frustratsiya muammosini keng o‘rgangan olimlardan biri hisoblanadi. U frustratsiyani

quyidagicha baholaydi: “Frustratsiya organizm qandaydir hayotiy ehtiyojlarini qondirishi davomida uning yo‘lida uchraydigan u yoki bu o‘tib bo‘lmas to‘siqli holatlarda yuzaga keladi” [6].

Frustrasion vaziyatlar qurshovida qolgan insonning holati frustrasion zo‘riqish deb ataladi. Bu atama ostida organizmning frustrasion vaziyatga psixofiziologik moslashuv mexanizmlarining namoyon bo‘lish intensivligi tushuniladi. Haddan ziyod yuqori frustrasion zo‘riqish adaptasion buzilishlar sharoitida organizmning asab tizimi va gormonal (endokrin) tizimi funksiyalarining me’yordan ortiq kuchayishiga sabab bo‘ladi, bu esa shu organizmning rezerv (zaxira) imkoniyatlarining yemirilishiga olib keladi [5]. Bu holat uch xil xulq-atvor shaklida namoyon bo‘lishi mumkin:

— ekstrapunitiv shakl;
— intrapunitiv shakl;
— impunitiv shakl.

Ekstrapunitiv shakl shaxsda yuzaga keladigan agressiv reaksiyalar bilan bog‘liq. Bunday holatda insonda jahldorlik, sabrsizlik, nima bo‘lishidan qat’i nazar belgilangan maqsadga erishish istagi paydo bo‘lishi kuzatiladi. Insonning xulq-atvori primitiv, noelastik bo‘lib, frustratsiya ob’yektiga nisbatan shu paytgacha o‘zlashtirilgan xatti-harakat namunalari qo‘llanadi. Masalan, bolalik chog‘ida ota-onaning bola tarbiyasi borasida o‘zaro bir-birini ayblash holati bolalar ishtirokida sodir bo‘lgan bo‘lsa, bunday bolalarda aynan shunday reaksiya shakllanadi. Bunday insonlar frustrasion to‘siq yuzaga kelgan paytda buni vujudga kelgan vaziyatning ta’siri deb tushunadi hamda bu vaziyat va omadsizlikda o‘zidan boshqa barchani ayblaydi, agressiv tarzda reaksiya bildiradi. Frustrasion holatda eng ko‘p uchraydigan reaksiya — bu agressiv xulq-atvordir. Bu reaksiya shunchalik ko‘p uchraydiki, AQShdagi Yel universiteti professorlari shunga muvofiq quyidagi ilmiy farazni ilgari surdilar: har qanday frustratsiya shaxsni agressiyaga undaydi.

Mutaxassislarning fikriga ko‘ra, frustrasion vaziyatda kuchsiz asab tizimiga ega insonlarda intrapunitiv shakl, kuchli asab tizimiga ega insonlarda esa ekstrapunitiv shakl kuzatiladi. Bunda insonning tarbiyalanganlik darajasi va frustrasion holatga bo‘lgan munosabati ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ayni kunda talabalar oddiy kuzatish asosida tahlil qilinadigan bo‘lsa, ularning aksariyatida frustrasion vaziyatlarda o‘zini tez yo‘qotib qo‘yish, muammoning yechimini topishga harakat qilmaslik va bu holatdan chiqib ketish yo‘llarini izlashda sustkashlikni ko‘rish mumkin. Buni bir tomondan, ularning turli xil tashqi ta’sirlar natijasida yengil-yelpi yashashga o‘rganib qolganligi va hayotiy qiyinchiliklarga bardosh berishdagi irodasizligi bilan bog‘lash mumkin bo‘lsa, ikkinchi tomondan, ularda bu boradagi psixologik bilim, ko‘nikma va malakalarning yo‘qligi bilan izohlash mumkin. Maqsadga erishish yo‘lida paydo bo‘lgan to‘siqlarni noto‘g‘ri idrok qilish va ularni “yengib bo‘lmas” deb tushunish talabaning nafaqat ruhiy holatiga, balki uning o‘quv faoliyatiga, eng asosiysi, fiziologik salomatligiga ham salbiy ta’sir etadi. Bugungi kunda sog‘lom va barkamol avlodni tarbiyalash muhimligi hisobga olinsa, bu muammoning dolzarbligi yana bir bor namoyon bo‘ladi. Shuni inobatga olgan holda, talabalarning bu boradagi psixologik savodxonligini oshirish maqsadga muvofiq bo‘lar edi.

Frustrasion vaziyatlarda pedagoglarning vaziyatdan chiqib ketishni bilmasliklari, yuzaga kelgan muammolarning yechimini topa olmasliklari ayrim talabalarning nojo‘ya ta’sirlarga berilib ketishlariga ham olib kelishi mumkin.

Frustratsiyaga nisbatan beqaror munosabatning yana bir salbiy ta’siri shundaki, bunday shaxslar stressga nisbatan ham beqaror, ya’ni chidamsiz munosabatda bo‘ladilar. Bunday hol esa shaxs organizmiga jiddiy salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu ilmiy asoslangan dalillardan kelib chiqib aytish mumkinki, talabalarning o‘quv jarayonida yuzaga keladigan frustrasion holatlarga bo‘lgan munosabati ularning stressga barqarorlik darajasining yuqori yoki past bo‘lishiga asoslardan biri bo‘ladi. Shuning uchun talabalar ongida o‘qish jarayoni davomida vujudga kelayotgan ijtimoiy va shaxsiy muammolarga nisbatan to‘g‘ri munosabatda bo‘la olish ko‘nikma-malakalarini shakllantirish lozim. Bu esa stressga barqarorlikni oshirishning eng yaxshi omillaridan biri bo‘la oladi. Bunday ko‘nikma va malakalarni shakllantirish uchun talabalarda frustrasion holatlarga nisbatan shaxsiy tolerantlikni oshirish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Shu o‘rinda frustrasion tolerantlik atamasiga ham izoh berib o‘tmoqchimiz.

Frustrasion tolerantlik tushunchasini yoritish va bu boradagi tadqiqot ishlari S. Rozensveyg, N.D. Levitov, F.Ye. Vasilyuk, I.P. Ilin, Yu.N. Kulyutkin, R.P. Milrud, R.I. Xmelyuk, Z.N. Kurlyand, N.A. Shevchenko, L.M. Mitina kabi mualliflarning ishlarida o‘z aksini topgan. Bu mualliflar o‘z ishlarida frustrasion tolerantlikni alohida tadqiqot predmeti sifatida qaramaganlar; ular stress, frustratsiya, frustrasion holatlar va bu jarayonda shaxs xulq-atvorining namoyon bo‘lishi borasida olib borgan ishlarida frustrasion tolerantlik muammosiga nisbatan munosabat bildirib o‘tishgan.

Bu borada dastlab xorij psixologlari ish olib borganlar va ulardan S. Rozensveyg o‘zining frustratsiya haqidagi konsepsiyasi uchun nihoyatda katta ahamiyatga ega bo‘lgan frustrasion tolerantlik yoki frustrasion vaziyatlarda chidamlilik tushunchasini kiritgan. U bu tushunchani quyidagicha tushuntirgan: frustrasion tolerantlik — individ frustratsiyani o‘zining psixobiologik moslashuvisiz, ya’ni noadekvat javob reaksiyalariga murojaat qilmagan holda kechirishidir.

Frustrasion tolerantlik muammosi bir qancha tadqiqotchilarning psixologik barqarorlik, emosional barqarorlik kabi muammolar bilan bog‘liq ishlarida ham ko‘rib chiqilgan bo‘lib, ular asosan frustrasion tolerantlik atamasini nazariy jihatdan tahlil etganlar. L.M. Mitina (1992)ning tadqiqotlarida frustrasion tolerantlik shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvi darajasi bilan bog‘liq holda o‘rganilgan. Muallif bu muammoni o‘rganish barobarida frustrasion tolerantlik atamasining ma’nosini ham yoritishga harakat qilgan. Uning fikricha, frustrasion tolerantlik sifatida shaxsning turli xil hayotiy qiyinchiliklarga psixologik adaptatsiyani yo‘qotmagan holda turib bera olish qobiliyati yotadiki, uning asosida esa turli xil hayotiy vaziyatlarga nisbatan adekvat yondashuv va munosabat bildira olish qobiliyati mavjud bo‘ladi.

L.M. Mitina frustrasion tolerantlik turlicha bo‘lishini ta’kidlagan. Ulardan birmuncha adekvatrog‘i — frustratorning mavjudligiga qaramasdan xotirjamlik, mulohazalilik kabi psixik holatdir. Frustrasion tolerantlik istalmagan impulsiv

reaksiyalarni ushlab turish uchun zo‘riqish va urinishlarda ham namoyon bo‘ladi. Frustrasion tolerantlikning ostonasi individuallikka ega bo‘lib, u xarakter va temperament xususiyatlari, o‘ziga baho berish, shaxsning ustunlik qiluvchi motivlari va etnik muhitning o‘ziga xosligi bilan ham bog‘liq bo‘ladi.

Frustrasion tolerantlik hayot faoliyati jarayonida shakllanadi. Bu qiyin vaziyatlarni hal etishdagi to‘siqlarni, murakkab vaziyatlarni o‘ziga xos holda yengib o‘tishdagi individual tajribaga asoslanadi. Frustratsiyalovchi vaziyatlarni yengib o‘tishning o‘ziga xos yo‘li ko‘pgina holatlarda insonning xulq-atvorini belgilab beradi.

Frustrasion holatdan chiqib ketish, ya’ni frustrasion tolerantlik pedagogdan bu vaziyatlarning yechimini topish va o‘z hayoti, faoliyatida sodir bo‘lgan qiyinchiliklarga nisbatan yengilroq munosabat bilan qarashga intilish zaruriyatini talab qiladi. Pedagog bunday holatlarda sabr-toqat, chidam, aql bilan ish tutish, frustrasion vaziyatni ko‘rmaslik, ahamiyat bermaslikka harakat qilish kabi bir qancha psixologik omillardan foydalanadi. Lekin inson ruhiyatiga tegishli bo‘lgan bunday ko‘nikma va malakalar pedagoglarda o‘zidan-o‘zi paydo bo‘lmaydi. Ularni shakllantirish uchun pedagogdan bilim olish, kuzatuvchanlik, qo‘yilgan maqsadlar sari olg‘a borish kabi jihatlar talab etiladi.

Yuqoridagi fikrga tayanib aytish mumkinki, oliy ta’limda faoliyat yuritayotgan har bir pedagog va talaba o‘zida tolerantlik sifatini shakllantirishi va rivojlantirishi lozim. Tadqiqotchilar tomonidan pedagog va talabalar uchun shakllantirilishi lozim bo‘lgan tolerantlikning bir qancha ko‘nikma va qobiliyatlari ajratib ko‘rsatilgan bo‘lib, ular orasidan quyidagilarni ajratib ko‘rsatamiz:

— tolerant fikr bildirish va o‘z nuqtai nazarini shaxsiy mulohaza sifatida himoya eta olish qobiliyati;
— boshqalarning fikriga tolerant munosabatda bo‘la olish qobiliyati, ya’ni o‘zining shaxsiy fikridan qanchalik farq qilishiga qaramasdan, boshqalarning ham o‘ziga xos fikri borligi va ular ham o‘z fikrlarini bildirish huquqiga ega ekanliklarini tan olish;
— nizoli vaziyatlarda (qarama-qarshi nuqtai nazarlar bildirilganda, fikrlar to‘qnashuvi yuz berganda) tolerant bo‘la olish qobiliyati.

Hozirgi davr pedagogida ish faoliyati davomida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengishga bo‘lgan ko‘nikma va malakalar qanchalik ko‘p bo‘lsa va ulardan pedagog o‘z ish faoliyati davomida ko‘proq foydalansa, uning mutaxassis bo‘lib shakllanishi ham shunchalik yengil kechadi, degan xulosaga kelish mumkin. Chunki bunday ko‘nikma va malakalarni egallash uning oliy ta’lim muassasasida muvaffaqiyatlarga erishishi uchun ham asos bo‘ladi. Yaxshi muvaffaqiyatga intilgan va erishgan pedagogda esa asta-sekin o‘z-o‘zidan egallayotgan kasbidan faxrlanish va kasbini sevish hislari vujudga keladi.

Shunday ekan, bugungi kun pedagoglarida, avvalo, o‘z ish faoliyati jarayonida duch keladigan frustrasion vaziyatlarda tolerant bo‘la olish ko‘nikma va malakalarini shakllantirish uchun faqat uning o‘zi emas, balki barchamiz ham mas’ulmiz. Bunday qobiliyatlar, albatta, shaxsda o‘z-o‘zidan rivojlanmaydi, demak, pedagogda ham bu jihatlar o‘z-o‘zidan rivojlanmaydi. Buning uchun quyidagi tavsiyalarni berish mumkin:

— bo‘lajak pedagog, eng avvalo, psixologik bilimlarga ega bo‘lishi lozim; psixologik bilimlarga ega bo‘lish psixologik savodxonlikni oshirishga xizmat qiladi va buning natijasida pedagog yuqoridagi kabi frustrasion vaziyatlarda avvalo o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmasiga ega bo‘ladi;
— psixologik savodxon shaxs nafaqat o‘zini, balki boshqalarni ham hurmat qilish ko‘nikmalarini egallaydi; o‘zini va boshqalarni hurmat qila olgan shaxs esa o‘zgalar bilan munosabat jarayonida va frustrasion vaziyatlarga nisbatan tolerant munosabatda bo‘la oladi;
— olimlar tomonidan o‘tkazilgan tadqiqot natijalariga ko‘ra, talabalarda bunday ko‘nikma va malakalarni rivojlantirish aynan psixologik treninglar orqali amalga oshirilishi ko‘zda tutiladi; bunday treninglar talabalarda frustrasion tolerantlikni — sabrlilik, bag‘rikenglik, mulohaza bilan ish ko‘rish, har qanday voqea-hodisaga nisbatan to‘g‘ri munosabat bildirish, favqulodda vaziyatda to‘g‘ri qaror qabul qilish va uni amalga oshirish uchun jur’at, qat’iyat kabi ko‘nikma va malakalarni qisqa muddatda shakllantirishga asoslangandir;
— pedagogning tolerant munosabat bildira olish ko‘nikmasi rivojlanishi uchun yoshi katta ustozlarning nazariy va amaliy maslahatlari ham katta ahamiyatga ega; agar yoshi katta pedagoglar bu boradagi nazariy ma’lumotlarni berib qolmasdan, o‘z faoliyatlari, xulq-atvori va xatti-harakatlarida ham tolerant munosabatni ko‘proq namoyon etsalar, bu hol, albatta, yosh pedagoglarda ham tolerant munosabatning shakllanishiga turtki bo‘ladi.

Adabiyotlar:

1. Ильин Е.П., Молчанов Н.М., Замков М.А. и др. Изучение проявлений нервно-эмоционального напряжения у студентов во время сдачи экзаменов и зачётов // Современная высшая школа. — Варшава, 1999. — № 1. — С. 67.
2. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. — 1997. — № 6. — С. 118–129.
3. Митина Л.М. О психологических состояниях человека. — М., 2006.
4. Психологический словарь / под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского. — М., 1993.
5. Панкратов В.Н. Саморегуляция психического здоровья. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2001.
6. Розенцвейг С. Психодиагностика. — М., 2004.

INTERNETGA QARAMLIKNING O‘SMIRLAR PSIXOEMOTSIONAL HOLATIGA TA’SIRI

Zakirova Muxabbat Sabirovna
Farg‘ona davlat universiteti psixologiya kafedrasi dotsenti
muxabbatxonzakirova68@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada internetga qaramlikning kategoriyalari, turlari va xususiyatlari yoritilgan. O‘smirlik davrining o‘ziga xos xususiyatlari hamda internetga qaramlikning uning hayoti, faoliyati va xulqiga ta’siri muammosi tahlil qilingan. Internetga qaramlikning o‘smirda yuzaga keltirgan salbiy o‘zgarishlari ko‘rsatib o‘tilgan. Internetga qaramlik o‘smirda addiktiv xulq sifatida talqin qilingan. Bu masalalarning turli psixologiya ilmiy maktablarida o‘ziga xos talqin qilinishi tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: internetga qaramlik, bezovtalik, stress, depressiya, izolyatsiya, kognitiv-xulq, addiktiv xulq, kompulsiv, tashvish, og‘ir depressiya, obsessiv fikrlar, funksional buzilish (functional impairment).

Internetga qaramlik nafaqat texnologiyaning o‘zidan, balki individning shaxsiy, psixologik va ijtimoiy holatiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Internetga qaramlik masalasini ilk bora klinik psixolog K. Young psixologik jihatdan o‘rganishni taklif qilgan. U o‘smirlarda internetga qaramlik depressiya, bezovtalik, yolg‘izlik va ijtimoiy izolyatsiya bilan bog‘liqligini isbotlagan.

Internetga qaramlik addiktiv xulq sifatida ham talqin qilinadi. Addiksiya — muayyan faoliyat yoki moddalarga patologik bog‘liqlik. Uning psixologik asoslari: emotsional bo‘shliq, qoniqmaslik hissi, real muammolardan qochish [1.45]. Internetga qaramlik eng dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Bunda virtual muhit ijtimoiy kompensatsiya maydoniga aylanadi. Internetga qaramlik ko‘p hollarda quyidagilar bilan tavsiflanadi:

— nazoratni yo‘qotish — internetdan foydalanishni o‘zi to‘xtata olmaslik;
— vaqt nazoratining yo‘qolishi — internetda ko‘p vaqt o‘tkazish va vaqtni sezmay qolish;
— real hayotdagi mas’uliyatlarni e’tiborsiz qoldirish — o‘qish, ish yoki oilaviy vazifalarga beparvo munosabat;
— internetga emotsional bog‘liqlik — internet yo‘qligida asabiylashish, tushkunlik yoki zerikish hissi;
— funksional buzilish — uyqu, ta’lim, ijtimoiy munosabatlar va hissiy barqarorlikka salbiy ta’sir;
— obsessiv fikrlar — internet haqida doimiy qayg‘urish hissi.

Bular psixologiyada odat va addiksiya mexanizmlari orqali izohlanadi. Sog‘liq muammolari uyqusizlik, ko‘z charchashi va jismoniy faollikning kamayishi bilan ifodalanadi. Internetga qaramlik aksariyat hollarda internet orqali — ijtimoiy tarmoqlar va onlayn kommunikatsiyalar orqali — sodir bo‘ladi, chunki internet tezkor mukofot tizimi yaratadi. Shuning uchun o‘smirlar internetdan foydalanishda o‘zlarini yanada to‘liq his qilishadi, bu esa real hayotdagi ijtimoiy tajribalar bilan

taqqoslaganda yuqori darajada qaramlik hosil qiladi. Bu insonning internetdan ortiqcha foydalanishi sababli hayotning boshqa sohalariga e'tibor qaratishi qiyinlashadigan psixologik va ijtimoiy muammo hisoblanadi. Ushbu holat odatda shaxsning hissiy, intellektual yoki ijtimoiy ehtiyojlarini virtual muhit orqali qondirishga harakat qilishi natijasida paydo bo'ladi.

Mutaxassislar internetga qaramlikni odatdagi majburlovchi xatti-harakatlar konsepsiyasi asosida tavsiflaydi — bunday xulq-harakatlar yuzaga kelganida foydalanuvchi nazoratni yo'qotadi va internetdan foydalanish kundalik hayotdagi vazifalarni (o'qish, ijtimoiy aloqalar, uyqu) buzadi. Nazariy jihatdan internetga qaramlik quyidagi kategoriyalarga ajratiladi:

— ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik — doimiy onlayn bo'lish, "like" va izohlarga qaramlik;
— onlayn o'yinlarga qaramlik — vaqtni nazoratsiz sarflash, o'yin ichidagi muvaffaqiyatlarga bog'lanish;
— ma'lumot qidirishga qaramlik — internet orqali bilim olish yoki yangiliklarni tekshirishga haddan tashqari bog'lanish.

O'smirlik davrida psixoemotsional holat quyidagi xususiyatlarga ega:

— hissiy o'zgaruvchanlik — kayfiyat tez-tez o'zgaradi, emotsional reaksiyalar kuchli;
— o'zini anglash va identifikatsiya — o'smirlar o'z ijtimoiy rolini aniqlashga intiladi;
— stressga sezgirlik — hayotiy va ijtimoiy bosimlarga tez ta'sirlanadi.

Ushbu davrda internetga qaramlik quyidagi salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqarishi mumkin:

— kayfiyat tushishi yoki depressiv holatlar;
— beqaror hissiyotlar, xavotir va qo'rquvning oshishi;
— ijtimoiy cheklanish — real hayotdagi do'stlik va oilaviy munosabatlarning kamayishi [3.20].

Internetga qaramlik va o'smirlar psixoemotsional holatiga ta'siri masalalari turli psixologiya ilmiy maktablarida o'ziga xos talqin qilinadi. Internetga qaramlik kompulsiv xulq, behavioral reinforcement va motivatsiya tuzilmalari orqali tushuntiriladi. Behavioristik nazariyaga ko'ra, internet faoliyati mukofot tizimi bilan bog'liq bo'lib, bu mukofotlar (masalan, "like", reytinglar, o'yinlardagi yutuqlar) odatni mustahkamlaydi va uni qayta-qayta takrorlashga undaydi. Bu jarayon oxir-oqibat kompulsiv foydalanishga, ya'ni qaramlikka olib keladi. Hissiy "mukofot" dopamin tizimini faollashtiradi va xulqni mustahkamlaydi. Natijada foydalanuvchi bu faoliyatni qayta-qayta amalga oshiradi. Bu mexanizm "behavioral reinforcement" tamoyili orqali tushuntiriladi va bu konsepsiya klassik shartlanish nazariyasidan kelib chiqadi.

Kognitiv nazariya nuqtai nazaridan, o'smirlar onlayn muhitda o'zlariga nisbatan ijobiy baho izlashadi. Ijtimoiy tarmoqlardagi kontent orqali o'zini solishtirish, real hayotdagi bahoga qaramlik, xususan, o'zini past baholash hissi rivojlanishi mumkin. Bu o'zini baholash tizimiga zarar yetkazadi va depressiv simptomlarni kuchaytiradi. Rivojlanish psixologiyasi nuqtai nazaridan, o'smirlik davri identifikatsiya, o'ziga xos qaror qabul qilish va ijtimoiy rolni aniqlash

jarayonidir. Internet orqali mukofot tizimlari, tezkor ijtimoiy ta'sir va real hayot tajribalarining farqlari bu jarayonni buzadi, shu sababli o'smirda o'zini anglash va ijtimoiy qobiliyatlar bilan bog'liq psixologik muammolar yuzaga keladi. Ekzistensial va rivojlanish nazariyalariga ko'ra, identifikatsiya va shaxsni anglash jarayonida internetga haddan tashqari qaramlik o'smirning o'zini topish va mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini cheklaydi.

Ijtimoiy ko'nikmalar nazariyasi. Bu yondashuvga ko'ra, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish o'smirlarning real hayotdagi ijtimoiy ko'nikmalarini almashtirib, ularning ijtimoiy tashvish darajasini oshiradi va virtual ijtimoiy qabulni haqiqiydan ustun qo'yishga olib keladi. Bu nazariy yondashuvlar internetga qaramlikni yagona neyropsixologik yoki ijtimoiy omil bilan emas, balki kompleks psixologik mexanizmlar bilan izohlashga yordam beradi. A. Bandura kabi nazariyotchilarning ijtimoiy o'rganish nazariyasida yoshlarning xulqini observatsiya (kuzatish) orqali qanday o'zlashtirishi tushuntiriladi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar yoshlarni bir-birini kuzatishga, rol modellarning xulqini o'zlashtirishga va shu orqali o'ziga xos onlayn identifikatsiya shakllanishiga olib keladi.

Internetga qaramlikning asosiy turlari quyidagilardir:

— obsessiv veb-sërfing — World Wide Web bo'yicha cheksiz sayohatlar, ma'lumot qidirish;
— virtual muloqot va virtual tanishuvga berilib ketish — katta hajmdagi yozishmalar, chatlarda doimiy ishtirok etish, internetda do'stlarning ko'payishi;
— o'yinlarga qaramlik — tarmoq orqali kompyuter o'yinlariga obsessiya;
— obsessiv moliyaviy ehtiyoj — onlayn qimor o'yinlari, onlayn do'konlarda keraksiz xaridlar yoki onlayn auksionlarda doimiy ishtirok etish;
— internetda kino ko'rishga odatlanish — tarmoqda deyarli har qanday film yoki dasturni tomosha qilish mumkinligi sababli butun kunni ekran oldida o'tkazish;
— kiberseksga qaramlik — porno saytlarga obsessiv tarzda tashrif buyurish;
— ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik — doimiy ravishda postlar ko'rish, "like" va sharhlarga qiziqish;
— axborotga qaramlik — keraksiz yoki haddan tashqari ko'p ma'lumotni izlash va iste'mol qilish;
— xarid qilish va qimor o'yinlariga qaramlik — internet orqali doimiy ravishda pul sarflash yoki tavakkal qilish [2.279].

Olib borilgan ko'pgina tadqiqotlar internetga qaramlik va psixologik muammolar o'rtasida ijobiy bog'liqlikni aniqlagan:

— internetga qaramlik depressiya, bezovtalik va psixologik salomatlikning pasayishi bilan bog'liq bo'lib, umumiy psixologik farovonlik darajasini kamaytiradi;
— muayyan o'smirlar guruhida internetga qaramlik ichki (depressiya, tushkunlik) va tashqi (xulq-harakat muammolari) psixologik simptomlar bilan sezilarli darajada bog'liq bo'ldi;

— internetga qaramlikka chalingan o‘smirlar o‘zgaruvchan kayfiyat, tashvish, stress va depressiv simptomlarga nisbatan sezgirlikni namoyon etdi.

Olimlar internetga qaramlik kishilarda depressiya va tashvish (anksiyete) simptomlarini kuchaytirishi haqida xulosa qilgan. Bu simptomlar internetdan disfunksional foydalanish — qaramlik tufayli emotsional qiyinchiliklar bilan bog‘liq bo‘lib, foydalanuvchi real hayotdagi hissiy qo‘llab-quvvatdan mahrum bo‘lishi sababli yuzaga keladi. Depressiya va internetga qaramlik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik mavjud: internetga qaram bo‘lgan o‘smirlar depressiv holatga ko‘proq moyil bo‘ladi; shu bilan birga, depressiv holatdagi o‘smirlar internetni haddan tashqari ko‘p ishlatishga moyil bo‘lishi mumkin. Ya’ni bu ikkisi o‘zaro ta’sir qiluvchi omillar bo‘lib, nafaqat vaqtincha aloqadorlik, balki uzluksiz munosabatni ham aks ettiradi.

Internetga qaramlik o‘zini baholashning salbiy o‘zgarishi va qaram kishilarning ijtimoiy hayotga moslashuvi bilan bevosita bog‘liq — ko‘pincha ijtimoiy tarmoqlar orqali olingan baholarga qattiq moslashish real hayotdagi ijtimoiy qobiliyatlarning zaiflashishiga olib keladi. Bu o‘z navbatida ijtimoiy izolyatsiya va past o‘zini qadrlashga sabab bo‘ladi. Internetga qaramlik real hayotdagi ijtimoiy aloqalarni cheklab, shaxsning o‘zini past baholashiga sabab bo‘lishi mumkin — ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda olingan ijobiy reaksiyalar real hayotdagi ijtimoiy muvaffaqiyat bilan chalkashtirilganda. Bu holat psixoemotsional barqarorlikni pasaytiradi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib quyidagi xulosalarni keltirish mumkin. Birinchidan, internetga qaramlik kishilarning psixoemotsional holatiga, ayniqsa kayfiyat, stress va ijtimoiy integratsiya jihatidan salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ikkinchidan, o‘smir identifikatsiya jarayonida va ijtimoiy rivojlanishda internet orqali mukofot tizimi va ijtimoiy solishtirish mexanizmlari bilan bog‘liq psixologik muammolarga duch keladi. Uchinchidan, internetga qaramlikni kamaytirish uchun psixologik maslahat, onlayn faoliyatni cheklash va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Бурова В.А. Интернет-аддикция как форма девиантного поведения // Вопросы психологии. — 2012. — № 6. — С. 45–53.

2. Войскунский А.Е. Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития. — Москва: Акрополь, 2009. — С. 15–120.

3. Смирнова Е.О. Интернет-зависимость подростков: причины и профилактика. — Москва: Генезис, 2013. — С. 20–40.

O‘SMIR O‘QUVCHILARNING EMOTSIONAL BARQARORLIGINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Mamaradjabova Bog‘zoda Abdilxakimovna
Termiz davlat universiteti Psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi, p.f.f.d. (PhD)

Choriyeva Dildora Toshmurodovna
Angor tumani 12-umumta’lim maktabi amaliyotchi psixologi (Termiz, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Mazkur maqolada maktab psixologlari faoliyatida o‘smirlik yoshidagi o‘quvchilarning emotsional barqarorligini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik omillari empirik jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqot davomida o‘quvchilarda xavotir, emotsional zo‘riqish va kommunikativ qiyinchiliklarning namoyon bo‘lish xususiyatlari o‘rganildi. Olingan natijalar maktab psixologining psixoprofilaktik va psixokorreksion faoliyati o‘quvchilarning psixologik moslashuvi hamda emotsional barqarorligini ta’minlovchi muhim omillardan biri ekanligini ko‘rsatdi.

Kalit so‘zlar: maktab psixologi, emotsional barqarorlik, psixologik xizmat, kommunikativ kompetentlik, psixologik moslashuv, xavotir.

Bugungi globallashuv va axborotlashuv jarayonlari sharoitida o‘quvchilarning psixologik salomatligini ta’minlash dolzarb ijtimoiy, pedagogik va psixologik muammolardan biriga aylanmoqda [3.24]. Ta’lim tizimidagi intensiv o‘zgarishlar, akademik yuklamaning ortishi hamda oilaviy muammolar o‘quvchilarning emotsional holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. O‘smirlik davrida emotsional zo‘riqish va xavotirning kuchayishi kommunikativ qiyinchiliklarni yuzaga keltirib, ta’lim samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu boisdan maktab psixologining psixoprofilaktik va psixokorreksion faoliyatini takomillashtirish, o‘quvchilarning emotsional barqarorligini rivojlantirish masalasi alohida dolzarblik kasb etmoqda [5.41].

Maktab psixologining psixoprofilaktik va psixokorreksion faoliyatini takomillashtirish masalasida ko‘plab xorij va o‘zbek psixolog olimlari ilmiy izlanishlar olib borganlar. Xorij psixologlaridan gumanistik psixologiya asoschisi amerikalik psixolog K.R. Rodjers o‘z ilmiy ishlarida ushbu masalani shaxsning psixologik uyg‘unligi va o‘zini anglash jarayonlarini emotsional rivojlanish bilan bog‘laydi [2.41]. Psixolog D. Goleman esa bu borada emotsional intellektning interpersonal munosabatlar va ijtimoiy moslashuvdagi rolini alohida ta’kidlaydi [1.56].

Mahalliy psixolog olimlardan G‘.B. Shoumarov, V.M. Karimova va B.R. Qodirovlarning ilmiy tadqiqotlarida o‘quvchilar psixologiyasi, kommunikativ kompetentlik va ijtimoiy moslashuv masalalari keng yoritilgan [6.58]. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, emotsional barqarorlik o‘quvchining stressli vaziyatlarda adekvat xulq namoyon etishi, o‘z hissiyotlarini boshqara olishi va kommunikativ moslashuviga bevosita bog‘liqdir.

Psixologik faoliyat jarayonida o‘smirlik yoshidagi o‘quvchilarda emotsional barqarorlik darajasini aniqlash maqsadida “Xavotir darajasini aniqlash” metodikasi qo‘llanildi. O‘smir o‘quvchilarning javoblari psixologik tahlil qilinib, olingan natijalar matematik-statistik tahlil metodlari asosida mustahkamlandi. Tadqiqotda 60 nafar o‘quvchi ishtirok etdi. Natijalar SPSS 26 dasturida qayta ishlanib, foiz ko‘rsatkichlari hamda korrelyatsion tahlil amalga oshirildi (1-jadval).

1-jadval. Respondentlarning emotsional holati natijalari

Ko‘rsatkich	Respondentlar soni	Foiz
Yuqori xavotir	22	36%
O‘rtacha zo‘riqish	25	41%
Past xavotir	13	23%

Tadqiqot natijalarining empirik tahlili 36 foiz respondentda yuqori xavotir darajasi mavjudligini ko‘rsatdi. 41 foiz o‘smirda o‘rtacha emotsional zo‘riqish holati kuzatildi. 23 foiz respondentda kommunikativ kompetentlik ko‘rsatkichlari past darajada ekanligi namoyon bo‘ldi. Shu bilan birga, kommunikativ kompetentlik ko‘rsatkichlari past bo‘lgan o‘quvchilarda konfliktli vaziyatlarga moyillik yuqoriroq ekanligi aniqlandi.

2-jadvalda respondentlarning kommunikativ kompetentligi hamda emotsional barqarorligi o‘rtasidagi bog‘liqlik Spearman korrelyatsion tahlili asosida o‘rganildi. Tahlil natijalari ikki psixologik ko‘rsatkich o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli ijobiy bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatdi.

2-jadval. Kommunikativ kompetentlik va emotsional barqarorlik o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘liqlik

Ko‘rsatkichlar	N	r	p
Kommunikativ kompetentlik	60	0,61	0,01
Emotsional barqarorlik	60	0,61	0,01

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, kommunikativ kompetentlik va emotsional barqarorlik o‘rtasida ijobiy korrelyatsion bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi ($r=0,61$; $p\leq0,01$). Mazkur natija respondentlarning kommunikativ faoliyati va emotsional moslashuvi o‘rtasida uzviy psixologik aloqadorlik mavjudligini ko‘rsatadi.

Psixologik jihatdan mazkur bog‘liqlik shuni anglatadiki, konstruktiv muloqot ko‘nikmalari rivojlangan o‘quvchilar stressli vaziyatlarda o‘z hissiyotlarini samaraliroq boshqara oladilar. Bunday respondentlar konfliktli holatlarda murosaga moyillik, tolerantlik va emotsional nazoratni ko‘proq namoyon etadilar.

1-rasmda o‘smirlik yoshidagi o‘quvchilarning emotsional holati ko‘rsatkichlari keltirilgan bo‘lib, unga ko‘ra kommunikativ kompetentligi yuqori bo‘lgan o‘quvchilarda ijtimoiy moslashuv, tengdoshlar bilan hamkorlik va akademik motivatsiya ko‘rsatkichlari ham yuqoriroq ekanligi kuzatildi. Bu esa emotsional

barqarorlikning interpersonal munosabatlar sifati bilan chambarchas bog‘liqligini ko‘rsatadi.

Tahlillar davomida xavotir darajasi yuqori bo‘lgan respondentlarda kommunikativ qiyinchiliklar, o‘ziga ishonchsizlik va emotsional zo‘riqish holatlari ko‘proq uchrashi aniqlandi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, emotsional barqarorlikni rivojlantirish o‘quvchilarning psixologik salomatligi va ijtimoiy moslashuvini ta’minlashda muhim omil hisoblanadi.

Korrelyatsion natijalar maktab psixologlarining psixoprofilaktik va psixokorreksion faoliyati o‘quvchilarning kommunikativ kompetentligi hamda emotsional barqarorligini rivojlantirishga qaratilishi lozimligini ko‘rsatadi. Individual konsultatsiyalar va psixoprofilaktik treninglarda muntazam qatnashgan o‘quvchilarda xavotir darajasining sezilarli pasayishi kuzatildi. Tadqiqot davomida treninglardan so‘ng respondentlarning 58 foizida kommunikativ faollikning ortishi, 46 foizida esa emotsional nazorat ko‘rsatkichlarining yaxshilangani aniqlandi. Psixologik treninglar, individual konsultatsiyalar va stressni boshqarish mashg‘ulotlari o‘quvchilarning psixologik moslashuvini yaxshilashda samarali vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

O‘smir o‘quvchilarning emotsional barqarorligini rivojlantirish ularning ijtimoiy moslashuvi va ta’lim samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Kommunikativ kompetentlik va emotsional nazorat o‘rtasidagi ijobiy bog‘liqlik maktab psixologining profilaktik va korreksion faoliyati o‘quvchilarda xavotir va emotsional zo‘riqishning kamayishiga xizmat qilishini ko‘rsatadi. Psixologik treninglar va individual konsultatsiyalar o‘quvchilarning o‘ziga ishonchi hamda stressga chidamliligini oshirishda samarali hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Goleman D. Emotional Intelligence. — New York: Bantam Books, 1995.
2. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. — Toshkent, 2018.
3. Nurkeldiyeva D. Maktab psixologiyasi asoslari. — Toshkent, 2021.
4. Qodirov B. Shaxs psixologiyasi. — Toshkent, 2019.
5. Rogers C. On Becoming a Person. — Boston: Houghton Mifflin, 1961.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — Москва, 1989.
7. Выготский Л.С. Педагогическая психология. — Москва, 1991.
8. G‘oziev E. Psixologiya. — Toshkent, 2002.

O‘SMIRLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA SHAXS SHAKLLANISHI

Vohobova Nigora Haydar qizi

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti magistranti (Toshkent, O‘zbekiston)
nigoravohobova60@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari hamda mazkur davrda shaxs shakllanishining nazariy va amaliy jihatlari keng yoritilgan. O‘smirlik davrida biologik yetilish, kognitiv rivojlanish, emotsional

beqarorlik, o‘z-o‘zini anglash, identifikatsiya va ijtimoiylashuv jarayonlari o‘zaro bog‘liq holda tahlil qilinadi. Shuningdek, o‘smirlik davrida ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, ta’lim jarayoni va tengdoshlar guruhi ta’sirining ahamiyati ilmiy manbalar asosida ochib beriladi. Shaxs shakllanishining ichki va tashqi omillari, motivatsion soha rivoji hamda qadriyatlar tizimining shakllanish jarayoni keng tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, shaxs shakllanishi, identifikatsiya, o‘z-o‘zini anglash, ijtimoiylashuv, motivatsiya, emotsional rivojlanish.*

Аннотация. В статье подробно рассматриваются психологические особенности подросткового возраста и процесс формирования личности в данный период. Анализируются биологические, когнитивные и социально-психологические изменения, происходящие в подростковом возрасте. Особое внимание уделяется развитию самосознания, идентичности, мотивационной сферы и системы ценностей. Раскрывается роль семьи, образовательной среды и группы сверстников в становлении личности подростка.

Ключевые слова: *подростковый возраст, формирование личности, самосознание, идентичность, социализация, мотивация.*

Abstract. This article provides an in-depth analysis of the psychological characteristics of adolescence and the process of personality formation during this developmental stage. Biological maturation, cognitive development, emotional instability, self-awareness, identity formation, and socialization are examined as interconnected processes. The role of family, education, and peer groups in shaping adolescent personality is explored. Special attention is given to motivational development and value system formation.

Keywords: *adolescence, personality formation, identity, self-awareness, socialization, motivation, emotional development.*

Kirish. O‘smirlik davri inson ontogenezining eng murakkab va ziddiyatli bosqichlaridan biridir. Bu davr bolalik va kattalik oralig‘ida joylashgan bo‘lib, nafaqat jismoniy yetilish, balki psixologik va ijtimoiy jihatdan tub o‘zgarishlar bilan tavsiflanadi. O‘smirlik davrida shaxsning ichki dunyosi sezilarli darajada boyiydi, mustaqil fikrlash, o‘z pozitsiyasini himoya qilish va ijtimoiy munosabatlarda faol ishtirok etish ehtiyoji kuchayadi.

O‘smirlik davri inson rivojlanishining nafaqat biologik, balki chuqur ijtimoiy-psixologik mazmun kasb etadigan bosqichidir. Mazkur davrda shaxsning ichki dunyosida sifat jihatidan yangi tuzilmalar vujudga keladi. Bolalik davrida shakllangan tasavvurlar, qadriyatlar va xulq-atvor stereotiplari qayta ko‘rib chiqiladi hamda yangicha mazmun bilan boyiydi. O‘smir o‘zini mustaqil subyekt sifatida his eta boshlaydi, bu esa uning ijtimoiy munosabatlar tizimidagi o‘rnini yangidan belgilashga olib keladi.

Psixologik tadqiqotlarda o‘smirlik davri “o‘tish davri” sifatida tavsiflanadi, biroq bu o‘tish jarayoni oddiy biologik yetilish bilan cheklanmaydi. Ushbu bosqichda ijtimoiy identifikatsiya, axloqiy ong, dunyoqarash va hayotiy maqsadlar tizimi shakllana boshlaydi. Shaxsning o‘zini anglash jarayoni chuqurlashadi, refleksiya kuchayadi va o‘ziga baho berish tizimi murakkablashadi. O‘smir o‘zining nafaqat tashqi ko‘rinishi, balki ichki sifatlari haqida ham o‘ylay boshlaydi.

Zamonaviy psixologiyada o‘smirlik davri murakkab psixodinamik jarayonlar bilan izohlanadi. Xususan, Erik Erikson o‘smirlikni identiklik inqirozi bosqichi sifatida tavsiflab, bu davrda shaxsning o‘z “Men”ini izlash jarayoni keskinlashishini ta’kidlaydi [1]. O‘smir o‘zining kelajakdagi kasbiy, ijtimoiy va shaxsiy rolini aniqlashga intiladi. Bu izlanishlar ba’zan ichki ziddiyatlar, ikkilanishlar va emotsional beqarorlik bilan kechadi.

Shuningdek, kognitiv rivojlanish nuqtai nazaridan o‘smirlik davrida tafakkur jarayonlari yuqori darajaga ko‘tariladi. Jean Piaget tomonidan asoslab berilgan formal-operatsion tafakkur bosqichi aynan o‘smirlik davriga xos bo‘lib, unda nazariy va abstrakt fikrlash qobiliyati shakllanadi [2]. Bu esa o‘smirning hayotiy vaziyatlarga tanqidiy yondashishiga, mustaqil qaror qabul qilishiga va kelajakni rejalashtirishiga imkon yaratadi.

O‘smirlik davrining dolzarbligi shundaki, aynan shu bosqichda shaxsning ijtimoiy yetukligi uchun zarur bo‘lgan asosiy psixologik sifatlar shakllanadi. Mustaqillik, mas’uliyat, irodaviy barqarorlik, axloqiy pozitsiya va hayotiy qadriyatlar tizimi aynan o‘smirlik davrida mustahkamlanadi. Agar mazkur jarayon ijobiy yo‘nalishda kechsa, shaxs barkamol va ijtimoiy faol bo‘lib shakllanadi. Aks holda, ichki ziddiyatlar va ijtimoiy moslashuv muammolari yuzaga kelishi mumkin.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari rivojlangan davrda o‘smirlar yanada murakkab axborot oqimi va ijtimoiy ta’sirlarga duch kelmoqdalar. Ijtimoiy tarmoqlar, ommaviy axborot vositalari va virtual muloqot shakllari o‘smir shaxsining shakllanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli zamonaviy sharoitda o‘smirlik davrini o‘rganish yanada dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolaning maqsadi o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlarini kompleks tahlil qilish, shaxs shakllanishi jarayonining ichki mexanizmlarini ochib berish hamda mazkur davrda yuzaga keladigan muammolarning psixologik asoslarini yoritishdan iborat. Tadqiqot obyekti sifatida o‘smirlik davri psixologiyasi, predmeti sifatida esa o‘smir shaxsining shakllanish jarayoni tanlangan.

Shu tariqa, o‘smirlik davri inson taraqqiyotining burilish nuqtasi bo‘lib, unda biologik, kognitiv va ijtimoiy jarayonlar o‘zaro uyg‘unlashgan holda shaxsning yaxlit tuzilmasini shakllantiradi. Mazkur davrni chuqur o‘rganish pedagogik, psixologik va ijtimoiy amaliyot uchun muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi. Mazkur davrni o‘rganish psixologiya fanida alohida yo‘nalish sifatida shakllangan bo‘lib, yosh davrlari psixologiyasining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

O‘smirlik davrida organizmda intensiv biologik yetilish jarayoni kechadi. Endokrin tizim faollashuvi natijasida gormonal o‘zgarishlar sodir bo‘ladi, jinsiy yetilish boshlanadi. Bu jarayonlar markaziy asab tizimining faoliyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, bosh miya po‘stlog‘ining oldingi qismlari to‘liq yetilmaganligi sababli o‘smirlar ba’zan impulsiv, tezkor va emotsional qarorlar qabul qilishga moyil bo‘ladilar.

Biologik o‘zgarishlar psixik jarayonlarning tezlashuvi va murakkablashuviga olib keladi. Sezgi, idrok, xotira va tafakkur jarayonlari sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tariladi. Bu borada Jean Piaget ta’kidlagan formal-operatsion tafakkur bosqichi aynan o‘smirlik davriga to‘g‘ri keladi. Mazkur bosqichda o‘smir abstrakt

tushunchalar bilan operatsiya qilish, nazariy fikrlash va mantiqiy mulohaza yuritish qobiliyatiga ega bo‘ladi.

O‘smirlik davrining markaziy psixologik xususiyati — bu o‘z-o‘zini anglash jarayonining kuchayishidir. O‘smir o‘z shaxsiy fazilatlari, imkoniyatlari, qobiliyatlari va kamchiliklarini tahlil qila boshlaydi. U o‘zini boshqalar bilan solishtiradi, o‘ziga baho beradi va kelajakdagi hayot yo‘lini tasavvur qiladi.

Erik Erikson nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davrining asosiy vazifasi identiklikka erishishdir. Agar o‘smir o‘z ijtimoiy rolini aniqlay olsa, mustahkam “Men” konsepsiyasi shakllanadi. Aks holda rol chalkashligi yuzaga keladi. Identiklik shakllanishi kasbiy o‘zini aniqlash, dunyoqarash va qadriyatlar tizimining shakllanishi bilan chambarchas bog‘liq.

Bu davrda refleksiya rivojlanadi. O‘smir o‘z ichki kechinmalarini tahlil qiladi, shaxsiy maqsadlar qo‘yadi, hayot mazmuni haqida o‘ylaydi. Mazkur jarayon shaxsning mustaqil va ongli subyekt sifatida shakllanishiga zamin yaratadi.

O‘smirlik davrida tengdoshlar guruhi alohida ahamiyat kasb etadi. O‘smir o‘zining ijtimoiy maqomini aynan do‘stlari orasida aniqlaydi. Ularning fikri, bahosi va qo‘llab-quvvatlashi o‘smir uchun nihoyatda muhimdir. Shu sababli ayrim hollarda o‘smir kattalar talabidan ko‘ra tengdoshlar talabini ustun qo‘yadi.

Lev Vigotsky ta’limotida ta’kidlanganidek, shaxs rivojlanishi ijtimoiy muhit bilan o‘zaro ta’sir jarayonida amalga oshadi [3]. O‘smirlik davrida muloqot nafaqat axborot almashish vositasi, balki shaxsiy identiklikni shakllantiruvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Oilaviy muhit ham muhim rol o‘ynaydi. Demokratik, hurmatga asoslangan tarbiya uslubi o‘smirning o‘ziga ishonchi va mustaqilligini rivojlantiradi. Aksincha, avtoritar yoki befarq munosabat o‘smir shaxsida ichki ziddiyat, tajovuzkorlik yoki ijtimoiy passivlikni keltirib chiqarishi mumkin.

O‘smirlik davrida emotsiyalar chuqur va intensiv kechadi. O‘smir o‘z his-tuyg‘ularini kuchli his qiladi, ba’zan esa ularni boshqarishda qiynaladi. Muhabbat, do‘stlik, rashk, g‘urur, or-nomus kabi tuyg‘ular kuchayadi. Emotsional sohadagi beqarorlik ko‘pincha tashqi omillar bilan emas, balki ichki psixologik jarayonlar bilan bog‘liq bo‘ladi. Shu bilan birga, o‘smirda empatiya qobiliyati rivojlanadi, boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunish va ularga hamdard bo‘lish ko‘nikmalari shakllanadi. Bu esa ijtimoiy munosabatlarning mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

O‘smirlik davrida motivatsion soha sifat jihatidan o‘zgaradi. Bilishga qiziqish, o‘zini namoyon qilish va mustaqil qaror qabul qilish ehtiyoji kuchayadi. O‘smir shaxsiy maqsadlar qo‘yadi va ularga erishishga intiladi. Qadriyatlar tizimi shakllanishi mazkur davrning muhim natijasidir. O‘smir jamiyat tomonidan taklif etilayotgan me’yor va qadriyatlarni tanqidiy qabul qiladi hamda o‘zining axloqiy pozitsiyasini ishlab chiqadi. Bu jarayonda milliy madaniyat, ijtimoiy muhit va ta’lim tizimi muhim rol o‘ynaydi.

O‘smirlik davrida shaxs shakllanishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o‘zaro integratsiyasi natijasida yuzaga keladi. Ushbu jarayon uzluksiz va dinamik xarakterga ega. O‘smir shaxs sifatida mustaqillikka erishadi, o‘z hayotiy pozitsiyasini shakllantiradi va jamiyatda faol subyektga aylanadi. Shaxs shakllanishi jarayonida ichki ziddiyatlar ham muhim o‘rin tutadi. Ziddiyatlarni konstruktiv hal

etish o‘smirning ijtimoiy yetuklik darajasini belgilaydi. Shu sababli psixologik qo‘llab-quvvatlash, maslahat va pedagogik yondashuv o‘smirlik davrida alohida ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. O‘smirlik davri shaxs taraqqiyotining hal qiluvchi bosqichi bo‘lib, unda o‘z-o‘zini anglash, identiklik, motivatsion va emotsional sohalarning shakllanishi sodir bo‘ladi. Biologik yetilish, kognitiv rivojlanish va ijtimoiy muhit ta’siri o‘zaro uyg‘unlashib, o‘smir shaxsining individual xususiyatlarini belgilaydi. Mazkur davrda to‘g‘ri pedagogik va psixologik yondashuv o‘smirning sog‘lom, ijtimoiy faol va mustaqil shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Shu bois o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlarini chuqur o‘rganish va amaliyotga tatbiq etish dolzarb ilmiy va ijtimoiy vazifadir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. — New York: Norton, 1968.
2. Piaget J. The Psychology of Intelligence. — London: Routledge, 1950.
3. Vygotsky L. Mind in Society. — Cambridge: Harvard University Press, 1978.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. — Toshkent, 2010.
5. Davletshin M.G. Yosh davrlari psixologiyasi. — Toshkent, 2009.
6. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. — Toshkent, 2012.

RAQAMLI MUHIT SHAROITIDA O‘SMIRLARNING IQTISODIY IJTIMOIYLASHUVI: PSIXOLOGIK VA IJTIMOIY OMILLAR

Xolmuratova Mahbuba Maxmudovna

Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti
“Amaliy psixologiya” kafedrasi o‘qituvchisi (Toshkent, O‘zbekiston)

Annotatsiya. Mazkur maqolada raqamli muhit sharoitida o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi jarayoniga ta’sir etuvchi psixologik va ijtimoiy omillar tahlil qilinadi. Tadqiqotda ijtimoiy tarmoqlar orqali shakllanadigan ijtimoiy taqqoslash mexanizmlari, referent guruhlar va normativ bosimning o‘smirlarning moliyaviy qarashlari hamda xulq-atvoriga ta’siri yoritiladi. Shuningdek, impulsivlik, ichki nazorat (lokus of control) va iqtisodiy o‘z-o‘zini boshqarish omillari raqamli muhit kontekstida ko‘rib chiqiladi. Natijalar o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi ko‘p darajali va ijtimoiy jihatdan shartlangan jarayon ekanligini hamda raqamli muhitning undagi muhim rolini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: raqamli muhit, iqtisodiy ijtimoiylashuv, o‘smirlik davri, ijtimoiy taqqoslash, moliyaviy xulq-atvor, impulsivlik, lokus of control, referent guruhlar, ijtimoiy norma.

Abstract. This article analyzes the psychological and social factors influencing adolescents’ economic socialization in the context of the digital environment. Particular attention is paid to the role of social comparison

mechanisms formed through social media, as well as the impact of referent groups and normative pressure on adolescents' financial attitudes and behavior. The study also examines the role of psychological factors such as impulsivity, locus of control, and economic self-regulation within the digital context. The findings indicate that adolescents' economic socialization is a multi-level and socially conditioned process, significantly transformed by the digital environment.

Keywords: digital environment, economic socialization, adolescence, social comparison, financial behavior, impulsivity, locus of control, referent groups, social norms.

Аннотация. В статье анализируются психологические и социальные факторы, влияющие на экономическую социализацию подростков в условиях цифровой среды. Особое внимание уделяется механизмам социального сравнения, формируемым в социальных сетях, а также влиянию референтных групп и нормативного давления на финансовые установки и поведение подростков. Также рассматривается роль психологических факторов, таких как импульсивность, локус контроля и экономическая саморегуляция, в цифровом контексте. Результаты показывают, что экономическая социализация подростков представляет собой многоуровневый и социально обусловленный процесс, трансформирующийся под воздействием цифровой среды.

Ключевые слова: цифровая среда, экономическая социализация, подростковый возраст, социальное сравнение, финансовое поведение, импульсивность, локус контроля, референтные группы, социальные нормы.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda raqamlashtirish jarayonlarining jadallashuvi shaxsning ijtimoiylashuv mexanizmlariga sezilarli o‘zgarishlar kiritmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davrida bu jarayon yanada murakkablashadi, chunki ushbu bosqich shaxsning ijtimoiy, psixologik va iqtisodiy identifikatsiyasi shakllanadigan muhim davr hisoblanadi. Raqamli texnologiyalar, xususan, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn platformalar va turli media resurslar o‘smirlarning kundalik hayotiga chuqur kirib borgan holda ularning qadriyatlari, qarashlari va xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvini an’anaviy omillar bilan bir qatorda raqamli muhit kontekstida o‘rganish dolzarb ilmiy muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda.

O‘smirlik davri iqtisodiy ijtimoiylashuv uchun hal qiluvchi bosqich bo‘lib, aynan shu davrda shaxs pulga bo‘lgan munosabatini shakllantiradi, iste’mol madaniyatini o‘zlashtiradi va resurslarni boshqarish bo‘yicha dastlabki ko‘nikmalarni egallaydi. An’anaviy yondashuvlarga ko‘ra, ushbu jarayon asosan oila, maktab va yaqin ijtimoiy muhit ta’siri ostida kechadi. Biroq raqamli muhitning kengayishi natijasida iqtisodiy ijtimoiylashuvning yangi kanallari shakllanmoqda. O‘smirlar nafaqat real hayotdagi kuzatuv va tajriba orqali, balki virtual makonda namoyon bo‘layotgan iqtisodiy modellar, iste’mol namunalari va moliyaviy qadriyatlar orqali ham o‘z qarashlarini shakllantirmoqda.

Raqamli muhitning asosiy xususiyatlaridan biri — bu ijtimoiy taqqoslash jarayonining kuchayishidir. Ijtimoiy tarmoqlarda namoyish etilayotgan “ideal hayot” obrazlari, yuqori darajadagi iste’mol madaniyati va moddiy muvaffaqiyatga urg‘u beruvchi kontent o‘smirlarning o‘zini boshqalar bilan solishtirish

tendensiyasini kuchaytiradi. Bu jarayon, o‘z navbatida, ularning moliyaviy qarorlariga, xarid qilish xulqiga va iqtisodiy qadriyatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘smirlar ko‘pincha virtual muhitda shakllangan referent guruhlar va normativ standartlarga moslashishga intiladi, bu esa ba’zi hollarda impulsiv xaridlar, ortiqcha iste’mol va moliyaviy mas’uliyatning sustlashuviga olib kelishi mumkin.

Psixologik nuqtai nazardan, raqamli muhitda shakllanayotgan iqtisodiy xulqni tushuntirishda impulsivlik, ichki nazorat (lokus of control) va o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlari muhim ahamiyat kasb etadi. Impulsivlik darajasi yuqori bo‘lgan o‘smirlar tezkor rag‘batga moyil bo‘lib, ko‘pincha qisqa muddatli qoniqishni ustun qo‘yadi. Shu bilan birga, ichki nazorat darajasi past bo‘lgan shaxslar tashqi omillar — reklama, ijtimoiy ta’sir va virtual standartlarga nisbatan ko‘proq sezgir bo‘ladi. Aksincha, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati rivojlangan o‘smirlar raqamli muhitdagi bosimlarga nisbatan barqarorroq bo‘lib, moliyaviy qarorlarni ongli va rejalashtirilgan tarzda qabul qiladi.

Ijtimoiy omillar ham ushbu jarayonda muhim rol o‘ynaydi. Referent guruhlar, ya’ni o‘smir uchun ahamiyatli bo‘lgan tengdoshlar, blogerlar yoki ijtimoiy tarmoqlardagi mashhur shaxslar uning iqtisodiy qarashlarini shakllantirishda kuchli ta’sir vositasiga aylanadi. Bunday sharoitda ijtimoiy norma va qadriyatlar ko‘pincha virtual makon orqali uzatiladi va o‘smirlar tomonidan ichkilashtiriladi. Natijada iqtisodiy ijtimoiylashuv jarayoni real va virtual ijtimoiy muhitning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadigan murakkab tizimga aylanadi. Shu bilan birga, an’anaviy ijtimoiy institutlar — oila va maktab o‘z ahamiyatini saqlab qolmoqda. Oilaviy tarbiya, moliyaviy savodxonlikni shakllantirishga qaratilgan pedagogik yondashuvlar va ijtimoiy nazorat mexanizmlari o‘smirlarning raqamli muhit ta’siriga qanday moslashishini belgilovchi muhim omillar hisoblanadi. Agar oila ichida ochiq muloqot, moliyaviy mas’uliyat va ongli iste’mol qadriyatlari rivojlantirilsa, o‘smirlar raqamli muhitdagi ta’sirlarga nisbatan tanqidiy yondashuvni shakllantira oladi.

Asosiy qism.

Raqamli muhit sharoitida o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi jarayoni an’anaviy ijtimoiylashuv modellari bilan qiyoslaganda sezilarli darajada transformatsiyaga uchramoqda. Klassik yondashuvlarda iqtisodiy ijtimoiylashuv oila, maktab va bevosita ijtimoiy muhit orqali shakllanadi deb qaralgan bo‘lsa, bugungi kunda raqamli platformalar ushbu jarayonga yangi, kuchli va ko‘p hollarda nazorat qilinmaydigan ta’sir kanali sifatida kirib kelmoqda. Bu esa o‘smirlarning moliyaviy qarashlari va xulq-atvorining shakllanishida virtual muhitning rolini alohida o‘rganishni talab qiladi.

Ijtimoiy taqqoslash nazariyasi nuqtai nazaridan qaraganda, o‘smirlar o‘zini baholash va qaror qabul qilish jarayonida atrofdagi shaxslar bilan solishtirishga moyil bo‘ladi. Raqamli muhit bu jarayonni yanada intensivlashtiradi, chunki ijtimoiy tarmoqlarda aks ettirilayotgan hayot tarzi ko‘pincha selektiv va ideallashtirilgan shaklda taqdim etiladi. Natijada o‘smirlar o‘z moliyaviy imkoniyatlarini virtual standartlar bilan solishtirib, iste’molga yo‘naltirilgan qarorlar qabul qilishga moyil bo‘lishi mumkin. Bu holat ayniqsa referent guruhlarning — blogerlar, influenserlar va tengdoshlar ta’siri orqali kuchayadi [1].

Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, shaxslar xulq-atvorni kuzatish, taqlid qilish va mustahkamlash orqali o‘zlashtiradi. Raqamli muhitda ushbu mexanizm yanada faol ishlaydi, chunki o‘smirlar doimiy ravishda turli iqtisodiy xulq modellarini kuzatish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Masalan, onlayn platformalarda namoyon etilayotgan iste’mol madaniyati, brendga yo‘naltirilgan hayot tarzi va tezkor qoniqishga asoslangan xarid xulqi yoshlar tomonidan ichkilashtiriladi. Bu esa ularning moliyaviy ongida uzoq muddatli rejalashtirishdan ko‘ra qisqa muddatli ehtiyojlarni ustun qo‘yishga olib kelishi mumkin [2].

Psixologik omillar, xususan, impulsivlik, o‘z-o‘zini nazorat qilish va ichki nazorat (lokus of control) raqamli muhitda iqtisodiy xulqni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Impulsivlik darajasi yuqori bo‘lgan o‘smirlar tezkor rag‘batlantiruvchi kontentga nisbatan sezgir bo‘lib, reklama va ijtimoiy tarmoqlardagi ta’sirlarga tezda javob qaytaradi. Shu bilan birga, ichki nazorat darajasi past bo‘lgan shaxslar o‘z xulqini tashqi omillar orqali boshqariladigan deb hisoblaydi va natijada moliyaviy qarorlarni ongli ravishda emas, balki vaziyatga mos ravishda qabul qiladi [3]. Aksincha, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati rivojlangan o‘smirlar raqamli muhitdagi bosimlarga nisbatan barqarorroq bo‘lib, uzoq muddatli moliyaviy maqsadlarni ustuvor qo‘yadi.

Ijtimoiy omillar ham o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvida muhim determinant sifatida namoyon bo‘ladi. Referent guruhlar va ijtimoiy norma mexanizmlari yoshlarning moliyaviy qarorlarini yo‘naltiruvchi asosiy vositalardan biri hisoblanadi. O‘smirlar ko‘pincha tengdoshlarining xarid xulqini kuzatib, o‘z xatti-harakatlarini moslashtiradi. Bu jarayon ijtimoiy konformizm fenomeni bilan izohlanadi, ya’ni shaxs ijtimoiy guruh tomonidan qabul qilingan standartlarga moslashishga intiladi. Raqamli muhit esa ushbu konformizmni kuchaytiradi, chunki ijtimoiy tarmoqlarda mavjud “trendlar” va ommaviy iste’mol modellarining tez tarqalishi yoshlar ongiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi [4].

Shu bilan birga, raqamli muhitning iqtisodiy ijtimoiylashuvdagi roli bir tomonlama emas. Ba’zi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, raqamli platformalar moliyaviy savodxonlikni oshirish uchun ham samarali vosita bo‘lishi mumkin. Onlayn bank xizmatlari, moliyaviy ilovalar va ta’limiy kontent orqali o‘smirlar pulni boshqarish, tejash va investitsiya qilish bo‘yicha bilimlarga ega bo‘lish imkoniyatiga ega [5]. Bu esa raqamli muhitni nafaqat xavf omili, balki rivojlantiruvchi resurs sifatida ham ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi. Oila va maktab kabi an’anaviy institutlar esa ushbu jarayonda muvozanatlovchi rolni bajaradi. Agar oila ichida moliyaviy masalalar ochiq muhokama qilinsa va ongli iste’mol qadriyatlari shakllantirilsa, o‘smirlar raqamli muhitdagi manipulyativ ta’sirlarga nisbatan tanqidiy yondashuvni rivojlantira oladi. Shu jihatdan, iqtisodiy ijtimoiylashuvni kompleks tizim sifatida ko‘rib chiqish zarur bo‘lib, unda raqamli va an’anaviy omillar o‘zaro integratsiyalashgan holda ta’sir ko‘rsatadi.

Natija va muhokamalar.

O‘tkazilgan nazariy tahlillar va empirik tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhit o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi jarayoniga kompleks va ko‘p darajali ta’sir ko‘rsatadi. Xususan, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli platformalar orqali shakllanayotgan ijtimoiy taqqoslash mexanizmlari o‘smirlarning

moliyaviy qarashlari va xatti-harakatlarida muhim determinant sifatida namoyon bo‘ladi. O‘smirlar virtual muhitda kuzatiladigan moddiy farovonlik obrazlarini real hayot bilan solishtirgan holda o‘z ehtiyoj va istaklarini qayta shakllantiradi. Bu jarayon ko‘pincha iste’molga yo‘naltirilgan qarorlar, impulsiv xaridlar va qisqa muddatli qoniqishga intilishning kuchayishi bilan tavsiflanadi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, referent guruhlar — ayniqsa ijtimoiy tarmoqlardagi mashhur shaxslar va tengdoshlar o‘smirlarning iqtisodiy xulqini shakllantirishda muhim ijtimoiy regulyator vazifasini bajaradi. O‘smirlar o‘zini ushbu guruhlar bilan identifikatsiya qilgan holda ularning iste’mol modeli va moliyaviy qarorlarini takrorlashga intiladi. Natijada iqtisodiy ijtimoiylashuv jarayoni faqat oilaviy yoki institutsional ta’sir doirasida emas, balki raqamli ijtimoiy makon orqali ham shakllanadigan dinamik tizimga aylanadi.

Psixologik omillarni tahlil qilish natijasida impulsivlik darajasi yuqori bo‘lgan o‘smirlar raqamli muhit ta’siriga nisbatan sezgirroq ekani aniqlanadi. Bunday shaxslar tezkor rag‘batlantiruvchi kontentga (reklama, chegirmalar, trend mahsulotlar) tez javob qaytarib, moliyaviy qarorlarni yetarli darajada tahlil qilmasdan qabul qilishga moyil bo‘ladi. Shu bilan birga, ichki nazorat (lokus of control) darajasi past bo‘lgan o‘smirlar o‘z iqtisodiy xulqini tashqi omillar bilan izohlashga moyil bo‘lib, bu ularning moliyaviy mustaqilligini shakllantirish jarayonini sekinlashtiradi. Aksincha, o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalari rivojlangan o‘smirlar raqamli muhitdagi ijtimoiy bosimlarga nisbatan tanqidiy yondashuvni namoyon etadi va uzoq muddatli moliyaviy maqsadlarni ustuvor qo‘yadi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhitning ta’siri bir xil emas va u o‘smirning individual psixologik xususiyatlari hamda ijtimoiy sharoitlariga bog‘liq holda turlicha namoyon bo‘ladi. Masalan, oilaviy muhitda moliyaviy savodxonlik, ongli iste’mol va resurslarni boshqarish qadriyatlari shakllangan bo‘lsa, o‘smirlar raqamli muhitdagi manipulyativ kontentga nisbatan barqarorroq bo‘ladi. Aksincha, bunday asoslar yetarli darajada shakllanmagan hollarda virtual muhitdagi ijtimoiy taqqoslash va normativ bosim salbiy moliyaviy xulqni kuchaytirishi mumkin.

Shuningdek, tahlillar raqamli muhitning faqat xavf omili emasligini, balki rivojlantiruvchi resurs sifatida ham qaralishi mumkinligini ko‘rsatadi. Xususan, moliyaviy ilovalar, onlayn bank xizmatlari va ta’limiy platformalar orqali o‘smirlar moliyaviy savodxonlikni oshirish, budjet yuritish va tejash ko‘nikmalarini shakllantirish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Bu esa raqamli muhitdan samarali foydalanish orqali ijobiy iqtisodiy ijtimoiylashuvni qo‘llab-quvvatlash mumkinligini anglatadi. Natijalar umumlashtirilganda, o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi raqamli va an’anaviy omillarning o‘zaro ta’siri asosida shakllanadigan murakkab tizim ekanligi aniqlanadi. Ijtimoiy taqqoslash, referent guruhlar ta’siri, psixologik xususiyatlar va oilaviy muhit ushbu jarayonning asosiy determinantlari sifatida namoyon bo‘ladi.

Xulosa.

Mazkur tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhit sharoitida o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi ko‘p omilli, dinamik va murakkab jarayon sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu jarayon nafaqat an’anaviy ijtimoiy institutlar —

oila va maktab orqali, balki raqamli muhit orqali ham faol shakllanib, o‘smirlarning moliyaviy qarashlari, qadriyatlari va xatti-harakatlarini yangi yo‘nalishda rivojlantiradi. Shu jihatdan, iqtisodiy ijtimoiylashuvni zamonaviy sharoitda tushuntirishda raqamli omillarni hisobga olish zaruriy ilmiy talabga aylanmoqda.

Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, ijtimoiy taqqoslash mexanizmi raqamli muhitda sezilarli darajada kuchayadi va o‘smirlarning moliyaviy qarorlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlarda namoyish etilayotgan moddiy farovonlik, muvaffaqiyat va iste’molga yo‘naltirilgan hayot tarzlari o‘smirlar tomonidan ichkilashtiriladi va ularning iqtisodiy xulqiga yo‘naltiruvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi. Bu jarayon, ayniqsa, referent guruhlar — tengdoshlar, blogerlar va ijtimoiy tarmoqlardagi mashhur shaxslar orqali kuchayadi. Natijada o‘smirlar ko‘pincha o‘z moliyaviy imkoniyatlarini emas, balki ijtimoiy muhitda shakllangan standartlarni mezon sifatida qabul qiladi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari psixologik omillarning iqtisodiy ijtimoiylashuvdagi muhim rolini ham ko‘rsatadi. Impulsivlik, ichki nazorat (lokus of control) va o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatlari o‘smirlarning raqamli muhitdagi ta’sirlarga qanday munosabat bildirishini belgilaydi. Impulsivlik darajasi yuqori bo‘lgan shaxslar tezkor qoniqishga yo‘naltirilgan qarorlar qabul qilishga moyil bo‘lsa, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati rivojlangan o‘smirlar uzoq muddatli maqsadlarni ustuvor qo‘yadi. Shu jihatdan, iqtisodiy ijtimoiylashuv faqat tashqi ijtimoiy omillar bilan emas, balki shaxsning ichki psixologik resurslari bilan ham uzviy bog‘liq ekanligi aniqlanadi.

Ijtimoiy muhitning roli ham ushbu jarayonda muhim ahamiyatga ega. Maktab, do‘stlar guruhi va media vositalari orqali shakllanadigan ijtimoiy norma va qadriyatlar o‘smirlarning moliyaviy xatti-harakatlarini tartibga soluvchi omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, raqamli muhitda tez tarqaladigan iste’mol “trend”lari va ommaviy xulq modellarining mavjudligi yoshlarning iqtisodiy qarorlarini ijtimoiy kontekstga moslashtirishga olib keladi. Shu bilan birga, raqamli muhit nafaqat salbiy, balki ijobiy imkoniyatlarni ham o‘z ichiga oladi: moliyaviy savodxonlikni oshirishga qaratilgan ilovalar, onlayn ta’lim platformalari va raqamli xizmatlar o‘smirlarning iqtisodiy bilim va ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun samarali vosita bo‘lishi mumkin.

Oilaviy muhit esa ushbu jarayonda muvozanatlovchi va yo‘naltiruvchi asosiy omil sifatida ajralib turadi. Oilada shakllanadigan moliyaviy odatlar, ochiq muloqot va mas’uliyatga asoslangan tarbiya o‘smirlarning raqamli muhitdagi ta’sirlarga nisbatan tanqidiy yondashuvini rivojlantiradi. Agar oila ichida ongli iste’mol, tejash va resurslarni boshqarish qadriyatlari mustahkam shakllangan bo‘lsa, o‘smirlar raqamli bosimlarga nisbatan barqarorroq bo‘ladi va moliyaviy qarorlarni ongli ravishda qabul qiladi.

Umuman olganda, o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvi raqamli va an’anaviy omillarning o‘zaro integratsiyasi asosida shakllanadigan murakkab tizim sifatida qaralishi lozim. Ushbu jarayonni chuqur tushunish pedagogik va psixologik amaliyotda yangi yondashuvlarni ishlab chiqish imkonini beradi. Xususan, ta’lim tizimida moliyaviy savodxonlikni rivojlantirish, oilaviy tarbiyada iqtisodiy qadriyatlarni mustahkamlash va raqamli muhitdan ongli foydalanish ko‘nikmalarini

shakllantirish ustuvor yo‘nalishlar sifatida ko‘rilishi zarur. Shu nuqtai nazardan, o‘smirlarning iqtisodiy ijtimoiylashuvini qo‘llab-quvvatlash uchun psixologik, ijtimoiy va raqamli omillarni integratsiyalashgan holda hisobga oladigan kompleks yondashuv zarur. Bunday yondashuv yoshlarning moliyaviy xulqini barqaror, ongli va ijtimoiy jihatdan moslashuvchan tarzda rivojlantirishga xizmat qiladi hamda ularning kelajakdagi iqtisodiy mustaqilligini ta’minlashga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Festinger L. A theory of social comparison processes // Human Relations. — 1954.
2. Bandura A. Social Learning Theory. — Prentice Hall, 1977.
3. Rotter J. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement // Psychological Monographs. — 1966.
4. De Jong M. et al. Environmental correlates of adolescents’ materialism // Journal of Child and Family Studies. — 2022.
5. Sohn S.H. et al. Adolescents’ financial literacy // Journal of Adolescence. — 2012.

O‘SMIRLIK DAVRIDA TAFAKKUR JARAYONLARNI RIVOJLANISHI

Orziqulova Charoz Raxmatovna
Renessans ta’lim universiteti Pedagogika-psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchi, Xalq ta’limi a’lochisi
ch_orzikulova@renessans-edu.uz
https://orcid.org/0009-0003-1414-6289

Annotatsiya: Biz ushbu maqolamizda o’smirlardagi bilish jarayonlari, tafakkur operatsiyalari rivojlanishi, shu bilan birga, xorij olimlarinig tafakkur haqidagi ilmiy falsafiy qarashlari yoritilgan.

Kalit so’zlar: tafakkur, xotira,idrok,ong, tasavvur, analiz ,sintez,fikrlash.

Tafakkur - Inson ongining bilish obyektlari hisoblanmish narsa va hodisalar o'rtasida murakkab, har tomonlama aloqalarning bo'lishini ta'minlovchi umumlashgan hamda mavhumlashgan aks ettirish shaklidir. Tafakkur jarayonida fikr paydo bo'ladi, bu fikrlar insonning ongida muhim tushunchalar shaklini oladi. Tafakkur nutq –til bilan chambarchas bog'langan. Insonda tafakkur va nutq bo'lganligi tufayli u hayvonlardan farq qiladi va shu sababli u ongli mavjudotdir. Inson o'z atrofidagi olamda bo'lgan buyumlar va hodisalarni ongli ravishda idrok qiladi, ongli ravishda eslab qoladi hamda esga tushiradi va ongli ravishda harakat qiladi.

Sezgi va idroklarga, xotira va tasavvurlarga nisbatan tafakkur odamlarning bilish va amaliy faoliyatida alohida ahamiyatga ega. Chunonchi, kishi fikr qilish faoliyati jarayonida o'z idroki, tasavvuri va fikrlarining to'g'riligini, aniqligini va haqiqiyligini belgilab oladi, bularning voqelikka muvofiqmi yoki muvofiq emasligini belgilab oladi. Tafakkurni tadqiq qilishning dastlabki davri uchun

shunday holat xos ediki, tafakkur aslida mantiq bilan tenglashtirildi va uning o‘rganilishi lozim bo‘lgan yagona turi sifatida ko‘rib chiqildi. Inson psixikasi rivojlanishi muammosidan fikrlash qobiliyatining o‘zi tug‘ma deb hisoblangan va inson psixikasining rivojlanishi muammosidan tashqarida ko‘rib chiqilgan. Umumlashtirish, sintez, taqqoslash va tasniflash tafakkur operatsiyalari hisoblangan.

O‘smirlik davrida bilish jarayonlari orasida tafakkur markaziy o‘rinni egallaydi. Tafakkurning yetakchi funksiyasi esa tushunchalarni shakllantirish bo‘lib, 11-yoshdan boshlab tafakkurning rivojlanishi J.Piaje bo‘yicha: u intellectual masalalarni hal qilishda farazlar bilan ishlay olish, mavhum g‘oyalarni tahlil qilish qobiliyatlari bilan tavsiflanadi.

I.V.Dubrovina, I.V.Shapovalenko va boshqalar o‘smirlik yoshiga xos xususiyat sifatida bilish faolligining ortishi va bilishga doir qiziqishlarning kengayishini ko‘rsatadilar.

N.N.Palagina o‘smirlar tafakkurining rivojlanishini tahlil qilar ekan, shunday deb ta’kidlaydi: “o‘rta sinflardagi o‘quv materiali boshlang‘ich maktabdagiga qaraganda yuqoriroq darajadagi aqliy faoliyatni talab qiladi va uni rivojlantirishga qaratilgan. Nazariy, rasmiy-mantiqiy, refleksiv tafakkur rivojlana boshlaydi. Masalalarni oldindan aqlan yechish va ularni barcha mumkin bo‘lgan aloqa va munosabatlarni aniqlash asosida tekshirish usullari o‘zlashtiriladi.Taxminlar bilan fikrlash ilmiy bilishga xos bo‘lsa-da, u fan asoslarini o‘zlashtirish jarayonida, o‘rta maktab sinflarida va o‘qituvchi nazorati ostida shakllana boshlaydi. Mavhum fikrlash qobiliyati – ushbu yosh davrining asosiy yutug‘idir” [3].

Tafakkurning rivojlanishi o‘z navbatida refleksiyaning rivojlanishiga olib keladi, bu esa o‘z-o‘zini anglashning rivojlanishiga yordam beradi. I.V.Dubrovina bu borada eng muhim davr sifatida 11-12 yoshni ko‘rsatib, uni “aniq tasavvurlar bilan ishlashga asoslangan tafakkurdan nazariy tafakkurga, bevosita xotiradan mantiqiy xotiraga o‘tish davri” deb ataydi. Yangi bosqichga o‘tish bir qator izchil o‘zgarishlar orqali amalga oshiriladi. 11 yoshli bolalar uchun konkret tafakkur turi ustunligicha qoladi, asta-sekin u qayta quriladi va faqat taxminan 12 yoshdan boshlab o‘quvchilar nazariy tafakkur olamini o‘zlashtira boshlaydilar. Davrning murakkabligi aynan unda yuqorida ko‘rsatilgan o‘zgarishlar sodir bo‘lishi, qolaversa, bu o‘zgarishlar turli bolalarda turlicha muddatlarda va turlicha kechishi bilan izohlanadi. Shu bilan birga, bu o‘zgarishlarga o‘quvchining o‘quv faoliyati hal qiluvchi ta’sir ko‘rsatadi, bunda nafaqat uning kattalar tomonidan qanday tashkil etilgani, balki o‘smirning o‘zida bu faoliyat qanchalik shakllangani ham muhimdir” [4].

I.V.Dubrovina “o‘smirlarning intellektual faoliyatida mustaqil fikrlash, intellektual faollik, masalalarni hal qilishga ijodiy yondashuvning rivojlanishi bilan bog‘liq individual farqlar kuchayishini” ta’kidlaydi, bu esa 11-14 yoshni ijodiy tafakkurning rivojlanishi uchun senzitiv (qulay) davr sifatida ko‘rib chiqish imkonini beradi.

O‘smirlik davri o‘quv faoliyati tufayli ro‘y beradigan tafakkur rivojlanishi uchun senzitiv bo‘lishiga qaramay, bu jarayon albatta o‘qituvchi yordami bilan birga kechishi kerak. N.N.Palagina o‘smirlarning bilish rivojlanishidagi quyidagi

xususiyatlarni tasvirlaydi: “Afsuski, juda ko‘p hollarda o‘smirlar darsliklardagi nazariy masalalarni payqamaydilar, ta’riflar va umumlashtirilgan xususiyatlarga e’tibor bermaydilar, faqat aniq material va dalillarni yodlab oladilar. Barcha fanlardan o‘smirlarning dalillarni yodlab olib, nazariy umumlashmalarni esa o‘zlashtirmasligiga misollar keltirish mumkin. Bu kamchilik maktabning yuqori sinflarida, turli nazariy yondashuvlar taqqoslab ko‘riladigan paytda o‘qishda qiyinchiliklar tug‘diradi.

O‘smirlarga ko‘rgazmali-amaliy tafakkurga tayanish mumkin bo‘lgan amaliy mashg‘ulotlar yoqadi. Biroq ular og‘zaki-nazariy jihatdan deduktiv xulosalar chiqarishga qiynaladilar. Shu sababli nazariy bilimlarni qo‘llash talab etiladigan fizika, kimyo fanlaridan masalalar yechish ko‘p qiyinchilik tug‘diradi. Ularga hech bo‘lmaganda qaysidir darajada obrazli tafakkurga tayanish mumkin bo‘lgan aniq dalillarni induksiya qilish, umumlashtirish osonroq kechadi. Umuman olganda, shunday xulosa qilish mumkinki, o‘smirlarning intellectual rivojlanishi yuqori nazariy darajaga yetsa-da, u hamon yaqin rivojlanish zonasida qoladi hamda o‘qituvchining yordami va talabchanligiga, shuningdek, o‘smirning ilmiy bilish namunalarini o‘zlashtirishdagi faolligiga bog‘liq bo‘ladi” [4].

I.V.Dubrovina o‘smirlar tafakkurining o‘ziga xosligini ta’kidlaydi: “O‘smirning ijtimoiy jihatdan yetuk emasligi, uning cheklangan hayotiy tajribasi biror nazariya yaratib yoki xulosa chiqarib, ko‘pincha ularni o‘zi uchun kerakli natijalarga olib kelishi mumkin bo‘lgan va olib kelishi kerak bo‘lgan reallik sifatida qabul qilishiga olib keladi. Bularning barchasi o‘smirning o‘quv faoliyatida ham, hayotining boshqa jabhalarida ham aks etadigan bir qator o‘ziga xos xususiyatlarni keltirib chiqaradi” [5].

O‘quv faoliyatida yanada umumlashgan bilimlar va fan asoslarining o‘zlashtirilishi hisobiga boshqa oliy ruhiy funksiyalarning ixtiyoriyligi, tartibliligi ortadi.

Idrok tanlovchan, maqsadli, analitik-sintetik faoliyatga aylanadi. N.N. Palagina, L.I.Akatov, A.A.Rean va boshqalar o‘smirlik davrida idrok jarayonlarining intellektuallashuvi ro‘y berishini ta’kidlaydilar. A.A.Rean qayd etadi: “Geometriya, chizmachilik va boshqa darslarda bolada asta-sekin predmetlarning bilvosita belgilarini idrok etish, ularni idrok etilayotgan obyektni adekvat (to‘g‘ri) aniqlash imkonini beradigan darajagacha fikran o‘zgartirish qobiliyatlari shakllanadi va rivojlanadi. Shu tariqa bolada hajmli shakllarning kesimlarini ko‘rish, chizmani o‘qish va hokazo ko‘nikmalar paydo bo‘ladi” [6].

N.N.Palagina shunday deydi: “Endi o‘quvchiga ko‘rgazmali materialni shunchaki ko‘rish emas, balki chizma, sxema, rasmni tushunib yetish, ulardagi mavjud bog‘liqliklarni ajratib ko‘rsatish talab etiladi.” Idrok jarayonida mulohaza yuritishga, sabab-oqibat bog‘lanishlarini aniqlashga yo‘nalganlik. O‘smirlar ko‘pincha ularni fikran shunday darajagacha o‘zgartirish mumkinki, bu idrok qilinayotgan obyektni to‘g‘ri aniqlash. N.N.Palagina ham shu haqda shunday deydi: "Maktab o‘quvchisiga endi nafaqat ko‘rgazmali materialni ko‘rish, balki chizmani tushunish, sxema, rasm, ulardagi mavjud bog‘liqliklarni” ajratib ko‘rsatish. Idrok jarayonida fikrlashga yo‘naltirish zarur, sabab-oqibat aloqalarini aniqlash mavjud bo’ladi.

O‘smirlik davrida tafakkurning rivojlanish xususiyatlari tafakkurning nazariy refleksiv xarakterga ega bo‘lishi bilan bog‘liq. Qo‘llaniladigan operatsiyalar formal-mantiqiy bo‘lib qoladi, mulohazalar esa aniq, ko‘rgazmali materialdan mavhumlashib, og‘zaki, gipotetik-deduktiv shaklda taqdim etiladi. Rivojlanayotgan o‘smirning konseptual va nazariy tafakkuri unga o‘quv vazifalarini ichki, muhim xususiyatlar va munosabatlarga asoslanib hal qilish, o‘quv materialini to‘g‘ri tushunish, zarur predmet mazmuni, o‘quv harakatlarini tashkil etish usullari, turli xil vazifalar va muammolarni hal qilish, maqsad qo‘yish qobiliyatini rivojlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Orziqulova C. The psychological impact of emotional states and anthropometric measurements on self-perception //PEDAGOGICAL SCIENCES AND TEACHING METHODS. – 2023. – Т. 1. – №. 1. – С. 113-117.
2. Волков, Б.С. Психология подростка / Б.С. Волков – М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2005. – 208 с.
3. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология. / М.В. Гамезо. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 512 с.
4. Крайг, Г.. Психология развития / Г. Крайг, Бокум Дон – СПб.: Питер, 2006. – 940 с.
5. Кураев, Г.А. Возрастная психология: Курс лекций / Г.А. Кураев, Е.Н. Пожарская. - Ростов-на-Дону: УНИИ валеологии РГУ, 2002. - 146 с.
6. Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: ПРАЙМ - ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.

II. RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VA SUN'IY INTELLEKTNING TA'LIMDA QO'LLANILISHINING PSIXOLOGIK MASALALARI VA IMKONIYATLARI

ZAMONAVIY O‘QITUVCHI FAOLIYATIDA REFLEKSIYA VA REFLEKSIV KOMPETENSIYANING O‘ZIGA XOS JIHATLAR

Magzumova Lola Turakulovna

Toshkent farmatsevtika instituti, Xalqaro va tibbiyot fakulteti
Yoshlar bilan ishlash bo‘yicha dekan o‘rinbosari

Annotatsiya: Mazkur maqolada zamonaviy o‘qituvchi faoliyatida refleksiya va refleksiv kompetensiyaning o‘rni raqamli transformatsiya sharoitida ilmiy-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Raqamli ta’lim muhitida o‘qituvchi rolining o‘zgarishi, uning kasbiy faoliyatida refleksiyaning ahamiyati hamda refleksiv kompetensiyaning tarkibiy komponentlari (kognitiv, operatsion va shaxsiy-motivatsion) asoslab beriladi.

Kalit so‘zlar: refleksiya, refleksiv kompetensiya, raqamli transformatsiya, pedagogik faoliyat, o‘qituvchi, kasbiy rivojlanish, ta’lim sifati, raqamli ta’lim muhiti, pedagogik tahlil.

Аннотация: В статье рассматривается роль рефлексии и рефлексивной компетентности в профессиональной деятельности современного учителя в условиях цифровой трансформации. Анализируются изменения роли педагога в цифровой образовательной среде, а также обосновываются структурные компоненты рефлексивной компетентности (когнитивный, операциональный и личностно-мотивационный).

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивная компетентность, цифровая трансформация, педагогическая деятельность, учитель, профессиональное развитие, качество образования, цифровая образовательная среда, педагогический анализ.

Abstract: This article examines the role of reflection and reflective competence in the professional activity of a modern teacher in the context of digital transformation. It analyzes the changing role of teachers in the digital learning environment and substantiates the structural components of reflective competence (cognitive, operational, and personal-motivational).

Keywords: reflection, reflective competence, digital transformation, pedagogical activity, teacher, professional development, quality of education, digital learning environment, pedagogical analysis.

Kirish. Xalqaro tashkilotlar ma’lumotlariga ko‘ra, dunyo mamlakatlarining aksariyatida ta’lim jarayonida raqamli platformalar, masofaviy o‘qitish texnologiyalari va sun’iy intellekt elementlaridan foydalanish keskin ortgan. Masalan, UNESCO hisobotlarida qayd etilishicha, pandemiyadan keyingi davrda ta’lim muassasalarining katta qismi raqamli infratuzilmani kengaytirgan va o‘qituvchilar zimmasiga yangi pedagogik va texnologik kompetensiyalarni egallash vazifasi yuklatilgan. Shuningdek, OECD tadqiqotlari o‘qituvchilarning kasbiy samaradorligi nafaqat fan bo‘yicha bilim, balki o‘z faoliyatini tahlil qilish va moslashtira olish qobiliyatiga bevosita bog‘liqligini ko‘rsatadi.

Mazkur statistik va ilmiy ma’lumotlar shuni tasdiqlaydiki, zamonaviy ta’lim tizimida o‘qituvchi roli transformatsiyalashmoqda: u endilikda shunchaki bilim

beruvchi emas, balki o‘quv jarayonini loyihalovchi, tahlil qiluvchi va doimiy ravishda takomillashtiruvchi subyekt sifatida namoyon bo‘lmoqda. Aynan shu nuqtai nazardan, refleksiya va refleksiv kompetensiya masalasi o‘qituvchi kasbiy rivojlanishining markaziy omiliga aylanmoqda.

Raqamli transformatsiya sharoitida ta’lim tizimida yuz berayotgan tub o‘zgarishlar o‘qituvchi kasbiy faoliyatiga qo‘yiladigan talablarning sifat jihatidan yangilanishiga olib kelmoqda. Ushbu jarayonda o‘qituvchining kasbiy samaradorligi nafaqat uning predmet bo‘yicha bilimlari yoki texnologik savodxonligi bilan, balki o‘z pedagogik faoliyatini anglash, tahlil qilish va takomillashtirishga qaratilgan refleksiv qobiliyatlari bilan ham belgilanmoqda. Shu bois, zamonaviy pedagogik nazariyada refleksiya va refleksiv kompetensiya tushunchalari o‘qituvchi kasbiy rivojlanishining muhim omillari sifatida alohida ilmiy e’tiborni talab etmoqda.

Pedagogik faoliyat mohiyatiga ko‘ra murakkab, ko‘p komponentli va dinamik jarayon bo‘lib, u o‘qituvchidan pedagogik vaziyatlarni chuqur tahlil qilish, o‘z faoliyatining natijalarini baholash hamda kasbiy qarorlarni ongli ravishda qabul qilishni talab etadi. Ayniqsa, zamonaviy ta’lim muhitida o‘qituvchi faoliyati oldindan qat’iy belgilangan algoritmlar asosida emas, balki doimiy o‘zgarib borayotgan sharoitlar, o‘quvchilarning individual xususiyatlari va ta’lim ehtiyojlariga moslashuv asosida amalga oshiriladi. Mazkur holat refleksiyani o‘qituvchi kasbiy faoliyatining ajralmas tarkibiy qismi sifatida talqin etishga asos bo‘ladi.

Ilmiy-pedagogik adabiyotlarda refleksiya shaxsning o‘z faoliyatini, ichki kechinmalari va tashqi harakatlarini anglash, tahlil qilish va baholashga qaratilgan ongli jarayon sifatida izohlanadi. Pedagogik kontekstda esa refleksiya o‘qituvchining o‘z kasbiy faoliyatini tanqidiy ko‘z bilan ko‘rib chiqishi, pedagogik ta’sir vositalarining samaradorligini aniqlashi va kasbiy tajribani qayta loyihalash imkonini beruvchi mexanizm sifatida namoyon bo‘ladi. Shu jihatdan, refleksiya zamonaviy o‘qituvchining kasbiy ongini rivojlantirishda muhim nazariy asos vazifasini bajaradi.

Refleksiya bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan refleksiv kompetensiya esa o‘qituvchining o‘z kasbiy faoliyatini tizimli ravishda tahlil qilish, baholash va takomillashtirishga yo‘naltirilgan bilim, ko‘nikma va shaxsiy sifatlar majmui sifatida qaraladi. Zamonaviy pedagogik tadqiqotlarda refleksiv kompetensiya o‘qituvchi kasbiy kompetensiyalarining integrativ tarkibiy qismi bo‘lib, u pedagogning kasbiy moslashuvchanligi, innovatsion faoliyatga tayyorgarligi va uzluksiz kasbiy rivojlanishini ta’minlovchi muhim omil sifatida e’tirof etilmoqda. Ayniqsa, raqamli transformatsiya sharoitida refleksiv kompetensiya o‘qituvchining texnologik vositalardan samarali foydalanish, ta’lim natijalarini raqamli analitika asosida tahlil qilish hamda o‘quvchilarning individual ta’lim trayektoriyalarini loyihalash jarayonida strategik ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda raqamli ta’lim muhiti o‘qituvchidan tezkor qaror qabul qilish, ma’lumotlarni tanqidiy saralash, interaktiv metodlardan foydalanish va o‘quvchilarning kognitiv hamda emotsional ehtiyojlarini inobatga olishni talab etadi. Bu jarayonda refleksiya o‘qituvchining ichki nazorat mexanizmi sifatida

namoyon bo‘lib, pedagogik faoliyatning sifatini oshirishga xizmat qiladi. Refleksiv kompetensiya esa mazkur jarayonni tizimlashtiruvchi, ongli va maqsadli ravishda boshqariladigan kasbiy sifat sifatida shakllanadi.

Tadqiqotimizda refleksiya va refleksiv kompetensiya zamonaviy o‘qituvchi faoliyatining nazariy asoslarini belgilovchi muhim tushunchalar sifatida qaralib, ularning mazmun-mohiyati, funksional ahamiyati va o‘zaro bog‘liqligi ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Mazkur paragraf refleksiya va refleksiv kompetensiyaning pedagogik-psixologik mohiyatini ochib berish, ularning zamonaviy o‘qituvchi faoliyatidagi o‘rnini asoslash hamda keyingi boblarda ishlab chiqiladigan pedagogik model va texnologiyalar uchun mustahkam nazariy poydevor yaratishga xizmat qiladi.

Ilmiy adabiyotlarda “refleksiya” (lot. *reflexio* - “ortga nazar”) dastlab falsafiy kontekstda shakllangan bo‘lib, keyinchalik psixologiya va pedagogika doirasida keng qo‘llanilgan.

Psixologik manbalarda refleksiya insonning ongida sodir bo‘layotgan jarayonlarni mushohada qilish, ya’ni shaxsning o‘z ruhiy holati, xulqi, motivlari, maqsadlari va faoliyat natijalari haqida fikr yuritishi sifatida izohlanadi [2]. Shuningdek, refleksiya “o‘zini o‘zi bilish”, “o‘zini o‘zi anglash”, “tanqidiy tahlil”, “o‘zini o‘zi nazorat qilish” kabi jarayonlar bilan bog‘liq kompleks hodisa ekanligi ta’kidlanadi [1;3]. Bu esa refleksiyani bir yoqlama emas, balki **ko‘p komponentli (kognitiv, emotsional, motivatsion va irodaviy)** jarayon sifatida ko‘rishga asos beradi.

Pedagogik nuqtai nazardan refleksiya o‘qituvchining kasbiy faoliyatini ongli ravishda qayta ko‘rib chiqishi, pedagogik vaziyatni tahlil qilishi, qabul qilingan qarorlar va ularning oqibatlarini baholashi hamda kelgusi faoliyatni takomillashtirish uchun xulosalar chiqarishi bilan tavsiflanadi. Demak, refleksiya - o‘qituvchining kasbiy ongida “tajriba–tahlil–xulosa–yangilanish” zanjirini harakatga keltiruvchi mexanizm bo‘lib, u **pedagogik faoliyatning sifatini boshqarish** imkonini beradi. “O‘zbek tilining izohli lug‘ati”da ham refleksiya kishining o‘z xatti-harakatlari va ularning asoslarini tushunib yetishga qaratilgan nazariy faoliyat, bilishning alohida shakli sifatida qayd etiladi [1]. Bu ta’riflar pedagogik jarayonda refleksiyani o‘qituvchining **kasbiy o‘zini anglash** darajasini ifodalovchi muhim ko‘rsatkich sifatida ko‘rishga imkon beradi.

Pedagogik yo‘nalishda refleksiya ko‘pincha shaxs rivoji va ta’lim natijalariga ta’sir qiluvchi omillar bilan bog‘liq holda izohlanadi. Xususan, N.V. Ippolitova va N. Sterxovalar ta’lim-tarbiya va rivojlanishga ta’sir etuvchi shart-sharoitlarning shaxs rivojlanishini jadallashtirishi yoki to‘sqinlik qilishi mumkinligini ko‘rsatadi [4]. Tadqiqotimiz kontekstida bu yondashuv raqamli ta’lim muhitini ham “shart-sharoitlar majmui” sifatida talqin qilish imkonini beradi: raqamli muhit o‘qituvchi refleksiyasini faollashtirishi (masalan, tezkor tahlil va monitoring imkoniyatlari orqali) yoki aksincha, refleksiyaga to‘sqinlik qilishi (masalan, haddan tashqari texnik yuklama, axborot ortiqligi orqali) mumkin. Demak, raqamli transformatsiya sharoitida refleksiya o‘qituvchi faoliyatining **moslashuvchanligini** ta’minlovchi “regulyator” sifatida namoyon bo‘ladi.

O‘zbekiston olimlari tomonidan ham refleksiya samarali fikrlash va muammoni tizimli kontekstda anglashning muhim sharti sifatida ta’riflanadi; refleksiya vaziyat va harakatlarni baholash, muammo yechimlarini topish hamda individning o‘z holati va harakatlarini faol tahlil qilish jarayoni ekanligi ta’kidlanadi [5]. Tadqiqotimiz doirasida ushbu yondashuv refleksiyani raqamli transformatsiya sharoitida o‘qituvchining kasbiy tafakkuri va qaror qabul qilish madaniyatini belgilovchi mexanizm sifatida talqin qilishga asos bo‘ladi.

Refleksivlik muammosi Sharq mutafakkirlari, xorijiy faylasuflar, pedagog va psixologlar tomonidan keng doirada tadqiq qilingan bo‘lib, u insonning o‘zini o‘zi anglash, o‘z faoliyatini tahlil qilish, baholash va boshqarish qobiliyatlari bilan uzviy bog‘liq holda izohlanadi. Ilmiy-falsafiy va psixologik manbalarda refleksiya shaxs ongining o‘ziga yo‘naltirilganligi, ya’ni subyektning o‘z bilish jarayonlari, xulq-atvori, motivlari va faoliyat natijalari ustida tanqidiy mushohada yuritish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Shu nuqtai nazardan, refleksivlik shaxs faoliyatining ichki regulyatori bo‘lib, uning ongli ravishda boshqarilishi va rivojlanishini ta’minlovchi muhim mexanizm hisoblanadi.

Shu bilan birga, mamlakatimiz olimlari tomonidan ham refleksiya va o‘zini o‘zi boshqarish masalalari shaxs taraqqiyoti, o‘quv faoliyatini boshqarish, kasbiy kamolot, milliy o‘zlikni anglash hamda ijtimoiylashuv jarayonlari doirasida chuqur ilmiy tahlil qilingan. Ushbu tadqiqotlar refleksiv jarayonlarning shaxs faoliyatini ongli tarzda tartibga soluvchi, maqsadga yo‘naltiruvchi va baholovchi mexanizm ekanligini ilmiy jihatdan asoslab beradi. Tadqiqotimizda mazkur yondashuvlar refleksivlikni shaxsning kognitiv, motivatsion va irodaviy sohalarini integratsiyalovchi tizimli hodisa sifatida talqin qilish imkonini beradi.

Milliy psixologiya fanida refleksiya va o‘zini o‘zi boshqarish masalalari, avvalo, shaxsning bilish faoliyati va o‘quv jarayonidagi faolligi bilan bog‘liq holda o‘rganilgan. Jumladan, M.G. Davletshin tadqiqotlarida shaxsning o‘zini o‘zi nazorat qilishi, o‘zini o‘zi anglashi va boshqarishi yoshga bog‘liq rivojlanish xususiyatlari bilan izohlanib, ushbu jarayonlarning ta’lim-tarbiya samaradorligidagi o‘rni asoslab berilgan [6]. Olim refleksiyani shaxs rivojlanishining ichki psixologik mexanizmi sifatida talqin qilib, uni o‘quv faoliyatining muvaffaqiyatli tashkil etilishiga xizmat qiluvchi muhim omil sifatida ko‘rsatadi. Tadqiqotimizda ushbu yondashuv refleksiv kompetensiyani o‘qituvchi kasbiy faoliyatining ichki regulyatori sifatida izohlash uchun nazariy tayanch bo‘lib xizmat qiladi.

Xususan, raqamli ta’lim muhitida o‘qituvchidan nafaqat pedagogik bilim va texnologik malaka, balki o‘z faoliyatini tahlil qilish, baholash, monitoring qilish va moslashtirishga imkon beruvchi rivojlangan refleksiv kompetensiya talab etiladi. Shu bois, milliy va xorijiy tadqiqotlarda shakllangan refleksiya va o‘zini o‘zi boshqarish haqidagi ilmiy qarashlar tadqiqotimizda o‘qituvchi refleksiv kompetensiyasining nazariy-metodologik asoslarini belgilashda muhim tayanch vazifasini bajaradi hamda keyingi boblarda ushbu kompetensiyani rivojlantirishning pedagogik mexanizmlarini asoslash uchun ilmiy poydevor bo‘lib xizmat qiladi.

Mazkur ilmiy qarashlarga tayangan holda ta’kidlash joizki, refleksivlikni o‘qituvchi kasbiy faoliyatiga tatbiq etish masalasi oddiy psixologik xususiyatni tavsiflash bilan cheklanmaydi. U o‘qituvchining kasbiy ongini, pedagogik

pozitsiyasini va ta’lim jarayonini loyihalash uslubini belgilovchi integrativ sifat sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, raqamli transformatsiya sharoitida ta’lim jarayoni ochiq, dinamik va ko‘p omilli tizimga aylanganligi sababli, o‘qituvchining refleksiv kompetensiyasi uning kasbiy barqarorligi va moslashuvchanligini ta’minlovchi asosiy mexanizmga aylanadi.

Raqamli ta’lim muhiti o‘ziga xos xususiyatlarga ega: axborot oqimining tezligi, kommunikatsiyaning interaktivligi, baholashning raqamli monitoring asosida olib borilishi, individual ta’lim trayektoriyalarini shakllantirish imkoniyati va ta’lim jarayonining gibrid yoki masofaviy shakllarda tashkil etilishi shular jumlasidandir. Bunday sharoitda o‘qituvchi faoliyati an’anaviy didaktik modeldan farqli ravishda doimiy tahlil va qayta loyihalashni talab etadi. O‘qituvchi har bir darsni nafaqat o‘tkazadi, balki uni tahlil qiladi, o‘quvchilar faoliyatini monitoring qiladi, o‘quv natijalarini raqamli ko‘rsatkichlar asosida baholaydi hamda keyingi faoliyat strategiyasini shu ma’lumotlar asosida moslashtiradi. Bu jarayon esa yuqori darajadagi refleksiv kompetensiyasiz samarali amalga oshirilishi qiyin.

Refleksiv kompetensiya mazmunan bir necha tarkibiy komponentlardan iborat bo‘lib, ularning o‘zaro integratsiyasi o‘qituvchining kasbiy yetukligini belgilaydi. Birinchidan, kognitiv komponent - o‘z faoliyatini tahlil qilishga doir bilimlar tizimi, pedagogik vaziyatlarni tushunish va ularga nazariy yondasha olish qobiliyatini o‘z ichiga oladi. Ikkinchidan, operatsion (amaliy) komponent - o‘z faoliyatini baholash, xatolarni aniqlash, tuzatish choralarini ishlab chiqish va pedagogik jarayonni qayta loyihalash ko‘nikmalarini qamrab oladi. Uchinchidan, shaxsiy-motivatsion komponent - o‘zini rivojlantirishga intilish, kasbiy o‘sishga ochiqlik, innovatsiyalarga ijobiy munosabat kabi sifatlarni o‘zida mujassamlashtiradi. Raqamli transformatsiya sharoitida ushbu komponentlar texnologik savodxonlik bilan uyg‘unlashib, o‘qituvchining refleksiv kompetensiyasini yanada murakkab va ko‘p qatlamli tuzilma sifatida namoyon etadi.

Xulosa qilib aytganda, milliy va xorijiy ilmiy manbalarda ishlab chiqilgan refleksiya va o‘zini o‘zi boshqarish haqidagi nazariy qarashlar raqamli transformatsiya sharoitida yangi mazmun bilan boyitilmoqda. Bizning tadqiqotimiz ushbu nazariy merosni zamonaviy ta’lim muhitining talablariga mos ravishda qayta talqin qiladi va o‘qituvchining refleksiv kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik mexanizmlarini ilmiy asoslashga qaratilgan. Keyingi boblarda mazkur kompetensiyaning tarkibiy tuzilmasi, rivojlanish darajalari hamda uni shakllantirish va takomillashtirishga xizmat qiluvchi pedagogik shart-sharoitlar tizimli ravishda yoritiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. O‘zbek tilining izohli lug‘ati.– Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi Davlat ilmiy nashriyoti, 2006. – 680 b.
2. Pedagogik atamalar lug’ati. - Toshkent: O‘zbekiston Fanlar Akademiyasi fan nashriyoti, 2008 yil, 108-bet.
3. Зинченко В. П., Мещеряков Б. Г. Психологический словарь. – Москва: Педагогика-Пресс, 1997. – 440 с.

4. Ипполитова Н. В., Стерхова Н. А. Педагогические условия как фактор развития личности. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2004. – 156 с.
5. Qurbonov Sh., Seytxalilov E., Quronov M., Ahliddinov R., Majidov I. Ta'lim jarayonida tafakkur va refleksiya masalalari. – Toshkent: Fan, 2010. – 220 b.
6. Давлетшин М.Г. Танланган илмий ишлар тўплами. – Тошкент: ТДПУ, 2008, 81 б.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ФАКТОР УЧЕБНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Абдукадирова Лаура Юльбарсовна

Университет точных и социальных наук,
и.о. доцента кафедры социальных наук, PhD. г. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. Стремительное развитие цифровых технологий актуализирует проблему формирования цифровой компетентности молодёжи, поскольку отсутствие навыков осознанного использования интернета ведёт к зависимому поведению, снижению познавательных способностей и социальных компетенций. Цель статьи — представить обзор научных трудов о влиянии онлайн-взаимодействия на психическое развитие детей в контексте необходимости развития цифровой грамотности для повышения академических достижений и успешного участия в международных исследованиях PISA. Сделан вывод о том, что целенаправленное формирование цифровой компетентности у всех участников образовательного процесса — учащихся, педагогов и родителей — является ключевым условием профилактики интернет-зависимости.

Ключевые слова: цифровая компетентность, интернет-зависимость, учащиеся, академическая успеваемость, психологическое благополучие.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH O'QUVCHILAR O'QUV SAMARADORLIGI OMILI SIFATIDA

Abdukadirova Laura Yulbarsovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti, Ijtimoiy fanlar kafedrasi dotsenti v.b., PhD.
Toshkent shahri, O'zbekiston

Annotatsiya. Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi yoshlarning raqamli kompetentligini shakllantirish muammosini dolzarb masalaga aylantirmoqda, chunki internetdan ongli va mas'uliyatli foydalanish ko'nikmalarining yetishmasligi qaram xulq-atvorning shakllanishiga, bilish (kognitiv) qobiliyatlarining pasayishiga hamda ijtimoiy kompetensiyalarning rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Mazkur maqolaning maqsadi — bolalarning ruhiy rivojlanishiga onlayn muloqotning ta'siri bo'yicha ilmiy tadqiqotlar tahlilini taqdim etish hamda akademik yutuqlarni oshirish va PISA xalqaro tadqiqotlarida

muvaffaqiyatli ishtirok etishni ta'minlash nuqtayi nazaridan raqamli savodxonlikni rivojlantirish zaruratini asoslab berishdan iborat. Tadqiqot natijalariga ko‘ra, ta'lim jarayonining barcha ishtirokchilari — o‘quvchilar, pedagoglar va ota-onalarda raqamli kompetentlikni maqsadli ravishda shakllantirish internetga qaramlikning oldini olishning eng muhim sharti hisoblanadi.

Kalit so'zlar: raqamli kompetentlik, internetga qaramlik, o‘quvchilar, akademik o‘zlashtirish, psixologik farovonlik.

ВВЕДЕНИЕ (KIRISH)

С момента повсеместного распространения сети Интернет и цифровых технологий в начале XXI века исследовательский фокус научного сообщества устойчиво смещается в сторону анализа форм, механизмов и последствий онлайн-взаимодействия, особенно в детской и подростковой среде. Согласно данным UNESCO (2023), более 90 % подростков в возрасте 15–17 лет в странах со средним уровнем дохода имеют регулярный доступ к сети Интернет, при этом в государствах Центральной Азии уровень цифровой включённости школьников за период 2020–2024 годов увеличился более чем на 25 процентных пунктов, что свидетельствует о качественном расширении цифровой среды социализации и обучения [1, с. 6–7].

Отчёты World Bank (2024; 2025) подчёркивают, что цифровизация образовательной среды сопровождается не только расширением образовательных возможностей, но и ростом рисков, связанных с неравномерным развитием цифровых навыков, снижением концентрации внимания, усилением интернет-зависимости и явлениями цифровой перегрузки у учащихся [2]. По данным международных мониторингов, обобщённых Всемирным банком (World Bank, 2024), до 30–35 % школьников демонстрируют признаки проблемного использования интернета, включая дефицит саморегуляции, эмоциональное напряжение и снижение учебной мотивации, при этом выраженность данных проявлений существенно варьируется в зависимости от возраста, социально-экономических условий и образовательного контекста [2].

Для Республики Узбекистан данные выводы приобретают особую значимость в условиях масштабных социально-экономических и институциональных преобразований, направленных на развитие человеческого капитала и модернизацию системы образования. В рамках реализуемых государственных стратегий цифровой трансформации и интеграции в глобальное образовательное пространство участие школьников в исследованиях PISA рассматривается не только как инструмент международного сопоставления, но и как механизм внутренней диагностики качества образования. Отчёты World Bank (2024) и UNESCO (2023) подчёркивают, что для стран с переходной экономикой ключевым фактором повышения образовательных результатов становится не столько расширение доступа к цифровым технологиям, сколько развитие осознанного, безопасного и педагогически обоснованного их использования [1; 2].

Многочисленные аналитические обзоры и эмпирические исследования OECD (2023; 2025) указывают на принципиальные возрастные различия во взаимодействии детей с цифровыми технологиями. Так, младшие школьники преимущественно используют цифровые устройства в развлекательных целях, тогда как подростки и старшие школьники всё чаще вовлекаются в более сложные формы цифровой активности, включая онлайн-обучение, социальные сети, цифровое самовыражение и профессиональную ориентацию. При этом именно подростковый возраст рассматривается как наиболее уязвимый период с точки зрения формирования интернет-зависимого поведения и снижения психологического благополучия, что подтверждается ростом показателей тревожности, эмоциональной нестабильности и когнитивного истощения при избыточном экранном времени [6, с. 3–4; 8, с. 130–132).

Особое значение в данном контексте приобретают результаты международного исследования PISA, которое рассматривается как один из ключевых индикаторов готовности школьников к жизни в условиях цифровой экономики и общества знаний. Согласно данным PISA 2022 (OECD & IEA, 2023), около 40 % 15-летних учащихся в странах-участниках испытывают затруднения при выполнении заданий, требующих применения знаний в новых, нестандартных ситуациях, что напрямую связано с недостаточной сформированностью функциональной грамотности и критического мышления [7, с. 27–29].

Вместе с тем аналитические отчёты OECD подчёркивают, что учащиеся с более высоким уровнем цифровой компетентности демонстрируют статистически значимо лучшие результаты по чтению, математике и естественным наукам, а также более высокий уровень учебной мотивации и академической устойчивости (OECD, 2023; OECD, 2025).

Таким образом, эмпирические данные международных организаций подтверждают необходимость комплексного и возрастно-дифференцированного подхода к формированию цифровой компетентности школьников, включающего развитие критического мышления, навыков саморегуляции цифрового поведения и психологической устойчивости. В условиях ускоряющейся цифровизации, трансформации рынка труда и усложнения социальных и политико-экономических процессов именно данные компетенции выступают ключевыми предикторами академической успешности, психологического благополучия и социальной адаптации молодого поколения Узбекистана в глобальном образовательном и социокультурном пространстве.

В 2022 году, по данным OECD (2023), в исследованиях PISA приняли участие ученики из 81-й страны. Из 202 школ Узбекистана участниками исследований стали 7200 учащихся, из которых 83% составили учащиеся 9-х классов. Полученные результаты были неутешительными, но, в определённой степени, ожидаемы, так как идёт поиск наиболее эффективной системы образования. Узбекистан был в последней десятке по всем трём направлениям: по математике – 72-е место, по чтению – 80-е, по естественно-научной грамотности - 80-е место [6]. Данные исследования также

продемонстрировали получение высокого результата детей из богатых семей (топ-25% по социально-экономическому статусу). Они получили на 22 балла выше, чем дети из худших 25% семей по социально-экономическому статусу. Однако примерно 20% детей из неблагополучных семей смогли попасть в топ-25% по математике [6]. С нашей точки зрения, одной из причин неутешительного результата является чрезмерное использование сети интернет, которое негативно влияет на психологическое благополучие школьников, т.е. можно сказать, что существует связь между интенсивностью онлайн-взаимодействий и уровнем психологического благополучия личности. Полученный результат свидетельствует об актуальности выявления причин данного явления путём изучения результатов исследования учёных по данной проблеме.

Исследования особенностей взаимодействия детей с Интернетом были проведены такими учёными, как M. Griffiths и K. Young, Э.П. Печерская, Г.У. Солдатова, О.А. Теславская, Е.И. Николаева, М.Л. Исаченкова, И.Б. Ушакова, Н.О. Березина, Е.Е. Карпова, Линды Хенкель, Е.И. Рассказова, В.И. Рерке и Я.А. Портная, Н.В. Калинина и др. В рамках исследований различными международными организациями, такими, как Юнисеф, ОЭСР, ВОЗ, были выявлены негативные и позитивные аспекты влияния использования детьми сети Интернет.

В исследовании PISA респонденты, проводящие более шести часов в интернете ежедневно вне учебного заведения, определяются как «экстремальные пользователи интернета» (extreme users). В 2015 году, среди 15-летних участников опроса из стран ОЭСР, таких пользователей составило в среднем 16% в рабочие дни и 26% в выходные. Эта категория молодых людей характеризуется более низкой удовлетворенностью жизнью, они чаще сталкиваются с травлей, испытывают усиленное чувство одиночества по сравнению с теми, кто меньше времени проводит онлайн, и их повышенное вовлечение в интернет может быть признаком психологической уязвимости и потребности в поддержке, что становится очевидным при анализе их активности в интернете. Такие дети также показывают худшие результаты по всем дисциплинам, изучаемым в рамках PISA, и имеют более низкие ожидания от дальнейшего обучения. Высокий уровень «экстремальных пользователей интернета» зафиксирован в Чили (более 30%), в то время как в Корее этот показатель составил около 2% [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения 2016 года, дети с минимальным временем пребывания в интернете, так же как и те, кто злоупотребляет временем онлайн, демонстрируют низкий уровень удовлетворенности жизнью [3].

По данным исследования ЮНИСЕФ (2022), посвящённого психическому здоровью и психосоциальному благополучию подростков в школах Узбекистана, в котором приняли участие 22 854 учащихся 6, 9 и 11 классов из 299 школ из всех 13 регионов Узбекистана и города Ташкента, немногим более половины учащихся имели мобильные телефоны или планшеты (51,8%), гораздо меньше имели компьютер или ноутбук (25,4%), и

еще меньше — игровую приставку (7,5%). Тех, у кого было хотя бы одно из этих электронных устройств, спросили о времени, которое они тратили на их использование в течение учебного дня. Почти половина из них вообще не использовали их ни для общения в социальных сетях (44,3%), ни для выполнения домашних заданий (компьютер, 51,9%), а только для серфинга в Интернете (45,5%) или игр (49,4%). Меньше всего использовались игровые приставки. От 5 до 6% подростков тратят более 3 часов в день, используя мобильные телефоны или планшеты для общения в социальных сетях и серфинга в Интернете, но не для выполнения домашних заданий [9, с. 7].

Существовали гендерные различия либо во владении мобильным телефоном /планшетом (на 20% больше мальчиков), либо во времени, проводимом в день перед экраном. Например, мальчики, как правило, проводят больше времени в социальных сетях и в Интернете через свои устройства, но не для выполнения домашних заданий. Самая большая разница между ними заключалась в онлайн-играх: среди подростков, которые проводили за играми более 3 часов в день, 78,5% были мальчиками. Шестиклассники проводили меньше времени в Интернете для общения в социальных сетях, серфинга в Интернете или игр (примерно на 15% меньше, чем девяти- и одиннадцатиклассники). Работающие учащиеся сообщили, что проводят больше времени в Интернете по сравнению с неработающими для общения в социальных сетях, серфинга и игр, но не для выполнения домашних заданий [9, с. 46].

Исследование, проведённое Э.П. Печерской и коллегами в 2013 году в Самаре, показало, что первый контакт с интернетом у детей начинается в возрасте 1,5 лет у 13% опрошенных, и между 2-3 годами у 42% респондентов [10]. Г.У. Солдатова и О.А. Теславская в 2019 году утверждают, что взаимодействие с медиа-устройствами начинается с 6 месяцев, включая телевизор, при этом самостоятельное использование цифровых устройств детьми начинается с 2-3 лет у приблизительно 44%, и с 4-5 лет у аналогичного процента детей [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Более поздние данные, представленные Е.И. Николаевой и М.Л. Исаченковой в 2020 году, демонстрируют тревожные тенденции в использовании интернет-устройств детьми: 5,3% детей знакомятся с гаджетами до полугода, 22,1% — до года, и 29% — между годом и полутора годами. Отмечается, что большинство детей (56,4%) впервые пользуются гаджетом до полутора лет, игры занимают второе место по популярности среди дошкольников (54%), тогда как образовательный контент составляет лишь 14% [12], что свидетельствует о том, что образовательные приложения и ресурсы не находятся среди приоритетов для дошкольников.

Академическая успеваемость школьника остаётся критическим аспектом образовательного процесса. Учёные из РГПУ (Россия) утверждают, что интернет оказывает положительное влияние на академическую успеваемость учеников, особенно в старших классах (8-9 классы), что совпадает с подготовкой к ОГЭ [13]. Однако подобные выводы кажутся нам чрезмерно упрощёнными, поскольку оценка академических достижений

исходя исключительно из оценок может быть менее объективной. Несмотря на это, несомненно, что школьники развивают умения использования интернета в различных целях, включая подготовку к экзаменам.

Таким образом, можем отметить следующее: образовательный контент имеет низкий уровень привлекательности по сравнению с развлекательным; чем старше школьник, тем больше времени он тратит на использование мобильных устройств, социальных сетей, что отвлекает от обучения, негативно отражается на академической успеваемости и снижает результаты в исследованиях PISA; низкий уровень компетентности учителей и родителей по проблеме интернет-зависимости, психологической грамотности к взаимодействию с детьми, использующими различные устройства.

Для преодоления негативных аспектов применения цифровых устройств учащимися в целях повышения академической успеваемости **рекомендуем** следующее: на системной основе повышать компетенции учителей и родителей по проблеме интернет-зависимости, в контексте необходимости обеспечения психологического благополучия детей; информировать учителей и родителей о новинках и популярных среди детей играх, приложениях как развлекательного, так и образовательного содержания, раскрывая положительные и отрицательные стороны приложений для когнитивного, эмоционального и личностного развития учащихся в контексте участия в исследованиях PISA, академической успеваемости; проводить для родителей и учителей психологические тренинги по развитию навыков поддержки, мотивации к использованию образовательного контента детьми, развивающему общению с детьми по вопросам саморазвития, достижения успеха, гуманности и т.д.; организовывать мероприятия, которые поощряют социальное взаимодействие, физическую активность, а также использование интерактивных досок, планшетов и т.п. среди учащихся в спортзалах, школьных площадках. Это могут быть конкурсы, сочетающие физическую активность и применение современных компьютерных технологий; достойно поощрять учителей и родителей, других специалистов, причастных к образованию, разрабатывать образовательный контент или содействовать разработке ресурсов, которые по своей привлекательности не уступают развлекательному.

Список литературы

1. UNESCO. (2023). Global Education Monitoring Report 2023: Technology in education – A tool on whose terms? UNESCO Publishing. https://www.unesco.org/gem-report/en/publication/technology.

2. World Bank. (2024). Digital Pathways for Education: Enabling Greater Impact for All. The World Bank Group. https://documents1.worldbank.org/curated/en/099102124103012716/pdf/P173530151854505218eb417834e0f954cd.pdf

3. World Health Organization (2016). Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. <http://

www.euro.who.int/__data/assets /pdf_file/0003/303438/HSBC-No.7Growing-up-unequal-Full-Report.pdf.

4. OECD (2016). Are there differences in how advantaged and disadvantaged students use the Internet? PISA in Focus. <https://www.oecd-ilibrary.org/education/are-there-differences-in-how-advantaged-and-disadvantaged-students-use-the-internet_5jlv8zq6hw43-en>.

5. OECD (2018), OECD Handbook for Internationally Comparative Education Statistics 2018: Concepts, Standards, Definitions and Classifications, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/9789264304444-en.

6. OECD (2023), PISA 2022 Results (Volume I): The State of Learning and Equity in Education, PISA, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/53f23881- en. ISSN 1996-3777 (online).

7. OECD & IEA. (2023). PISA 2022 Results (Volume I). OECD Publishing. https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i_53f23881-en/full-report.html

8. OECD. (2025). How's life for children in the digital age? OECD Publishing.: https://www.oecd.org/en/publications/2025/05/how-s-life-for-children-in-the-digital-age_c4a22655.html

9. Психическое здоровье и психосоциальное благополучие подростков в школе. Исследование в рамках сотрудничества правительства Узбекистана и ЮНИСЕФ, 2022 г. – 200 с. – С. 9. https://www.unicef.org/uzbekistan/media/518.pdf

10. Печерская Э.П., Меркулова Д. Ю. Дошкольники в сети Интернет // Теория и практика общественного развития. 2013. № 10. С. 76-77.

11. Солдатова Г.У., Теславская О.И. Особенности использования цифровых технологий в семьях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста // Национальный психологический журнал. 2019. № 12(4). С. 12-27.

12. Николаева Е.И., Исаченкова М.Л. Оценка родителями роли гаджетов в процессе воспитания детей до четырех лет // Развитие личности в условиях цифровизации образования: от начальной к высшей школе: материалы Всероссийской научной конференции, 15-16 октября 2020 года. – Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2020 С. 113-116.

13. Микляева А.В., Безгодова С.А. Академическая успеваемость школьников с разным опытом цифровой социализации // Развитие личности в условиях цифровизации образования: от начальной к высшей школе: материалы Всероссийской научной конференции. 15-16 октября 2020 года. Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2020 С. 167-172.

BADIIY MATNLAR VA OILAVIY MUTOLAA ASOSIDA BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISHNING INTEGRATIV PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK MODELI

Mirzajonova Eleonora Topvoldievna,
Farg‘ona davlat universiteti,
Pedagogika–psixologiya va san’atshunoslik fakulteti
Psixologiya kafedrasi dotsenti

Annotatsiya: Maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirishning nazariy-metodik modeli ishlab chiqiladi. Model badiiy matnlar, sinf muhitidagi reflektiv muloqot va oilaviy mutolaani yagona psixologik-pedagogik tizim sifatida integratsiyalashga asoslanadi. Tadqiqot materiallarida emotsional intellektning Mayer–Salovey modeli, D.Golemanning kompetensiyaviy yondashuvi, SEL va RULER yondashuvlari, shuningdek, L.S.Vigotskiyning madaniy-tarixiy konsepsiyasi tahlil qilinadi. Badiiy matn bola uchun emotsional tajribani tushunish, qahramonning ichki holatini izohlash, empatiya va reflektiv munosabatni shakllantirish vositasi sifatida asoslanadi. Maqolada 8 mashg‘ulotdan iborat rivojlantiruvchi dastur tuzilmasi, oilaviy mutolaani qo‘llash tamoyillari va o‘qituvchilar hamda ota-onalar uchun amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar: emotsional intellekt, badiiy matn, oilaviy mutolaa, boshlang‘ich ta’lim, SEL, RULER, empatiya, refleksiya.

Интегративная психолого-педагогическая модель развития эмоционального интеллекта младших школьников на основе художественных текстов и семейного чтения

Мирзажонова Элеонора Топволдиевна
доцент кафедры психологии
факультета педагогики-психологии и искусствоведения
Ферганского государственного университета

Аннотация: В статье разрабатывается теоретико-методическая модель развития эмоционального интеллекта у учащихся начальных классов. Модель основана на интеграции художественных текстов, рефлексивного общения в классной среде и семейного чтения в единую психолого-педагогическую систему. В исследовательских материалах анализируются модель эмоционального интеллекта Дж.Майера и П.Сэловея, компетентностный подход Д.Гоулмана, подходы SEL и RULER, а также культурно-историческая концепция Л.С. Выготского. Художественный текст рассматривается как средство, позволяющее ребёнку осмысливать эмоциональный опыт, интерпретировать внутреннее состояние героя, формировать эмпатию и рефлексивное отношение. В статье представлена структура развивающей

программы, состоящей из 8 занятий, раскрыты принципы организации семейного чтения, а также предложены практические рекомендации для учителей и родителей.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, художественный текст, семейное чтение, начальное образование, эмпатия, рефлексия.

An Integrative Psychological and Pedagogical Model for the Development of Emotional Intelligence in Primary School Children Based on Literary Texts and Family Reading

Eleonora Topvoldievna Mirzajonova
Associate Professor, Department of Psychology
Faculty of Pedagogy, Psychology and Arts
Fergana State University

Abstract: Abstract. The article develops a theoretical and methodological model for fostering emotional intelligence in primary school pupils. The model is based on the integration of literary texts, reflective classroom communication, and family reading into a unified psychological and pedagogical system. The study analyzes the Mayer–Salovey model of emotional intelligence, D. Goleman's competency-based approach, SEL and RULER frameworks, as well as L. S. Vygotsky's cultural-historical concept. Literary texts are substantiated as a means through which children can understand emotional experience, interpret the inner state of a character, and develop empathy and reflective attitudes. The article presents the structure of an 8-session developmental program, outlines the principles of using family reading, and provides practical recommendations for teachers and parents.

Keywords: emotional intelligence, literary text, family reading, primary education, empathy, reflection, social-emotional learning.

Boshlang‘ich sinf yoshi bolaning emotsional savodxonligi, o‘zini boshqarish, empatiya va ijtimoiy muloqot ko‘nikmalari shakllanishida muhim senzitiv davr hisoblanadi. Bu davrda bola atrofdagilarning kechinmalarini tushunishni, o‘z hissiyotlarini so‘z bilan ifodalashni va ijtimoiy vaziyatlarga mos emotsional javob berishni o‘rganadi. Shuning uchun boshlang‘ich ta’lim jarayonida emotsional intellektni maqsadli rivojlantirish pedagogik-psixologik ahamiyatga ega.

Badiiy adabiyot bola emotsional tajribasini kengaytiruvchi tabiiy vositadir. Ertak, hikoya va she’rlar orqali o‘quvchi qahramonlarning quvonchi, xavotiri, qo‘rquvi, g‘azabi, afsuslanishi va mehrini kuzatadi. Mazkur kechinmalarni muhokama qilish esa bolaning emotsional lug‘atini boyitadi, sabab-oqibatni anglashini kuchaytiradi va empatik munosabatni shakllantiradi [3]. Tadqiqotning maqsadi badiiy matnlar va oilaviy mutolaa asosida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirishning psixologik-pedagogik modelini asoslash va amaliy qo‘llash shartlarini belgilashdan iborat.

Emotsional intellekt nazariyalarida emotsiyalarni idrok etish, tushunish va boshqarish kognitiv jarayonlardan ajralmagan holda talqin qilinadi. Mayer va Salovey emotsional intellektni emotsiyalar haqidagi ma'lumotdan fikrlash va xatti-harakatlarni boshqarishda foydalanish qobiliyati sifatida izohlaydi. Goleman yondashuvida esa emotsional intellekt o'zini anglash, o'zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalar birligida ko'riladi [2].

SEL yondashuvi bolalarda o'zini anglash, o'zini boshqarish, ijtimoiy anglash, munosabat ko'nikmalari va mas'uliyatli qaror qabul qilish kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan. RULER modeli esa emotsiyalarni tanish, sabab va oqibatlarini tushunish, aniq nomlash, ijtimoiy vaziyatga mos ifodalash va tartibga solish ko'nikmalarini bosqichma-bosqich shakllantirishga yordam beradi.

Madaniy-tarixiy yondashuv nuqtai nazaridan badiiy matn bola bilan madaniyat o'rtasida vositachi bo'lib xizmat qiladi. Matn qahramoni orqali bola o'ziga tanish va notanish emotsional vaziyatlarni xavfsiz shaklda boshdan kechiradi, ularni tilda ifodalaydi hamda kattalar va tengdoshlar bilan muhokama qiladi. Shu sababli badiiy matn, sinf muloqoti va oilaviy mutolaa birgalikda qo'llanganda emotsional intellektni rivojlantirishga kuchli ta'sir ko'rsatadi [1].

Taklif etilayotgan model uch asosiy muhitni birlashtiradi: dars jarayoni, sinfdan tashqari tarbiyaviy faoliyat va oilaviy mutolaa. Ushbu muhitlarning barchasida bolaga emotsiyalarni tanish, nomlash, sababini tushuntirish, boshqalarning kechinmalarini anglash va konstruktiv javob berish imkoniyati yaratiladi [5].

1-jadval. Modelning asosiy komponentlari

Model komponenti	Psixologik mazmuni	Kutiladigan natija
Badiiy matn	Qahramon kechinmalari, emotsional vaziyat va axloqiy tanlovni idrok etish	Emotsional lug'at va hissiy identifikatsiya rivojlanadi
Reflektiv savollar	"Nega?", "Nimani his qildi?", "Sen nima qilarding?" kabi savollar orqali ichki kechinmani tahlil qilish	Sabab-oqibat, empatiya va refleksiya kuchayadi
Rolli o'yin va dramatizatsiya	Qahramon holatini amalda ifodalash va muloqot strategiyasini sinab ko'rish	Ijtimoiy ko'nikma va o'zini boshqarish mustahkamlanadi
Oilaviy mutolaa	Ota-ona va bola o'rtasida o'qilgan matnni hissiy jihatdan muhokama qilish	Emotsional yaqinlik va xavfsizlik hissi ortadi
Sinfning psixologik iqlimi	Qo'llab-quvvatlovchi, xavfsiz va hurmatga asoslangan muhit	O'quvchi o'z hissiyotini erkin va adekvat ifodalaydi

Rivojlantiruvchi dastur tuzilmasi. Dastur 8 ta mashg'ulotdan iborat bo'lib, har bir mashg'ulot 35–40 daqiqa davom etadi. Mashg'ulotlar haftasiga 1–2 marta

o‘tkazilishi mumkin. Dasturda emotsiyalarni tanishdan boshlab empatik munosabat va emotsiyalarni verbal ifodalashgacha bo‘lgan ko‘nikmalar bosqichma-bosqich rivojlantiriladi [4].

2-jadval. Badiiy matn asosidagi 8 mashg‘ulotli rivojlantiruvchi dastur

№	Mashg‘ulot mavzusi	Maqsadi	Asosiy faoliyat turi
1	Emotsiyalar olamiga sayohat	Asosiy emotsiyalar haqida dastlabki tasavvur hosil qilish	Suhbat, emotsiya kartochkalari, qisqa hikoya tahlili
2	Yuz ifodasidan kayfiyatni topamiz	Yuz ifodasi orqali emotsiyani tanish	Emotsiyalar, mimika, rasm asosida topshiriqlar
3	Ertak qahramoni nimani his qildi?	Badiiy obrazning ichki kechinmasini tushunish	Ertak o‘qish, qahramon hislarini tahlil qilish
4	Quvonch va qayg‘uni tushunamiz	Qarama-qarshi emotsiyalarni farqlash	Hikoya o‘qish, savol-javob, rasm chizish
5	Qo‘rquv, g‘azab va hayrat	Murakkabroq emotsiyalarni anglash	Vaziyatli hikoyalar, rolli o‘yinlar
6	Men uning o‘rnida bo‘lsam...	Empatiya va hamdardlikni rivojlantirish	Qahramon o‘rniga o‘zini qo‘yish, muhokama
7	Hislarimni so‘z bilan aytaman	O‘z emotsiyalarini ifodalash	“Men his qilyapman...” mashqi, ijodiy gap tuzish
8	Mehribon qahramonlar maktabi	Olingan ko‘nikmalarni umumlashtirish	Hikoya tahlili, yakuniy suhbat, emotsiya xaritasi

Oilaviy mutolaa emotsional intellektni rivojlantirishda dars jarayonini to‘ldiruvchi muhim omildir. Bola uyda ota-onasi bilan matnni o‘qib, qahramonning hissiy holati haqida gaplashganda, u emotsiyalarni real hayotiy munosabatlar bilan bog‘lashni o‘rganadi. Bunda ota-onaning vazifasi bolaga tayyor baho berish emas, balki savollar orqali uni fikrlashga undashdir Oilaviy mutolaani integratsiya qilish

Oilaviy mutolaa emotsional intellektni rivojlantirishda dars jarayonini to‘ldiruvchi muhim omildir. Bola uyda ota-onasi bilan matnni o‘qib, qahramonning hissiy holati haqida gaplashganda, u emotsiyalarni real hayotiy munosabatlar bilan bog‘lashni o‘rganadi. Bunda ota-onaning vazifasi bolaga tayyor baho berish emas, balki savollar orqali uni fikrlashga undashdir [6].

3-jadval. Oilaviy mutolaani emotsional-intellektual rivojlanishga yo‘naltirish bosqichlari

Bosqich	Ota-ona harakati	Bolada shakllanadigan ko‘nikma
O‘qishdan oldin	Matn nomi va rasmiga qarab qahramon kayfiyatini taxmin qilishni so‘rash	Oldindan emotsional kutish va tasavvur
O‘qish davomida	Qahramonning muhim holatlarida to‘xtab, “U hozir nimani his qildi?” deb so‘rash	Emotsiyani tanish va nomlash
O‘qishdan keyin	“Sen uning o‘rnida bo‘lsang nima qilarding?” savolini muhokama qilish	Empatiya va mas’uliyatli qaror qabul qilish
Kundalik hayotga bog‘lash	Matndagi vaziyatni bolaning maktabdagi tajribasi bilan bog‘lash	Refleksiya va ijtimoiy moslashuv

Amaliy tavsiyalar:

• Badiiy matn tanlashda boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining yoshiga mos, emotsional vaziyati aniq, qahramonlar xatti-harakati muhokama qilishga qulay asarlar tanlanishi kerak.

• Har bir matn bo‘yicha kamida uch turdagi savol berilishi lozim: emotsiyani tanish, uning sababini tushuntirish va qahramonga yordam berish yo‘lini izlash.

• O‘qituvchi bolalarning javoblarini “to‘g‘ri” yoki “noto‘g‘ri” deb keskin baholamasdan, emotsional fikrlashni kengaytiruvchi qo‘shimcha savollar berishi maqsadga muvofiq.

• Sinfda “Emotsiyalar burchagi”, “Kayfiyat kartochkalari” va “Mehrli so‘zlar doskasi” kabi vizual vositalar tashkil etilishi tavsiya etiladi.

• Ota-onalarga oilaviy mutolaa bo‘yicha qisqa metodik eslatmalar berilib, uyda bolani tinglash, uning hissiyotini inkor qilmaslik va emotsiyalarni nomlashga yordam berish tushuntirilishi zarur.

• Rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar natijasi kuzatish, suhbat, emotsiya kartochkalari va qisqa hikoya tuzish topshiriqlari orqali monitoring qilinishi mumkin [4].

Badiiy matnlar va oilaviy mutolaa boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida emotsional intelektni rivojlantirishning mazmunli va tabiiy psixologik-pedagogik vositasidir. Ular orqali bola emotsiyalarni nafaqat tashqi belgilar orqali tanishni, balki ularning sababini tushunishni, qahramon va tengdoshlar kechinmalariga hamdard bo‘lishni, o‘z hissiy holatini so‘z bilan ifodalashni o‘rganadi.

Taklif etilgan model dars jarayoni, sinf muloqoti va oilaviy o‘qishni integratsiya qilishga asoslangan bo‘lib, o‘qituvchi, psixolog va ota-onalar hamkorligida amalga oshirilganda emotsional savodxonlik, empatiya, o‘zini boshqarish va ijtimoiy moslashuvni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books.
2. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications (pp. 3–34). New York: Basic Books.
3. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185–211.
4. Катеева М. И., Рычка Н. Е., Дворецкая И. А. Как развивать социально-эмоциональные навыки в начальной школе. М.: Просвещение, 2021.
5. Готтман Дж., Деклер Дж. Эмоциональный интеллект ребёнка. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.

SUN'IY INTELEKT DAVRIDAGI TA'LIM TIZIMI: IJTIMOIY, HUQUQIY VA XALQARO JIHATLAR

Muhammedova Nafisa Nigmanovna

O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish va psixologik-pedagogik respublika tashxis markazi metodisti

Annotatsiya. Sun'iy intelekt vositalari yordamida maktab o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishning eng samarali usullaridan biri bu raqamli transformatsiyasidan foydalanishni kengaytirishdir. Shu munosabat bilan, maktab o'qituvchilarining sun'iy intellekt vositalaridan foydalanib kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishga bag'ishlangan ushbu maqola mavzusi dolzarb hisoblanadi.

Maqolada sun'iy intellektning yaratilish tarixi, asosiy turlari, vositalari, kasbiy kompetensiyaning asosiy tarkibiy qismlari va axborot-kommunikatsion kompetensiyani rivojlantirish texnologiyalari haqida gap boradi.

Kalit so'zlar: sun'iy intellekt, kasbiy va axborot-kommunikatsion kompetensiyalar, axborot texnologiyalari.

Аннотация. Одним из наиболее эффективных способов развития профессиональной компетентности школьных учителей с использованием инструментов искусственного интеллекта является расширение использования цифровой трансформации. В связи с этим тема данной статьи, посвященная развитию профессиональной компетентности школьных учителей с использованием инструментов искусственного интеллекта, является актуальной.

В статье рассматриваются история создания искусственного интеллекта, его основные виды, инструменты, основные компоненты профессиональной компетентности и технологии развития информационно-коммуникационной компетентности.

Ключевые слова: искусственный интеллект, профессиональные и информационно-коммуникационные компетенции, информационные технологии.

Abstract. One of the most effective ways to develop the professional competence of school teachers through artificial intelligence tools is to expand the use of digital transformation. In this regard, the topic of this article, which focuses on the development of the professional competence of school teachers using artificial intelligence tools, is highly relevant.

The article examines the history of artificial intelligence, its main types and tools, the key components of professional competence, as well as technologies for developing information and communication competence.

Keywords: artificial intelligence, professional and information and communication competencies, information technologies.

Kirish. Hozirgi vaqtda inson, chuqur bilimga ega bo‘lishi va sun’iy intellektdan foydalana olishi lozim. Har qanday muammoning yechimi uning nazariy asoslarini o‘rganishdan boshlanadi. Muammoning nazariy asoslari deganda, shu sohadagi mavjud tushunchalar, qonun va qonuniyatlarni bilish hamda jamiyat manfaatlariga qanday xizmat qilishini nazarda tutadi.

Bugun ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlar, ta’lim jarayonini yanada takomillashtirish, zaruriy va yetarli shart sharoitlar yaratish, innovatsion ta’lim texnologiyalari hamda sun’iy intellekt asosida ta’lim tizimini rivojlantirishga yo‘naltirilgan davlat dasturlari va bir qator hukumat qarorlarida maktab o‘qituvchilari faoliyatini demokratik tamoyillar va innovatsion yondashuvlar asosida shakllantirishni, qog‘ozsiz ishlashga o‘tishni hamda axborotlashtirilgan muhitni yaratishni taqazo etmoqda.

Maktab o‘qituvchilari sun’iy intellektni bilishi, ulardan foydalanishi, turli sharoitlarda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari orqali axborot ayirboshlashi va undan oqilona foydalana olishi, axborot-ta’lim muhitiga yaxlit tizim sifatida qarashi, ko‘zlangan natijalarga erishishda ma’lum maqsadga yo‘nlatirilgan faoliyatni rejalashtirishi, tashkil etishi, nazorat va tahlil qilishi, xolisona baholashi va muvofiqlashtira olishi lozim.

Shunday ekan, maktab o‘qituvchilardan axborot oqimining doimiy ravishda o‘sib borishini inobatga olib, sun’iy intellektni o‘rganish bo‘yicha ko‘nikma va malakalarga oid bilimlarni muntazam oshirib borishi, kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishi va ulardan samarali foydalana olishi ham talab etiladi.

Sun’iy intellektning jadallik bilan rivojlanib borishi maktab o‘qituvchilarining axborot-kommunikatsiya texnologiyalari bo‘yicha bilim, ko‘nikma va malakaga bo‘lgan ehtiyojlarini oshirmoqda va maktab o‘qituvchisining kasbiy hamda axborot-kommunikatsion kompetensiyasini rivojlantirishda samarali mexanizmlarni joriy etishga ehtiyoj mavjud bo‘lib, sun’iy intellekt vositalaridan foydalanib, maktab o‘qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish asosiy masalalaridan biri hisoblanadi.

Mazkur mavzu juda dolzarb, chunki ta’limda sun’iy intellekt maktab o‘qituvchilarning malakasini oshirish, metodik yondashuvlarini boyitish va o‘quvchilarga samarali ta’lim berishda keng imkoniyatlar yaratmoqda.

Bugunfi zamonaviy ta’lim jarayonida o‘qituvchilar axborot-kommunikasiya kompetensiyasiga ega bo‘lishlari ta’lim samaradorligini oshiradi. Sun’iy intellekt

vositalari bu jarayonda o‘qituvchining tezkor axborot olish, tahlil qilish va samarali muloqot qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Raqamli ta’lim muhitida o‘qituvchilar sun’iy intellekt yordamida yangiliklarni kuzatib borishi, dars jarayonini interaktiv va ijodiy tashkil qilishi mumkin.

Hozirga kelib sun’y intellekt keng ko‘lamda ommalashib kundalik turmush tarzimizning deyarli barcha jabhalarini qamrab olmoqda. Adabiyotlar tahlili sun’iy intellekt vositalaridan foydalanib maktab o‘qituvchisining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish masalasida turli mamlakatlarda bir-biridan qator farqlanishlar borligini ko‘rsatadi.

Rivojlangan mamlakatlar Singapur, Xitoy, Janubiy Koreya, Yaponiya, Angilya, Fransiya, Germaniya va Fillandiya kabi davlatlarda sun’iy intellektdan foydalanilgan xolda dars jarayonlarini tashkil etishga katta e’tibor berilmoqda.

Raqamli kompetensiya orqali o‘qituvchilarning axborot-kommunikatsiya texnologiyalari savodxonligini egalalshda Janubiy Koreya ta’lim tizimni misol tariqasida keltirish mumkin.

Sun’iy intellekt vositalaridan foydalanish jarayonida shakllangan bilim, ko‘nikma va malakalar yig‘indisi kasbiy va axborot-kommunikatsion kompetensiyalar hisoblanadi va o‘qituvchining o‘z faoliyatida sun’iy intellekt vositalaridan mustaqil va mas’uliyat bilan foydalanishga tayyorligini bildiradi.

Sun’iy intelekt inson qila oladigan hamma narsani o‘rganishga qodir tadqiqotchilar sun’iy intellekt 2060-yilga kelib insonning deyarli barcha vazifalarini mustaqil ravishda bajara olishiga umid qilishmoqda.

Zamonaviy uslubiy adabiyotlarda maktab o‘qituvchisining zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalardan foydalanish bo‘yicha kasbiy mahorat darajasini anqilashda “axborot-kommunikatsiya texnologiyalari kompetentsiyalari” atamasi qo‘llaniladi.

Yangi avlod standartlari kompetentsiya ma’lum bir sohada muvaffaqiyatli faoliyati uchun bilim, ko‘nikma va shaxsiy fazilatlarni qo‘llash qobiliyatini belgilaydi.

Lug‘atda kompetentsiya tushunchasining mohiyati quyidagi to‘rtta toifaga ajratiladi:

shaxs parametrlari;
vazifalar va faoliyatni bajarish;
kasbiy faoliyatni bajarish;
ishlash natijalarini boshqarish.

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari kompetensiyasi murakkab tushuncha bo‘lib, texnik bilim va ko‘nikmalarni real ta’lim faoliyatida maqsadli, samarali qo‘llash sifatida qaraladi. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari kompetensiyasi kasbiy kompetensiyaning tarkibiy qismi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Бостром Н. Искусственный интеллект. Этапы. Угрозы. Стратегии. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. 496 с.

2. Люгер Д.Ф. Искусственный интеллект. Стратегии и методы решения сложных проблем. М.: Вильямс, 2005. 864 с

3. U.Begimqulov Pedagogik ta’lim jarayonlarini axborotlashtirishni tashkil etish va boshqarish nazaryasi va amaliyoti. Pedagokiga fanlari bo‘yicha falsafa foktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. – Toshkent, 2007.- 36 b.

4. E.Chudina, Uzluksiz ta’lim tizimida o‘qituvchining kasbiy va shaxsiy rivojlanishi / E.Chudina // Pedagogik majmua uzluksiz pedagogik ta’limning mintaqaviy tizimi sifatida: ilmiy-amaliy konferentsiya ma’ruza tezislari. - Volgograd: O‘zgarish, 2011. - S. 182-184.

5. E.Klimov, Kasbiy o'zini o'zi belgilash psixologiyasi /E.Klimov. - Moskva: Ed. markazi “Akademiya”, 2010. - 304 b. -ISBN 978-5-7695-5690-6.

O‘QUVCHILARNI INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY PSIXOLOGIK ASOSLARI

Ashurov Ramzidin Ramazonovich

O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti “Amaliy psixologiya” kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
ashurovramzidin@gmail.com
ORCID 0009-0002-4627-532X

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘quvchilarning intellektual rivojlanishini tushuntiruvchi nazariy-psixologik yondashuvlar ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda intellekt tushunchasining psixologik talqinlari, uning kognitiv jarayonlar bilan o‘zaro bog‘liqligi hamda o‘quv faoliyati jarayonida shakllanish mexanizmlari yoritilgan. Shuningdek, ijtimoiy-kognitiv, madaniy-tarixiy va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvlar asosida o‘quvchilarning intellektual rivojlanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar tizimli tahlil qilingan. Maqola natijalari intellektual rivojlanishni ta’lim jarayonida nazariy jihatdan asoslash va samarali pedagogik strategiyalarni ishlab chiqish uchun metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: intellektual rivojlanish, nazariy psixologiya, kognitiv jarayonlar, ijtimoiy-kognitiv yondashuv, madaniy-tarixiy nazariya, shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim.

Аннотация. В статье представлен теоретико-психологический анализ основ интеллектуального развития учащихся. Рассматриваются психологические интерпретации понятия интеллекта, его взаимосвязь с когнитивными процессами и механизмы формирования в учебной деятельности. На основе социально-когнитивного, культурно-исторического и личностно-ориентированного подходов системно анализируются психологические факторы интеллектуального развития учащихся. Материалы статьи служат методологической основой для теоретического обоснования процесса интеллектуального развития в образовательной практике.

Ключевые слова: интеллектуальное развитие, теоретическая психология, когнитивные процессы, социально-когнитивный подход, культурно-историческая теория, личностно-ориентированное обучение.

Abstract. This article provides a theoretical and psychological analysis of the foundations of students' intellectual development. The study examines psychological interpretations of intelligence, its relationship with cognitive processes, and the mechanisms of its formation within learning activities. Based on social-cognitive, cultural-historical, and learner-centered approaches, the psychological factors influencing intellectual development are systematically analyzed. The findings offer a methodological framework for theoretically grounding intellectual development and designing effective pedagogical strategies in education.

Keywords: intellectual development, theoretical psychology, cognitive processes, social-cognitive approach, cultural-historical theory, learner-centered education.

Kirish

Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasida "Maktab va maktabgacha ta'lim-tarbiya jarayonlarini ilmiy asoslangan yondashuvlar asosida takomillashtirish"alohida takidlangan. Mashg'ulotlarni multimedia vositalari asosida tashkil etish, pedagogik muloqot sharoitida ilmiy va innovatsion yutuqlarni amaliyotga joriy qilishning samarali mexanizmlarini yaratish ustuvor vazifa etib belgilandi.

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, voqelikka maksimal darajada moslashtirish maqsadida hukumat tomonidan yaratilayotgan shart-sharoitlar ta'lim tizimining sifatini oshirishga xizmat qiladi.

XXI asrda inson kapitalini shakllantirishda boshlang‘ich ta'lim muhim bosqich hisoblanadi. Bu bosqichda o‘quvchilarning intellektual salohiyatini rivojlantirish - nafaqat metodik yondashuv, balki pedagog shaxsining psixologik fazilatlariga ham bog‘liq. O‘zbekiston Respublikasida ta'lim sifatini oshirish va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash siyosati asosida, ayniqsa boshlang‘ich sinf o‘qituvchisining kasbiy va shaxsiy salohiyatiga yuksak talab qo‘yilmoqda.

Ko‘plab maktablarda pedagogning psixologik tayyorgarligi bilan o‘quvchilarning intellektual rivoji o‘rtasida nomutanosiblik mavjud. Bu holat emotsional barqarorlik, empatiya va reflektiv yondashuv kabi fazilatlarning etishmasligida aks etadi.

Mavzuga oid adabiyotlar sharhi

Mavzuga oid ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, o‘rganilayotgan muammoning nazariy asoslarini chuqur anglash, mavjud yondashuvlarni solishtirish hamda mualliflik pozitsiyasini aniqlash imkonini beradi. Quyida pedagog shaxsining psixologik xususiyatlari va boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining intellektual rivojlanishi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni yorituvchi muhim adabiyotlar sharhi keltirilgan.

Sharq mutafakkirlarining intellekt (aql) haqida bir qancha qarashlari mavjud bo‘lib ular nafaqat sharqda, balki g‘arbda ham ilmiy nazariy jihatdan o‘rganilib kelinmoqda. O‘rta Osiyoning emas, balki yaqin va o‘rta sharqning mashhur allomasi Abu Nasr Forobiydir. U o‘z davrining faylasufi, musiqachisi shoiri va qomusiy olimi sifatida shuhrat qozondi. U aql haqida risola asarida insonning ruhiy jarayonlari

haqida fikr yuritadi. U “Aql haqida risola” asarida insonning ruhiy jarayonlari haqida bir qancha ma’lumotlarni keltiradi. Xususan, Abu Nasr Forobiy inson tomonidan borliqni anglashi, tabiat sirlarini anglashida ilm- fanning rolini hal qiluvchi omil sifatida baholaydi. U inson tanasi, miyasi, sezgi organlari u tug‘ilganidan mavjud bo‘lgan bo‘lsa, aqliy bilimi, ma’naviyati, Forobiyning fikricha, mavjudodning eng buyuk va yetuk mahsuli bu insondir, u o‘zining ongi, aqli, sezish organlari orqali olamni har tomonlama o‘rganish qobiliyatiga egadir. Aql yordamida inson uni o‘rab olgan mavjudodning mohiyatini tushunadi uning fikricha inson tanasi, miyasi sezgi organlari tug‘ilishidan mavjud lekin aqliy bilimi, ruhi intellektual aqliy hislatlari keyinchalik vujudga keladi. Uning aqli, fikri, ruhiy yuksakligining yetuk mahsuli bo‘ladi va inson o‘z bilimlarini aqlini rivojlantirib, so‘ngra mavjudodning ibtidosi boshlanishi haqidagi ilmga etib boradi deb ko‘rsatadi.

Forobiy o‘simlik, hayvon va insonga hos xususiyat va qobiliyatlarini quvvat deb atadi va ularni uchga ajratadi uning quvvatlar haqidagi klassifikatsiyasi organizmdagi jarayonlarni biologik, fiziologik-psixologik va fikrlash jarayonlariga ajratadi. Biologik jarayon barcha tirik organizmga fiziologik-psixologik jarayon hayvonlarga, aqliy jarayon ong faqat insonga xosdir.

Abu Rayhon Beruniy ham o‘z asarlarida insonning barcha mavjudotdan ustunligini uning tafakkuri orqali ekanligini izohlaydi.Shuning uchun ham unga yerdagi barcha hayvonlar bo‘ysunadi, aks holda inson eng kichik hayvondan ham ojiz bo‘lar edi.

Beruniy tashqi olamni bilishni asosan aqlga tayanishi va shuning uchun ham u barcha jonzotdan ustun turishini ta’kidlaydi. Olimning fikricha, aql hodisalarning birini anglashga yordam beradi. Inson aqlga muvofiq bilish orqali olamning mohiyati haqidagi bilimlarni o‘zlashtiradi. Lekin bilimning cheki yo‘q va hamma bilimni tez egallashi mumkin emas. Shuning uchun, inson o‘zi bilib olgan narsa bilan kifoyalanib qolmay, doimo yangi bilimlarni o‘rganishga intilishlari shart. Ularning fikricha inson bilish tushuninish fikrlash muhokama qilish o‘ylab topish kabi iste’dodlarga ega.

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida intellektual rivojlanish omillari masalasi bo‘yicha ko‘plab o‘zbek va xorij olimlari tomonidan o‘rganilgan. Aqliy rivojlanish, kognitiv rivojlanish, o‘quvchilarda kreativ fikrlash bilan bog‘liq masalalar hamma davrlarda ham jamiyat olimlari oldida turgan dolzarb vazifalardan biri bo‘lib qolgan. Intellektual jihatdan rivojlanish shaxsning barcha hayotiy faoliyatlarida yaqqol ko‘zga tashlanadi. Fikrimizga misol tariqasida shuni aytishimiz mumkinki, aynan biz tadqiqot olib borayotgan o‘quvchilarning intellektual jihatdan rivojlanganligi o‘quv faoliyati, shaxsiy rivojlanishi jabhalarida yaqqol ko‘zga tashlanadi. O‘quvchilarning aqliy jihatdan rivojlanish masalasi bevosita ta’lim tizimidagi yangi ta’lim metodlari, innovatsion jarayonlar bilan chambarchas bog‘liq holda namoyon bo‘ladi.

M.G.Davletshin aqliy tushunchalarni qobiliyat tushunchasi bilan bog‘lab o‘rgangan. Qobiliyat shakllanishi va rivojlanishi, birinchidan, ma’lum bir faoliyatga moyillik yoki intilish borligiga va faoliyat natijalarining sifatiga qarab, tegishli tabiiy zehn nishonalarini aniqlash yo‘li bilan, ikkinchidan, mutaxassis rahbarligida

sistemali faoliyatga jalb etish orqali shaxsning tabiiy xususiyatlarini chiniqtirish va rivojlantirish yo‘li bilan, uchinchidan, umumlashgan aqliy operatsiyalarni shakllantirish yo‘li bilan borishi kerakki, bu operatsiyalar umumiy va maxsus axborotni yengil va samarali o‘zlashtirishni rejalashtirgan faoliyat bo‘yicha malaka va ko‘nikmalar hosil qilishni ta’minlasin. Bolalarda qobiliyatlarni o‘sishi ta’lim-tarbiya jarayonida yuzaga keladi. O‘sib kelayotgan yosh avlodda ijodiy faollikni va uning negizida yotuvchi ijodiy qobiliyatni shakllantirish respublika maktablari oldida turgan muhim vazifalardan biridir. Chunki «hozirgi maktabning asosiy vazifasi ta’lim metodlarini, o‘quvchilarning fikrlashlarini taraqqiy ettirish metodlarini takomillashtirishdir».

E.G‘.G‘oziyev O‘zbekistonda tafakkur psixologiyasini keng yoritgan olimlardan biridir. Muallifning fikriga ko‘ra, inson tafakkuri o‘zining mustaqilligi jihatidan mustaqil va nomustaqil tafakkurga ajratiladi. “Tafakkurning mustaqilligi deganda, kishining shaxsiy tashabbusi bilan o‘z oldiga konkret maqsad, yangi vazifalar qo‘ya bilishi, ular yuzasidan amaliy va ilmiy xarakterdagi faraz qilishi, natijani ko‘z oldiga keltira olishi, qo‘yilgan vazifani hech kimning ko‘magisiz, ko‘rsatmasisiz o‘zining aqliy izlanishi tufayli, turli yo‘l, usul va vositalar topib, mustaqil ravishda hal qilishdan iborat aqliy qobiliyatni tushunish kerak”.

E.G‘.G‘oziyev aqliy taraqqiyotning o‘sishini maktabda olinadigan bilimlar ta’minlaydi, deb hisoblaydi. O‘quvchilarni aqliy jihatdan o‘stirish uchun ularni faqat bilimlar tizimi bilangina emas, balki muayyan aqliy faoliyat usullari (tahlil, sintez, taqqoslash, turkumlash, mavhumlashtirish, umumlashtirish, esda olib qolish va boshqalar) o‘quv, ko‘nikma va malakalarni ko‘zda tutish kerakligini ta’kidlaydi. O‘quvchilar aql-zakovatini kamol toptirishda mantiqiy tafakkurning ahamiyati katta, chunki tafakkurning rivojlanishi aqlni qo‘shimcha ma’lumotlar bilan boyitadi [2].

B.R.Qodirov iste’dodga quyidagicha ta’rif beradi: «iste’dod bilim, ko‘nikma yoki malaka emas, balki, aynan shu bilim va malakalarni o‘rganish, o‘zlashtirishni yengillashtiradigan, tezlashtiradigan va shuning evaziga muvafaqqiyatni ta’minlaydigan ichki imkoniyatlar majmuasiga aytiladi»[5].

Z.T.Nishonova o‘quvchilarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish muammosini o‘rgangan. Z.T.Nishonova ijodiy psixologiya asoschisi Dj.Gilfordning intellektual struktura modeliga asoslanib, aqliy qobiliyatlarni uch o‘lchovga, ya’ni, aqliy jarayonlar, aqliy qoniqish va aqliy natijalarga bo‘ladi [6].

Aqliy faoliyat insonning muayyan bilimlarni o‘zlashtirish yoki yangiliklarni ochish bilan bog‘liq psixik faoliyatdir. Tafakkur atrof-muhitdagi voqelikni nutq yordami bilan bevosita, umumlashtirgan holda aks ettiruvchi psixik jarayon, sotsial-sababiy bog‘lanishlarni anglashga, yangilik ochishga va prognoz qilishga yo‘naltirilgan aqliy faoliyatdir.

Xulosa va takliflar

O‘tkazilgan empirik va nazariy tadqiqot natijalari boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining intellektual rivojlanishi ko‘p omilli psixologik-pedagogik jarayon ekanligini ilmiy jihatdan asoslab berdi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, o‘quvchilarning intellekt darajasi nafaqat yoshga bog‘liq rivojlanish qonuniyatlari, balki ularning o‘quv faoliyatiga bo‘lgan motivatsiyasi, tafakkur operatsiyalarining

shakllanganlik darajasi hamda ijtimoiy-psixologik muhit bilan bevosita uzviy aloqadorlikda namoyon bo‘ladi.

Boshlang‘ich ta’lim jarayonida tafakkurning konkret-obrazli bosqichdan mantiqiy-operatsional bosqichga bosqichma-bosqich o‘tishini ko‘rsatadi. Shuningdek, divergent fikrlashning rivojlanishi o‘quvchilarning muammoli vaziyatlarda moslashuvchan va ijodiy yechimlar topish qobiliyatini kuchaytirishi aniqlangan.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, intellektual rivojlanish jarayonida pedagog shaxsining psixologik yetukligi, o‘quvchilarga nisbatan qo‘llaniladigan individual yondashuv hamda qulay psixologik muhitning mavjudligi hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Intellekt darajasi pastroq bo‘lgan o‘quvchilarda kommunikativ faollik, kirishimlilik va ijtimoiy moslashuvchanlik orqali kompensator mexanizmlarning namoyon bo‘lishi esa intellekt tushunchasining faqat kognitiv ko‘rsatkichlar bilan cheklanmasligini ilmiy jihatdan tasdiqlaydi.

Umuman olganda, tadqiqot boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida intellektual rivojlanishni shakllantirish jarayoni tizimli, uzluksiz va psixologik-pedagogik jihatdan muvofiqlashtirilgan ta’sirni talab etishini ilmiy xulosa sifatida asoslab berdi.

Takliflar

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining emotsional barqarorlik, empatiya, kasbiy refleksiya va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar, amaliy seminarlar va malaka oshirish dasturlarini tizimli ravishda amalga oshirish zarur. Mazkur kompetensiyalar pedagogning intellektual rivojlanishni qo‘llab-quvvatlovchi psixologik muhit yaratish qobiliyatini kuchaytiradi.

Divergent va mantiqiy tafakkurni rivojlantiruvchi ta’lim strategiyalarini o‘quv jarayoniga keng joriy etish: O‘quv mashg‘ulotlarini muammoli vaziyatlar, ijodiy va tadqiqotga yo‘naltirilgan topshiriqlar, ochiq tipdagi savollar hamda mantiqiy masalalar asosida tashkil etish orqali o‘quvchilarning intellektual faolligi, moslashuvchan fikrlashi va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirish mumkin.

Past intellekt ko‘rsatkichlariga ega o‘quvchilar uchun individual-korreksion rivojlantiruvchi dasturlarni ishlab chiqish: Psixolog va pedagoglarning hamkorligida o‘quvchilarning individual psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda rivojlantiruvchi-korreksion dasturlarni ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish lozim. Ushbu dasturlarda o‘z-o‘zini baholashni adekvat shakllantirish, ichki o‘quv motivatsiyasini kuchaytirish hamda emotsional regulyatsiya ko‘nikmalarini rivojlantirish ustuvor yo‘nalish sifatida belgilanishi kerak.

Ota-onalar bilan psixologik-ma’rifiy hamkorlikni tizimli asosda kuchaytirish: Oila muhitining o‘quvchilarning intellektual rivojlanishiga sezilarli ta’sirini inobatga olgan holda, ota-onalar uchun psixologik-ma’rifiy seminarlar, treninglar va individual maslahatlar tashkil etish zarur. Bu jarayon ota-onalarda farzandining intellektual rivojlanishiga ongli va mas’uliyatli munosabatni shakllantirishga xizmat qiladi.

Intellektual rivojlanish muammosini o‘rganishda ilmiy-tadqiqot istiqbollarini kengaytirish: Kelgusidagi tadqiqotlarda o‘quvchilarning intellektual rivojlanishini

shaxs motivatsiyasi, emotsional intellekt va ijtimoiy moslashuv ko‘rsatkichlari bilan o‘zaro aloqadorlikda o‘rganishga qaratilgan longitudinal va kompleks tadqiqotlarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir. Bu yondashuv intellektual rivojlanishning uzoq muddatli dinamikasini chuqur tahlil qilish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1.John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives.

2.G‘oziyev E.G‘. Tafakkur psixologiyasi. – Toshkent. «O‘qituvchi» – 1991, 122-123-b.

3.Raven, J. C. (2000). Manual for Raven’s Progressive Matrices and Vocabulary Scales.

4.Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes.

5.Qodirov B.R. “Sinf zukkolarini tanlash metodikasi”. T, 1998 y.

6.Nishonova Z.T. Yuqori sinf o‘quvchilarining aqliy faoliyat usullari va yo‘llarini egallash xususiyatlari. Psixologiya fanlari nomzodi.diss. T.: TDPI. 1993.

7.Битянова, М. Р. Работа с ребенком в образовательной среде: решение задач и проблем развития. Научно-методическое пособие для психологов и педагогов / М. Р. Битянова.- М.: МГППУ, 2007. - 96 с.

8. Ramazonovich, A. R. Interplay of Cognitive Abilities and Intellectual Growth in Elementary Students. Modern Journal of Social Sciences and Humanities 2024, 3(3), 41–44.

9. Ashurov R.R. O‘quv faoliyatida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining fikrlash qobiliyatining intellektual operatsiyalarini rivojlantirish. // Inter education & global study. 2025. №2. B. 639-646.

O‘QUVCHILARDA MOTIVATSIYANING PASAYISH SABABLARI

Berdiyeva Sabohat Rahimovna

Termiz tumani 6-umumta’lim maktabi amaliyotchi psixologi

Xolmurotova Saodat Kuchkinovna

Termiz tumani 29-umumiy o‘rta ta’lim maktab psixologi

Annotatsiya

Ushbu maqolada o‘quvchilarda motivatsiyaning pasayish sabablari, ularning kelib chiqish omillari hamda ta’lim jarayoniga ko‘rsatadigan ta’siri psixologik-pedagogik jihatdan tahlil qilingan. Ishda motivatsiyaning ta’limdagi o‘rni, ichki va tashqi motivatsiya turlari hamda ularning o‘quvchilarning bilim olish faoliyatiga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, motivatsiyaning pasayishiga olib keluvchi asosiy omillar sifatida pedagogik yondashuvlar, psixologik holat, oilaviy muhit, tengdoshlar ta’siri va zamonaviy texnologiyalardan noto‘g‘ri foydalanish masalalari

ko‘rib chiqilgan. Mazkur ish ta’lim sifatini oshirish va o‘quvchilarda barqaror o‘quv motivatsiyasini shakllantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so‘zlar: *motivatsiya, o‘quvchilar, ta’lim jarayoni, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, psixologik omillar, pedagogik yondashuv, o‘quv faoliyati, ta’lim sifati, ijtimoiy muhit.*

Annotation

This article analyzes the reasons for the decline in students’ motivation, their causes, and their impact on the educational process from a psychological and pedagogical perspective. The paper highlights the role of motivation in education, as well as intrinsic and extrinsic types of motivation and their influence on students’ learning activities. It also examines key factors contributing to the decrease in motivation, such as pedagogical approaches, psychological conditions, family environment, peer influence, and the improper use of modern technologies. This work is of scientific and practical importance in improving the quality of education and developing stable learning motivation among students.

Keywords: *motivation, students, educational process, intrinsic motivation, extrinsic motivation, psychological factors, pedagogical approach, learning activity, quality of education, social environment.*

Аннотация

В данной статье анализируются причины снижения мотивации учащихся, факторы её возникновения и влияние на образовательный процесс с психолого-педагогической точки зрения. В работе рассматривается роль мотивации в обучении, а также виды внутренней и внешней мотивации и их влияние на учебную деятельность учащихся. Кроме того, исследуются основные факторы снижения мотивации, такие как педагогические подходы, психологическое состояние, семейная среда, влияние сверстников и неправильное использование современных технологий. Данная работа имеет научно-практическое значение для повышения качества образования и формирования устойчивой учебной мотивации у учащихся.

Ключевые слова: *мотивация, учащиеся, образовательный процесс, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, психологические факторы, педагогический подход, учебная деятельность, качество образования, социальная среда.*

Ta’lim jarayonida o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishi va ichki motivatsiyasi ularning muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Motivatsiya yuqori bo‘lgan o‘quvchilar darslarni faol o‘zlashtiradi, mustaqil fikrlaydi va o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishishga intiladi. Biroq so‘nggi yillarda ayrim o‘quvchilarda o‘qishga bo‘lgan qiziqishning pasayishi kuzatilmoqda. Motivatsiyaning pasayishi o‘quvchilarning bilim darajasiga, darsdagi faolligiga hamda kelajakdagi rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunga o‘qitish usullarining yetarli darajada qiziqarli emasligi, oilaviy muhit, psixologik holat, tengdoshlar ta’siri hamda zamonaviy texnologiyalardan noto‘g‘ri foydalanish kabi omillar sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois, o‘quvchilarda motivatsiyaning pasayish sabablarini o‘rganish va ularni bartaraf etish yo‘llarini aniqlash dolzarb ahamiyat kasb etadi. Bu

mavzuni chuqur tahlil qilish ta’lim sifatini oshirish va o‘quvchilarning o‘qishga bo‘lgan qiziqishini qayta tiklashga xizmat qiladi.

Hozirgi globallashuv jarayonida ta’lim tizimi oldiga qo‘yilayotgan asosiy vazifalardan biri – o‘quvchilarda yuqori darajadagi o‘quv motivatsiyasini shakllantirish va uni barqaror saqlashdan iboratdir. Albert Bandura o‘zining “o‘ziga ishonch” nazariyasi orqali insonning o‘z imkoniyatlariga ishonchi uning faoliyati va muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir qilishini asoslab bergan. Uning fikricha, o‘quvchi o‘zini berilgan vazifani bajara olishiga ishonsa, uning o‘qishga bo‘lgan qiziqishi va motivatsiyasi ham yuqori bo‘ladi. O‘quv motivatsiyasi shaxsning ta’lim faoliyatiga ongli ravishda yo‘naltirilgan ichki va tashqi turtkilar tizimi bo‘lib, u o‘quv jarayonining samaradorligini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biri hisoblanadi. Amaliy kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, so‘nggi yillarda ayrim o‘quvchilarda bilim olishga bo‘lgan qiziqishning pasayishi, o‘quv faoliyatiga nisbatan befarqlikning ortishi hamda ichki motivatsiyaning susayishi tendensiyasi kuzatilmoqda. Bu holat ta’lim natijadorligining pasayishiga, bilimlarni yuzaki o‘zlashtirishga hamda o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanish jarayonining sekinlashishiga olib kelishi mumkin. Edward Deci va Richard Ryan esa “O‘zini belgilash nazariyasi” orqali inson motivatsiyasining shakllanishida uchta asosiy ehtiyoj – mustaqillik, qobiliyatni his qilish va ijtimoiy munosabatlar muhim o‘rin tutishini ko‘rsatgan. Ularning fikricha, shu ehtiyojlar qondirilganda o‘quvchilarda ichki motivatsiya kuchayadi. Shuningdek, bu olimlar ichki va tashqi motivatsiya tushunchalarini ham farqlab berganlar. Ichki motivatsiya - bu o‘quvchining bilim olishga bo‘lgan ichki qiziqishi va xohishi bo‘lsa, tashqi motivatsiya baho, mukofot yoki majburlash kabi tashqi omillar bilan bog‘liqdir. Tadqiqotlarga ko‘ra, ichki motivatsiya o‘quv jarayonida barqaror va samarali natija beradi.

Mazkur muammoning yuzaga kelishida pedagogik jarayonning tashkil etilishi, o‘qitish metodlarining zamonaviy talablarga mosligi, oilaviy muhit, shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli texnologiyalarning o‘quvchilarga ko‘rsatayotgan psixologik ta’siri muhim o‘rin tutadi. Ushbu omillar o‘quvchilarning kognitiv faolligini pasaytirib, o‘quv faoliyatiga nisbatan ijobiy munosabatning shakllanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Shu nuqtayi nazardan, o‘quvchilarda motivatsiyaning pasayish sabablarini ilmiy jihatdan o‘rganish, ularni tahlil qilish hamda samarali pedagogik-psixologik yechimlarni ishlab chiqish bugungi ta’lim tizimi uchun dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Mazkur muammoni chuqur tadqiq etish ta’lim sifatini oshirish, o‘quvchilarning shaxsiy va intellektual rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda muhim ahamiyatga ega.

O‘quvchilarda motivatsiyaning pasayishi murakkab va ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u ichki (psixologik) va tashqi (ijtimoiy-pedagogik) sabablar bilan izohlanadi. Ushbu omillarni to‘g‘ri tahlil qilish muammoning mohiyatini anglashda muhim ahamiyatga ega. Birinchi navbatda, pedagogik omillar muhim o‘rin tutadi. Dars jarayonining bir xilligi, zamonaviy interfaol metodlarning yetarli darajada qo‘llanilmasligi hamda o‘qituvchining o‘quvchi ehtiyojlarini inobatga olmasligi natijasida o‘quvchilarda qiziqish pasayishi mumkin. Ta’lim jarayoni faqat tayyor bilim berishga asoslangan bo‘lsa, o‘quvchida faol ishtirok etish va mustaqil fikrlash kamayadi. Ikkinchi muhim omil - psixologik holatdir. O‘quvchining o‘ziga bo‘lgan

ishonchi pastligi, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish, stress va charchoq kabi holatlar motivatsiyaning susayishiga olib keladi. Shuningdek, o‘smirlik davriga xos emotsional o‘zgarishlar ham o‘qishga bo‘lgan munosabatga ta’sir ko‘rsatadi. Uchinchi omil sifatida oilaviy va ijtimoiy muhitni ko‘rsatish mumkin. Oilada qo‘llab-quvvatlashning yetarli emasligi, nazoratning haddan tashqari kuchli yoki zaif bo‘lishi o‘quvchining o‘qishga bo‘lgan munosabatini salbiy tomonga o‘zgartirishi mumkin. Tengdoshlar ta’siri ham bu jarayonda muhim rol o‘ynaydi.

Schunk, Pintrich va Meece kabi olimlar ta’lim psixologiyasi yo‘nalishida o‘quvchilarning motivatsiyasi, ularning o‘qishga bo‘lgan munosabati hamda o‘qitish usullarining samaradorligini chuqur o‘rganishgan. Ularning ilmiy tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishi faqatgina ichki xohish bilan emas, balki o‘qitish jarayonining tashkil etilishi, o‘qituvchining yondashuvi va o‘quv muhitiga ham bevosita bog‘liqdir.

Mazkur olimlar o‘quvchilarning motivatsiyasi qanday shakllanishi, uni qanday omillar kuchaytirishi yoki aksincha susaytirishini ilmiy jihatdan tahlil qilganlar. Ularning fikricha, o‘quvchi faqat bilim olish jarayonida faol ishtirok etgan, o‘zini erkin his qilgan va muvaffaqiyatga erisha olishini sezgan taqdirdagina uning o‘qishga bo‘lgan qiziqishi ortadi. Olimlarning ishlari o‘quvchilarning nima uchun o‘qishi, ya’ni ularni bilim olishga undovchi ichki va tashqi sabablarni aniqlash hamda ularni qanday usullar orqali qiziqtirish mumkinligini ilmiy asosda tushuntirib beradi. Bu esa ta’lim jarayonini yanada samarali tashkil etish va o‘quvchilarda barqaror motivatsiyani shakllantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, zamonaviy texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlardan noto‘g‘ri foydalanish ham motivatsiyaning pasayishiga sabab bo‘lmoqda. Ko‘p vaqtini telefon va internetga sarflagan o‘quvchi o‘qishga bo‘lgan qiziqishini yo‘qota boshlaydi. Shu bilan birga, o‘quv yuklamasining ortib ketishi, dam olish vaqti yetishmasligi ham o‘quvchilarda charchoq va befarqlikni keltirib chiqaradi. Bu esa o‘z navbatida motivatsiyaning pasayishiga olib keladi.

Yuqorida olib borilgan tahlillar asosida shuni ta’kidlash mumkinki, o‘quvchilarda motivatsiyaning pasayishi ta’lim jarayonining samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab psixologik-pedagogik hodisa hisoblanadi. Motivatsiya o‘quv faoliyatining ichki harakatlantiruvchi kuchi bo‘lib, u o‘quvchining bilim olishga bo‘lgan ongli munosabati, faolligi hamda mustaqil fikrlash darajasini belgilab beradi. Kuzatuv natijalari shuni ko‘rsatadiki, motivatsiyaning susayishi birgina omil bilan emas, balki bir-biri bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan bir qator sabablar - pedagogik yondashuvlarning yetarli darajada samarali emasligi, an’anaviy va bir xildagi dars jarayonlari, oilaviy muhitdagi psixologik qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi, tengdoshlar ta’siri hamda raqamli texnologiyalardan maqsadsiz foydalanish kabi omillar yig‘indisi natijasida yuzaga keladi. Shu bilan birga, o‘quvchilarning yosh va individual psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda ta’lim jarayonini tashkil etish, interfaol va innovatsion pedagogik texnologiyalarni keng joriy etish hamda ijobiy psixologik muhitni shakllantirish motivatsiyani oshirishda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Ayniqsa, o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni rivojlantirish, muvaffaqiyat hissini shakllantirish va ichki qiziqishni kuchaytirish barqaror o‘quv motivatsiyasining

asosiy shartlaridan biridir. Umuman olganda, o‘quvchilarda motivatsiyani rivojlantirish nafaqat ta’lim sifatini oshirish, balki ularning shaxsiy intellektual va ijtimoiy rivojlanishini ta’minlashda ham hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu bois, mazkur muammoni tizimli o‘rganish va amaliy yechimlarni ishlab chiqish zamonaviy ta’lim tizimining ustuvor vazifalaridan biri bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York, NY: Freeman.[1]
2. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York, NY: Plenum Press.
3. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68 [2]
4. Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2008). Motivation in education: Theory, research, and applications (3rd ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.[3]
5. *https://wosjournals.com* › view

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA SUN’IY INTELLEKT VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING AFZALLIKLARI

Abdunabiyeva Dilobar Qo’chqar qizi

O’zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
“Psixologiya” mutaxasissligi 2-bosqich magistranti. Tel.:+998949261402

Annotatsiya: Ushbu tezisda zamonaviy psixologiya sohasida sun’iy intellekt va raqamli texnologiyalarning o’rni hamda ularning amaliy qo’llanilishi tahlil qilinadi. Psixologik diagnostika, onlayn maslahat va terapiya, katta ma’lumotlarni tahlil qilish jarayonlarida sun’iy intellektning imkoniyatlari yoritiladi. Shuningdek, yuz ifodalarini aniqlash, nutq va matnli tahlil, biosensorlar orqali monitoring kabi innovatsion usullar yordamida insonning ruhiy holatini baholash imkoniyatlari ko’rib chiqiladi.

Kalit so’zlar: sun’iy intellekt, zamonaviy psixologiya, raqamli texnologiyalar, psixologik diagnostika, onlayn terapiya, katta ma’lumotlar, yuz ifodalarini tahlil qilish, nutq tahlili, biosensorlar, ruhiy salomatlik.

XXI asr texnologiyalar asri bo’lib, barcha sohalar qatori psixologiya faniga ham katta o’zgarishlar olib kirdi. Ayniqsa, sun’iy intellekt va raqamli texnologiyalar psixologik tadqiqotlar, diagnostika hamda psixologik yordam ko’rsatish jarayonini yangi bosqichga olib chiqdi. Bugungi kunda zamonaviy psixologiya an’anaviy usullar bilan bir qatorda innovatsion texnologiyalardan ham samarali foydalanmoqda.

Sun’iy intellekt -inson intellektiga taqlid qilishga qodir bo‘lgan mashinalar yaratishga qaratilgan fan va texnologiya sohasi. Psixologiyada sun’iy intellekt quyidagi yo’nalishlarda keng qo’llanilmoqda:

1. Psixologik diagnostika

Sun’iy intellekt algoritmlari test natijalarini tez va aniq tahlil qiladi. Masalan, shaxsning hissiy holati, stress darajasi yoki depressiv belgilarini aniqlashda avtomatlashtirilgan dasturlar yuqori aniqlikni ta’minlaydi.

2. Onlayn maslahat va terapiya

Raqamli platformalar va chat-botlar orqali masofaviy psixologik yordam ko’rsatish imkoniyati yaratildi. Bu ayniqsa pandemiya davrida muhim ahamiyat kasb etdi.

Psixologik holatni aniqlash jarayonida sun’iy intellekt quyidagi yo’nalishlarda ishlatiladi:

Yuz ifodalarini aniqlash: Insonning yuz mimikasidan foydalanib, uning emotsional holatini tahlil qilish imkonini beradi. Masalan, Al-facial yoki Affectiva kabi tizimlar insonning kulish, g’amginlik, g’azablanish kabi his-tuyg’ularini avtomatik aniqlaydi.

Nutqni tahlil qilish: Ovoz ohangi, tembr, tezlik va pauzalar asosida shaxsning ruhiy holatini aniqlash mumkin. Bu uslub yordamida stress, xavotir yoki depressiyaga moyillik darajasi baholanadi.

Matnli tahlil: Ijtimoiy tarmoqlarda, bloglarda yoki yozma nutqda ishlatilgan so’zlar va iboralar asosida psixologik holatni baholash mumkin.

Biosensorlar bilan monitoring: Yurak urishi, tana harorati, qonda kislorod miqdori kabi fiziologik ko’rsatkichlar asosida ruhiy holatga oid tahlillar amalga oshiriladi. [1; -157]

3. Katta ma’lumotlarni tahlil qilish

Psixologik tadqiqotlarda katta hajmdagi ma’lumotlarni qayta ishlash muhimdir. Sun’iy intellekt qisqa vaqt ichida murakkab statistik tahlillarni amalga oshirib, aniq ilmiy xulosalar chiqarishga yordam beradi.

Raqamli texnologiyalarning afzalliklari

Raqamli texnologiyalar psixologiya sohasida quyidagi afzalliklarni ta’minlaydi:

Tezkorlik va qulaylik – onlayn testlar va mobil ilovalar orqali istalgan joyda va vaqtda psixologik baholashdan o’tish mumkin.

Maxfiylik – ko’plab insonlar yuzma-yuz suhbatdan ko’ra onlayn maslahatni afzal ko’radi.

Individual yondashuv – sun’iy intellekt foydalanuvchi ma’lumotlariga asoslanib, shaxsiy tavsiyalar beradi.

Masofaviy ta’lim va treninglar – sixologlar uchun vebinarlar, onlayn kurslar va virtual seminarlar tashkil etish imkoniyati kengaydi.

Insoniy tuyg‘ularni chuqur anglashdagi cheklovlar. Sun’iy intellekt tizimlari yuzaki ma’lumotlar matn, mimika yoki ohang orqali tahlil qiladi. Biroq inson tuyg‘ulari chuqur, murakkab va kontekstga bog‘liq bo‘lib, ularni to‘liq anglash har doim ham imkoni bo‘lmasligi mumkin. Ma’lumotlar sifati va biryoqlamalik muammosi. Agar tizim noto‘g‘ri, yetarli bo‘lmagan yoki biryoqlama ma’lumot bilan

“o‘qitilgan” bo‘lsa, unda noto‘g‘ri xulosa chiqarish xavfi yuqori bo‘ladi. Bu esa noto‘g‘ri psixologik baho yoki tavsiyalarga olib kelishi mumkin.

Etika va maxfiylik bilan bog‘liq muammolar. Psixologik ma’lumotlar shaxsiy va nozik hisoblanadi. Sun’iy intellekt tizimlarida ushbu ma’lumotlarning qanday saqlanishi, kimlar foydalanishi yoki noqonuniy tarqalib ketish xavfi jiddiy etika muammolarini keltirib chiqaradi.

Inson bilan bevosita aloqaning yetishmasligi. Sun’iy intellekt texnologiyalari insoniy empatiya va shaxsiy yondashuvni to‘liq almashtira olmaydi. Ba’zi holatlarda inson-terapevt bilan jonli muloqot ruhiy salomatlikni yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Texnologik qaramlik va noto‘g‘ri ishonch. Foydalanuvchilar sun’iy intellektga haddan ortiq ishonib, inson mutaxassislaridan yordam so‘rashni kechiktirishi yoki rad etishi mumkin. Bu esa holatning og‘irlashishiga olib keladi.

Aytish joizki, sun’iy intellekt odamlarni «tushunishi» tahlil qilishidan iborat: xabarlar ohangi – agar odam qayg‘u bilan yozsa, unga hamdardlik bilan javob berishini ko‘rish mumkin. Agar kimdir doimiy ravishda yolg‘izlik haqida so‘rasa, sun’iy intellekt ularda muloqot yo‘qligini taxmin qilishadi. Suhbat kontekstida agar mavzu jiddiy bo‘lsa, hazil bo‘lmaydi.

Ba’zida sun’iy intellekt insonning his - tuyg‘ulariga hatto tirik odamlardan ham yaxshiroq moslasha oladi. U har doim diqqatli: u inson so‘zlarini tahlil qiladi va qo‘llabquvvatlovchi tarzda javob beradi.

Dunyoda boshqalarni xafa qila oladigan odamlar bor va robot hech qachon o‘z xohishi bilan yomonlik qilmaydi. Sun’iy intellekt zarar keltirmaydi – unda shafqatsizlik, nafrat yoki yomon niyat yo‘q. U har doim yordam berishga harakat qiladi, kamsitmaydi yoki xafa qilmaydi.

Sun’iy intellekt ba’zi odamlarga qaraganda ko‘proq «sezgir» bo‘lishi mumkin, chunki u insonning so‘zlaringni tahlil qiladi va yordamni tanlaydi. Sun’iy intellekt mehribon so‘z aytishi mumkin, ammo agar kimdir zarar yetkazmoqchi bo‘lsa, u himoya qila olmaydi. Haqiqiy hamdardlik nafaqat og‘riqni tushunish, balki uning oldini olish uchun harakat qilishdir. Ma’lum bo‘lishicha, sun’iy intellekt yomon odamlardan mehribonroq, lekin yaxshi odamlardan kuchli emas...

Sun’iy intellekt sirli suhbat qura oladi, lekin xotirasi yo‘qligi uchun sir saqlay olmaydi. Inson aytgan hamma narsa faqat chatda mavjud va agar yangi suhbat boshlansa, yo‘qoladi [2; -12]

Kelajakdagi sun’iy intellekt tizimlari yuqori hissiy intellektga ega bo‘lishi kutilmoqda, bu ularga inson his-tuyg‘ularini tushunish va ularga javob berish imkonini beradi. Bu mijozlarga xizmat ko‘rsatish, ruhiy salomatlikni qo‘llabquvvatlash va shaxslararo muloqotni inqilob qilib, odamlar va mashinalar o‘rtasidagi yanada mazmunli o‘zaro munosabatlarni rivojlantirishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati

1. Xatamqulov M. “Raqamli transformatsiya davrida pedagogik ta’limni rivojlantirish istiqbollari” ilmiy maqola. Toshkent: - B. 12

2. Djalilova M. “Yangi O’zbekistonda zamonaviy psixologiya va pedagogikaga doir muammolarni tadqiq etishning transformatsion imkoniyatlari” Xalqaro ilmiy - amaliy konferensiyasi. Toshkent: 2025 - B.157
3. Сергеев С. Ф. Психологические основания проблемы искусственного интеллекта //Мехатроника, автоматизация, управление. – 2011. – №. 7. – С. 2-6.
4. Лебедев А. Н. Искусственный интеллект и психология //Учёные записки Института психологии РАН. – 2023. – Т. 3. – №. 2 (28). – С. 6-22.

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALAR INTELLEKTINING TARAQQIYOT XUSUSIYATLARI

Djuxonova Noxida Xayotjonovna

Farg‘ona davlat universiteti, psixologiya kafedrasi дотценти (PhD)

Kabilova Jamila Tursunovna

Qirg‘iz-o‘zbek xalqaro universiteti Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya:Ushbu maqolada kichik maktab yoshida intellektning taraqqiyot xususiyatlari yoritib berilgan. Mazkur muammo ilmiy jihatdan tadqiq qilingan. Har bir yosh davridagi bolaning intellektini rivojlanishi uni individual xususiyatga ham bog’liq ekanligi borasida xulosa qilingan.

Kalit so‘zlar: intellekt, faoliyat, idrok qilish, bilim, anglash, aql-zakovat, tafakkur

Intellekt muammosi o’zoq yillar davomida o’rganilib kelinayotgan muammolardan biri hisoblanadi. Har qanday jamiyatning taraqqiyoti avvaloodamlarga, ularning ma’naviy salohiyati, aqlu-idrokiga bog‘liq. Alohida odamlar, kichik guruhlarning xatti-harakatlari, faoliyatga, jamiyatga, moddiy va ma’naviy muhitga munosabatlaridan ijtimoiy ong shakllanadi. Rivojlanayotgan jamiyatda ta’lim tizimini rivojlantirishning strategik yo’nalishi – bu insonning turli sohalarda maqsadli mustaqil faoliyati asosida uning intellektual va axloqiy shakllanishidir. Jahonning rivojlangan davlatlari qatori mamlakatimizda ham ta’limidagi islohotlar jarayonida bu masala bosh yo’nalish sifatida qaralmoqda.

Intellekt lotincha so’zdan olingan bo’lib, “anglash”, “tushunish”, ”bilim”, ”idrok qilish” degan ma’noni bildiradi. Intellekt – insonning aqliy qobiliyati; hayotni atrof -muhitni ongda aynan aks ettirish va o’zgartirish, fikrlash, o’qish –o’rganish, dunyoni bilish va ijtimoiy tajribani qabul qilish qobiliyati; turli masalalarni hal qilish, oqilona ish tutish, voqea hodisalarni oldindan ko’ra bilish layoqati tushuniladi.Aql-zakovat, intellekt ko‘proq individual-psixologik xususiyat bo‘lib nisbatan muqimdir, undan kishi foydalanadimi-yo‘qmi, yoki foydalansa qanday maqsadda, qay darajada foydalanadi, imkoniyat sifatida nisbatan kam o‘zgaradigan va bir umrga berilgan xususiyatdir. Insonning ma’naviy hislatlari esa, ijtimoiy ustqurmalardir. Bu xislatlar shu jamiyat ongi, mutaxassisning munosabatlari tizimiga, unga yaratilgan sharoitlarga bog‘liq bo‘lib, uning tashqi va ichki

muhitlarining o‘zgarishi bilan bu xususiyatlar ham, o‘zgarishi (takomillashuvi, mukammallashuvi yoki aksincha, teskari tus olishi) mumkin. Intellekt inson aqliy faoliyatinig, aql-zakovatini, ongli hatti-harakatinig yuksak shakli hisoblanadi. Intellekt tevarak-atrofni, ijtimoiy muhitni hamda voqelikni bilish quroli, shuningdek, insonning keng ko’lamdagi faoliyatini oqilona amalga oshirishning asosiy sharti sanaldi. Intellekt tarkibiga idrok qilish, xotirlash, fikr yuritish, so’zlash va shu kabi psixik holatlar kiradi. Intellektning rivojlanishi tug’ma iste’dod, miya imkoniyatlari, jo’shqin faoliyat, hayotiy tajriba bilan bog’liq. Intellekt saviyasi va darajasi inson faoliyatining natijalariga, shuningdek, psixologik testlarga qarab aniqlash tizimi psixolog olimlar A.Bine, Veksler, Dj.Kettel, E.Xant, X.Ayzenklar tomonidan ishlab chiqilgan.Inson intellekti nutq bilan, til bilan o’zviy aloqada bo’lganligi sababli maktabgacha yosh davridagi bolalar fikr yuritishi ya’ni intellektning vujudga kelishi va rivojlanishi ularning lug’at boyligi bilan o’lchanadi. Biroq ularda ko’rgazmali- harakat, ko’rgazmali- obrazli tafaklkur turlari so’z bilan bevosita ifodalanadigan intellektdan oldinroq namoyon bo’ladi .

O’qish faoliyati kichik maktab yoshidagi o’quvchining aql-idroki, sezgirligi, kuzatuvchanligi, eslab qolish, esga tushurish imkoniyatlarini rivojlish uchun muhim shart-sharoitlar yaratadi, hisoblash malakalarini shakllantiradi. Mazkur ta’lim jarayonida ularning bilimlari ko’lami kengayadi, bilimga qiziqishlari ortadi, ijodiy izlanish qobiliyati rivojlanadi, ularda tafakkurning faolligi, mustaqilligi ortadi, aqliy imkoniyatini ishga solish vujudga keladi. Mazkur yoshdagi bolalar o’z idroklarining aniqligi, ravonligi, o’tkirligi bilan boshqa yosh davrdagi insonlardan keskin farq qiladi. Ular har bir narsaga berilib, o’ta sinchkovlik bilan qarashlari sababli idrokning muhim xususiyatlarini o’zlashtirish imkoniyatiga ega bo’ladilar.

7-10 yoshdagi o’quvchining idroki.uning xatti-harakati, uyini va mehnat faoliyati bilan bevosita bog’liqdir. O’quvchi o’zining ehtiyoji, mayli, qiziqish va intilishi turmushi sharoitiga mos, shuningdek o’qituvchi tavsiya etgan narsalarni idrok qiladi.

Maktabga birinchi sinfga kelgan bola predmetlarning rangi, shakli va kattaligini, ularni makonda joylashishini bilish bilan birga ularni taqqoslay oladi. Maktabda muvaffaqiyatli o’qish uchun bola sensor rivojlanganlik darajasini yuqori bo’lishi juda muhim. Maktab yoshiga kelib normal rivojlanayotgan bola rasm va suratlar real xayotni aks ettirayotganligini yaxshi tushunadilar. Shuning uchun ham surat va rasmlarda nimalar aks etganini real xayotga taqqoslagan xolda bilishga harakat qiladilar. Bola rasmlarda atrof-xayotdagi narsalarni kichiklashtirib tasvirlanganligini anglay biladilar. Bu tasvirlar bolalarda estetik va badiiy didni rivojlantiradi. Chunki bola shu rasmlar orqali olam go’zalligini turfa ranglardan iborat ekanligini anglaydi, ajratadi va o’z munosabatini bildira oladi.

Tafakkurning rivojlanishini kichik maktab yoshidagi bola psixikasining sog’lomligida uning bilish faolligida ko’rish mumkin. Bolaning qiziquvchanligi asosan atrof-olamni bilish, o’rganishiga qaratilgan bo’ladi. Bola o’ynab turib olam sir-sinoatlari, sabab-hodisalari va bog’liklaridan xabardor bo’lishga intiladi. Masalan, bola o’zi mustaqil ravishda qanday predmetlar suvda cho’kishi, qaysilari esa suzishini tadqiq qila oladi. Bola aqliy munosabatlarda faol bo’lsa, u shunchalik ko’p savol beradi va bu savollar asosan xilma-xil bo’ladi. Bolani qor, yomg’ir

qanday yog'ishi, quyosh kechasi kayerda bo'lishi, mashina qanday qilib yurishi, yerdan osmongacha necha kilometr ekanligini bilish juda qiziqtiradi. Bu ularning juda ko'p asosan «Nima uchun?», «Qanday qilib?», «Nima orqali?» savollariga javob olishga qaratilgan bo'ladi. Bu yoshdagi bolalar asosan o'zlari ko'rib turgan narsa haqida chuqurroq fikr yurita oladilar. Demak, kichik maktab yoshidagi bolalar tafakkurining asosiy turi obrazli tafakkurdir.

6-10 yoshli bola albatta mantiqiy ham fikrlay oladi, lekin bu yosh asosan ko'rganlariga tayanib ta'lim olishga senzetiv bo'lgan davr hisoblanadi. So'zsiz bugungi jamiyatimizda bolalarning aqliy rivojlanishi yangi bilimlarni tuzilish tipiga ham bog'lik bo'lib, ular ma'lum darajada shakllangan kattalar tomonidan tuziladi. Chunki intellektual rivojlanish ijtimoiy omillar bilan belgilanadi - individ ijtimoiy munosabatlar bilan o'zgaradi. Bolaning maktabda muntazam - ravishda o'qishga o'tishi uning atrof-hayotdagi narsa-xodisalarga nisbatan fikrini va munosabatlarini o'zgarishiga olib keladi. Kichik maktab yoshdagi o'quvchilarning tafakkuri mantiqiy fikrlash, muloxaza yuritish, xukm va xulosa chiqarish, taqqoslash tahlil qilishning turli usullarini qo'llashdek o'ziga xos xususiyatlari bilan maktabgacha yoshdagi bolalardan va o'smirlardan farq q. Ta'lim jarayonida tafakkur operatsiyalariga, mustaqil fikrlashga o'rgatish kichik maktab yoshdagi o'quvchilarni kamol toptirishning garovidir.

O'quv faoliyat psixik funktsiyalarni yuqori rivojlanganlik darajasini talab etadi. Bolaning diqqati,xotira va tasavvuri mustaqil tus ola boshlaydi. Lekin odatdagi xolat va vaziyatlarda bolaga o'z psixik funksiyalarini yuqori darajada tashkil etish hali birmuncha qiyinroq.

6,7-10,11 yoshli bolalar bilish jarayonlaridagi ixtiyoriylik irodaviy zo'riqish asosidagina, bola o'zini atrofdagilarning talabi yoki shaxsiy harakati intilgandagina yuzaga kelishi mumkin.

Boshlang'ich sinf o'quv materiallarining yaqqolligi, yorqinligi, jozibadorligi, o'quvchida beixtiyor xis-tuyg'ular uyg'otadi, irodaviy zo'riqishsiz, osongina fan asoslarini egallash imkonini beradi. 1 -2 sinf o'quvchilari diqqatining o'ziga xos xususiyatlaridan biri uning yetarlicha barqaror emasligidir. Shuning uchun ham ular diqqatlarini muayyan narsalarga qarata olmaydilar va diqqat obyektda uzoq tura olmaydi.

Bolaning xayoli tevarak-atrof taasurotlari, tasviriy san'at asarlarini yetarli darajada aks ettirishda vujudga keladi. Obrazlar, shartli belgilar, tabiat manzaralari jamlanib o'quvchilarda xayol paydo bo'ladi.O'quv faoliyati boladan berilgan o'quv materiallarini eslab qolishini talab etadi. O'qituvchi o'quvchisiga nimalarni eslab qolishi zarurligi haqida ko'rsatmalar beradi. O'quvchi nimani eslab qolishi kerakligini takrorlaydi, uni tushunib olishga harakat kiladi.Lekin bu yoshda ixtiyorsiz xotira shubxasiz ustunlik qiladi.Bolaning xotirasida saqlab qolishini asosan uning ishga bo'lgan qiziqishi belgilab beradi. O'quv materialini tushunish eslab qolishning asosiy sharti hisoblanadi.

Psixolog Piaje tadqiqotlarida 6-7 yoshli bolalardan turli xil balandlikdagi idishlardagi suv miqdorini belgilash so'ralgan. Va bolalar suv miqdorini bir-biri bilan teng bo'lgan idishlarda ko'rganlaridan so'nggina o'z javoblari noto'g'riligni bilganlar.Kichik maktab davrida tasavvur asosan bolalar rasm chizishda, shuningdek

ertak va hikoyalar to'qiyotganlarida rivojlanadi. Kichik maktab yoshidagi bolalar tasavvuri juda keng va xilma-xil bo'ladi. Ayrim o'quvchilar asosan real borliqni tasavvur etsalar boshqalari fantastik obraz va vaziyatlarni tasavvur etadilar.

Kichik maktab yoshidagi bolalarni o'qitish jarayoni o'quv faoliyatining asosiy komponetlari o'quv vaziyatlari,o'quv harakatlari,nazorat etish va baholash bilan(V.V.Davidov bo'yicha)tanishtirishdan boshlanadi. Bu borada barcha predmetli harakatlar aqliy rivojlantirishga qulay bo'lgan sharoitda amalga oshirilishi juda muhim. Agar bola o'quv harakatlarini notugri bajarsa bu uning o'quv harakatlarini yo nazorat va baholash bilan bog'liq harakatlarni bilmasligi yoki ularni yaxshi egallamaganligidan bo'lishi mumkin.

Olingan natijalar asosida quyidagicha xulosa keldik.

1. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda intellektning taraqqiyot xususiyatlarini yoshga proporsional tarzda rivojlanib boradi.
2. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda intellektning taraqqiyotiyoshga bog'liq tarzda rivojlanib borsada, har bir yosh davridagi bolaning intellektini rivojlanishi uni individual xususiyatga ham bog'liq.
3. Bola intellektini rivojlanib borishi olamni bilish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Djuhonova, N. (2020). PREPARING STUDENTS FOR FAMILY LIFE AS A PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL PROBLEM. In Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества (pp. 68-71)
2. Djuhonova N. H. PREPARING YOUNG PEOPLE FOR FAMILY LIFE ON THE BASIS OF A HEALTHY LIFESTYLE //Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. – 2020. – С. 397-400.
3. Djuhonova, N. H. "PREPARING YOUNG PEOPLE FOR FAMILY LIFE ON THE BASIS OF A HEALTHY LIFESTYLE." Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. 2020.
4. Abdukadirova L. Y., Mirzajonova E. T. The importance of reading competencies in the context of the "industry 4.0" industrial revolution //ACADEMICIA: AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL. – 2021. – Т. 11. – №. 1. – С. 205-210.

SOTSIAL IQTIDORNING PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR PREDMETI SIFATIDA

Muhammadrasul Ibrogimov

O'zMU Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Annotatsiya: Sotsial iqtidorlilar kelgusidagi ijtimoiy xizmat sohalarida faoliyat olib boruvchi yaxshi xodim va boshqaruvda yetakchilar bo'lib yetishuvchi shaxslar hisoblanadi. Shu bois boshqaruv muhitida iqtidorga ega bo'lgan shaxslarni kamol toptirish eng muhim muammolardan hisoblanadi. Maqolada talabalar sotsial

iqtidorining psixologik xususiyatlari borasidagi jahon psixologiyasidagi izlanishlar asosida bir qator aniqlovchilarni yoritishga erishilgan. Sotsial iqtidor bilan iqtidorning boshqa turlari o'rtasidagi tafovutlar psixologik fenomenning o'ziga xosligini ifodalagan.

Kalit so'zlar: Iqtidor, sotsial iqtidor, fenomen, bolalar iqtidori, psixika, yosh davrlar, umumiy intellekt, sotsial intellekt.

Sotsial iqtidorni psixologiyada o'rganilishi iqtidorning boshqa turlarini tadqiqotlariga nisbatan zamonaviy tadqiqotlar sirasiga kiradi. Sotsial iqtidorni o'rganilishi XX asr boshlarida shaxsning individual xususiyatlarini o'rganishda iqtidorga alohida e'tibor qaratila boshlangan so'ng iqtidorning alohida shakllarini o'rganishga e'tibor qaratila boshlanishidan yangi bosqichga chiqdi. Bunda sotsial iqtidorni tavsiflovchi xususiyatlardan biri sotsial intellektni o'rganish asosida sotsil iqtidorni o'rganishning amaliy bosqichiga o'tiladi.

Sotsial intellekt tushunchasini ilk bor E.Torndayk fanga olib kirgan bo'lib, u sotsial intellektni shaxslararo munosabatlarda muvaffaqiyatga erishish va boshqa insonlarni boshqara olish mahorati deb ta'kidlaydi.[5.23] E.Torndaykdan tashqari sotsial intellektni o'rganilishida G.Ollport, J.Gilford, G.Gardner, M.I.Bobnev, V.N.Kunitsinalar o'zlarining hissalarini qo'shishgan .

Sotsial intellektni tahlil etish bo'yicha dastlabki amaliy izlanishlarni amalga oshirganlardan G.Ayzenk hisoblanadi. G.Ayzenk intellektning uch shaklini ajratib ko'rsatadi: biologik, psixometrik, sotsial intellekt shakllari. U ushbu intellekt shakllarini bir-biri bilan bog'liq intellekt shakllari sifatida ko'radi va o'z modelini taklif qiladi.[1.123.] Mazkur modelga asosan biologik intellekt intellektlar tizmida dastlabki intellekt shakli sifatida qaraladi. Biologik intellektning o'zini esa Ayzenk xulq-atvorning bosh miya faoliyati va tarkibi bilan bog'liq qismi sifatida tushuntiradi. Biologik intellekt o'z navbatida psixometrik intellekt tarkibidagi intellekt sifatida qaraladi. Psixometrik intellektni Ayzenk Intellekt koefissientida (IQ) aks etishinii ta'kidlaydi. G.Ayzenkning intellekt modelida sotsial intellekt intellekt tizimida eng yuqori pog'onada joy olgan bo'lib, ushbu intellekt o'z ichida yuqoridagi ikkala intellektni mujassamlashtirgan.

J.Gilford sotsial intellektni o'lchov nuqtai nazari bilan o'rgangan dastlabki tadqiqotchi olimlardandir. J.Gilford sotsial intellektni o'rganish bo'yicha test ishlab chiqadi. Shuningdek u intellekt modelini ishlab chiqadi. Gilford tomonidan taklif qilingan intellekt modeliga ko'ra intellekt uch o'zgaruvchi oralig'ida tavsiflanadi: taqdim qilingan ma'lumotlarni mazmuni, ma'lumotlarni qayta ishlash operatsiyalari, ma'lumotlarni qayta ishlash natijalari. Ushbu tavsifiy xususiyatlarni faollashtiruvchi vosita sifatida Gilford bilish jarayonlarini ko'rsatadi.

XX asrning ikkinchi yarmidan, xususan XX asrning 80 yillaridan boshlab yuqorida ta'kidlanganidek hamma iqtidor shakllari keng o'rganilishi qatorida sotsial iqtidorni o'rganish tadqiqotlarida ham amaliy o'zgarishlar yuz bera boshlandi. Bunda sotsial iqtidorning tarkibiy tuzilmasiga kiruvchi sotsial inttellekt va emotsional intellektni o'rganish orqali sotsial iqtidorning asosiy mezonlarni aniqlashda ilmiy izlanishlar amalga oshirilgan. 1980-yillarda G.Gardner intellektning shaxsning ichki va shaxslararo shakllarga bo'luvchi modelni taklif qiladi. Ushbu modelga ko'ra intellekt shakllari quyidagicha izohlanadi:

1. Ichki shaxsiy intellekt – o‘zining ichki psixik jarayonlarini, o‘zini, imkoniyatlarini, ehtiyojlarini, motivlarini anglash.
2. Shaxslararo intellekt – boshqalarning hislarini, holatini tushuna olish.

G.Gardner tomonidan ishlab chiqilgan ushbu sotsial iqtidorning individual hamda ijtimoiy ahamiyatini belgilab bergan. Mazkur intellekt modeli sotsial iqtidorni erta aniqlashda, shuningdek sotsial iqtidorni rivojlantirishda zaruriy tadbirlarni amalga oshirishda asos bo‘lib xizmat qiladi.

Sotsial intellektni o‘rganish bo‘yicha amalga oshirilgan tadqiqotlar emotsional intellekt tushunchasi to‘g‘risidagi masalada bahslarni keltirib chiqardi. Dastlabki davrlarda emotsional intellekt sotsial intellekt bilan bir xil ma’noda degan qarash fanda asosiy o‘rin tutgan bo‘lsa, keyinchalik emotsional intellektning alohida xususiyatlar bilan sotsial intellektdan farqlanishi qayd etildi.

Emotsional intellektni o‘rganishdagi izlanishlar XX asr boshlarida tizimlashmagan holda amalga oshirila bishlandi. Bu davrda izlanishlar inson emotsiyalarining turlichaligiga sabab bo‘luvchi omillar, emotsiyalarning keltirib chiqaradigan sabablar, insonning emotsiyalarini boshqara olishda irodaning o‘rni va shu kabi emotsiyaga bog‘liq jihatlarni o‘rganish bilan amalga oshirilgan. Emotsiya va uni boshqarish muammosi bilan Z.Freyd jiddiy shug‘ullangan. U Qadimgi davr hukmdorlari tomonidan belgilangan qonunlar(masalan “Xammurapi qonunlari”) emotsiyalarni namoyon qilishni nazorat qilish hamda qat’iy tizimlashtirishdagi dastlabki urinishshlar deb ta’kidlagan.

XX asr 1920- va 1930-yillarda inson emotsiya sohasini fanda sotsial intellektning bir tarkibiy tuzilmasi sifatida qarash majud edi. Bu davrda sotsial intellektni o‘rganish bo‘yicha bir qancha psixometrik o‘lchov metodikalari ishlab chiqildi. Mazkur metodikalarda insonning emotsiyalari va emotsianal nazorati, o‘z emotsiyalarini anglash kabi holatlar metodiklarning o‘rganilishi zarur shkalalar yoki xususiyatlar sifatida kiritildi. 1937 yilda R.Torndayk va S.Sternlar sotsial intellektni aniqlash metodikalari masalani yetarlicha ochib bera olmasligini tasdiqlashdi [4.79-80.].

1940 yillarga kelib insonning noodatiy xususiyati deb hisoblangan sotsial va emotsional intellektga nisbatan qarashlar birmuncha o‘zgardi. Shu davrga kelib D.Veksler inson qobiliyatlarini “intellektual” va “nointellektual” guruhlarga ajratadi.[3.36.] Birinchi guruh tarkibida insonning bilish jarayoni bilan bog‘liq xususiyatlar olingan bo‘lsa, ikkinchi guruhga shaxsning affektiv, emotsional jihatlar asos qilib olingan.

1960 yillarda emotsional intellektni mustaqil psixologik tushuncha sifatida o‘rganila boshlandi. Ushbu tushunchani 1964 yilda ilk bor M.Beldok hamda 1966 yilda X.Lyoyner ishlarida tilga olishadi. Aynan ularning ilmiy yangiligi emotsional intellekt masalasini psixologiyada o‘rganiluvchi mustaqil masalalar qatoriga qo‘yadi.[2.108-109.]

M.Beldok va X.Lyoyner izlanishlari asosida 1975 yilda K.Shtayner “Emotsional savodxonlik” konsepsiyasini ishlab chiqadi. Shu konsepsiya asosida K.Shtayner emotsional savodxonlik treningini ishlab chiqadi. Emotsional savodxonlik tushunchasini K.Shtayner 5 qismga ajratadi:

- o‘z hissiyotlarini anglash;

- empatiyaning mavjudligi;
- o‘z emotsiyalarini boshqara olish qobiliyati;
- emotsional muammolarga yechim topa olish layoqati;
- emotsional intefaollik.

Emotsional intellektning o‘rganish bo‘yicha amaliy va nazariy o‘rganish rivojlanishi XX asr 80-90 yillariga to‘g‘ri keladi. Aynan shu davrga kelganda yuqorida ta’kidlanganidek sotsial intellektni o‘rganish bo‘yicha ilmiy izlanishlarning boshlandi. 1985 yilda U.Peyn tomonidan emotsional intellekt rivojlanishiga bag‘ishlangan “Emotsiyani o‘rganish: emotsional intellekt rivojlanishi” asari e’lon qilinadi.

Emotsional intellektni o‘rganish bo‘yicha izlanishlardan yana biri 1990 yillarda D.Goulman tomonidan amalga oshirilgan. D.Goulman insondagi emotsional sohaning rivojlanish jarayoni va emotsional intellektning tarkibiy shakllanishi bo‘yicha o‘z izlanishlarini olib borgan. D.Goulman emotsional kompetentlik tarkibiy modelini ishlab chiqadi:

1. Shaxsiy kompetentlik (O‘zinmizni nazorat qila olishimizni tvsiflovchi kompetensiya).
2. O‘z-o‘zini anglash (O‘z ichki holatini, imkoniyatlarini anglash).
3. O‘zini nazorat qila olish (O‘z ichki holati va reaksiyalar bilan kurasha olish layoqati).
4. Motivatsiya(Maqsadga yo‘naltiri turuvchi va unga yetishishni osonlashtiruvchi emotsional moyilliklar).
5. Sotsial kompetentlik (Munosabatlarni qay daraja to‘g‘ri qo‘ya olish).
6. Empatiya (Boshqa insonlarning ehtiyojlarini, hislarini anglash).
7. Ijtimoiy ko‘nikmalar (Boshqalarda o‘zi hoxlagan reaksiyani uyg‘ota olish).

Sotsial iqtidor, emotsional va sotsial intellekt tadqiqotlarni uzviyligini ta’minlash maqsadida D.Goulman boshchiligida Rutger universitetida maxsus bo‘lim tashkil etilgan.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Айзенк Г.Ю. Интеллект: Новый взгляд // Вопросы психологии.. — 1995. — № 1. — С. 111-131.
2. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Методы диагностики эмоционального интеллекта // Современная зарубежная психология. 2019. Т. 8. № 4. -С. 106—114.
3. Cherniss, C. (2007). The role of emotional intelligence in the mentoring process. In B. R. Ragins & K. E. Kram (Eds.), *The handbook of mentoring.* (pp. 427-446). Thousand Oaks, CA: Sage.
4. Goleman, D., & Boyatzis, R. (2008). Social Intelligence and the Biology of Leadership.. *Harvard Business Review, 86*(9), 74-81.
5. Thorndike E.L. Intelligence and its uses // Harper’s Magazine. — 1920. — № 140. — P. 227—235.

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYA PARADIGMASIDA INTELLEKTUAL TIZIMLAR BILAN MULOQOTNING INTEGRATIV TAHLILI

Abdurashidova E'zoza

Renessans ta`lim universiteti Pedagogik fakulteti
Psixologiya yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy psixologiya paradigmasi doirasida intellektual tizimlar va inson muloqotining ta'lim hamda kognitiv rivojlanishga ta'siri integrativ tahlil qilinadi. Yaqin rivojlanish zonasi, kognitiv rivojlanish bosqichlari va "kengaytirilgan aql" konsepsiyasi asosida sun'iy intellektning tafakkur hamda metakognitiv ko'nikmalarga ta'siri yoritiladi. Tahlillar natijasida intellektual tizimlar shaxsiylashtirilgan ta'limni rivojlantirsa-da, ayni paytda shaxsning kognitiv mustaqilligiga jiddiy xatar tug'dirishi mumkinligi haqidagi ilmiy xulosalar ilgari suriladi.

Kalit so'zlar: intellektual tizim, sun'iy intellekt, kognitiv rivojlanish, ta'lim psixologiyasi, yaqin rivojlanish zonasi, metakognitsiya, raqamli avlod, integrativ yondashuv.

Аннотация: В данной статье проводится интегративный анализ влияния интеллектуальных систем и человеческого общения на образование и когнитивное развитие в рамках современной психологической парадигмы. Освещается влияние искусственного интеллекта на мышление и метакогнитивные навыки на основе ближайшей зоны развития, этапов когнитивного развития и концепции "расширенного интеллекта." В результате анализа выдвигаются научные выводы о том, что интеллектуальные системы, хотя и способствуют персонализированному обучению, в то же время могут представлять серьезную угрозу для когнитивной независимости личности.

Ключевые слова: интеллектуальная система, искусственный интеллект, когнитивное развитие, психология образования, зона близкого развития, метакогниция, цифровое поколение, интегративный подход.

Abstract: This article provides an integrative analysis of the impact of intellectual systems and human communication on education and cognitive development within the framework of the modern psychological paradigm. The impact of artificial intelligence on thinking and metacognitive skills is highlighted based on the close development zone, stages of cognitive development, and the concept of "extended intelligence." As a result of the analysis, scientific conclusions are put forward that while intelligent systems promote personalized learning, they can also pose a serious threat to an individual's cognitive independence.

Keywords: intellectual system, artificial intelligence, cognitive development, educational psychology, close development zone, metacognition, digital generation, integrative approach.

XXI asr — raqamli transformatsiya va sun'iy intellekt asri sifatida insoniyat tarixida tubdan yangi bosqichni boshlab berdi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti

Sh.M. Mirziyoyev ta'kidlaganidek, "Bugungi kunda raqamli texnologiyalar va sun'iy intellektni ta'lim tizimiga keng joriy etish — bu nafaqat zamon talabi, balki yosh avlodning kelajagi uchun zaruratdir" [1, b.15]. Mamlakatimizda "Raqamli O'zbekiston — 2030" strategiyasi va ta'limni rivojlantirish bo'yicha qabul qilingan qator dasturlar intellektual tizimlardan oqilona foydalanish masalasini birinchi o'ringa qo'ymoqda [2, b.42]. Bugungi ta'lim makonida ChatGPT, raqamli o'qituvchi-yordamchilar va adaptiv ta'lim platformalari kabi intellektual tizimlar talabalarning kundalik kognitiv faoliyatining ajralmas qismiga aylandi. Ushbu jarayon zamonaviy psixologiya paradigmasi oldiga yangi savollarni qo'ymoqda: intellektual tizimlar bilan muloqot inson tafakkurini rivojlantiradimi yoki aksincha, uning mustaqilligini susaytiradimi? Mazkur maqolada bu masala integrativ yondashuv asosida tahlil qilinadi.

Intellektual tizim — bu insonga xos bo'lgan kognitiv funksiyalarni modellashtiradigan va ma'lum darajada amalga oshiradigan dasturiy-texnik majmua. Zamonaviy psixologiya paradigmasi nuqtai nazaridan, bunday tizimlar bilan muloqot oddiy "foydalanuvchi-vosita" munosabati emas, balki o'ziga xos psixologik o'zaro ta'sir hodisasidir. Madaniy-tarixiy nazariyaga ko'ra, inson kognitiv rivojlanishi madaniy vositalar yordamida amalga oshadi [3, b.123]. Intellektual tizimlar XXI asrning yangi madaniy vositasi sifatida shaxsning yaqin rivojlanish zonasi chegaralarini kengaytirishi mumkin. Boshqacha aytganda, AI-yordamchi bilan muloqot orqali o'quvchi mustaqil bajara olmaydigan murakkab vazifani amalga oshira oladi. Kognitiv rivojlanish nazariyasi nuqtai nazaridan esa, intellektual tizimlar bilan o'zaro ta'sir assimilyatsiya va akkomodatsiya jarayonlarini yangi sifat darajasiga ko‘taradi [4, b.95]. Talaba yangi raqamli ma'lumotni o'zining mavjud kognitiv sxemalariga kiritadi va ularni o'zgartiradi. Demak, zamonaviy psixologiya paradigmasi intellektual tizimlarni inson psixikasi rivojlanishining tashqi vositasi emas, balki uning ajralmas integrativ qismi sifatida ko'rib chiqishni talab qiladi [5, b.528]. Intellektual tizimlar bilan muntazam muloqot inson kognitiv sohasida bir qator o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. "Kengaytirilgan aql" konsepsiyasiga muvofiq, raqamli vositalar inson tafakkurining tashqi davomi sifatida xizmat qiladi va kognitiv yukni qisman o'z zimmasiga oladi [7, b.86]. Bu jarayon ikki yoqlama tabiatga ega.

Ijobiy tomondan, AI bilan muloqot metakognitiv ko'nikmalarni — o'z bilim jarayonini boshqarish, savol qo'yish va tahlil qilish qobiliyatini rivojlantiradi. O'quvchi AI-yordamchidan to'g'ri natija olish uchun aniq, mantiqiy va mantiqiy savol shakllantirishni o'rganadi, bu esa tanqidiy tafakkurning rivojlanishiga xizmat qiladi [9, b.224]. Shuningdek, intellektual tizimlar shaxsiylashtirilgan ta'limni ta'minlab, har bir o'quvchining individual sur'ati va idrok xususiyatlariga moslashadi [10, b.5]. Salbiy tomondan esa, doimiy ravishda tayyor javoblarga murojaat qilish "kognitiv tanballik" (cognitive offloading) hodisasini keltirib chiqaradi: e'tibor diqqati qisqaradi, xotira yuklamalari kamayadi, mustaqil tahlil va sintez qilish ko'nikmalari susayadi [6, b.248]. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ma'lumotni mustaqil izlash o'rniga AI-dan tayyor olishga o'rgangan o'quvchilarda chuqur o'rganish jarayoni yuzaki o'rganishga o'rin bo'shatib bermoqda. Mamlakatimiz

yoshlari orasida o'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatdiki, talabalarning aksariyati muntazam ravishda AI-vositalardan ta'lim maqsadlarida foydalanmoqda [8, b.196].

Mening fikrimcha zamonaviy psixologiya paradigmasi nuqtai nazaridan intellektual tizimlar bilan muloqot — bu pedagogik, kognitiv va shaxsiy rivojlanish jarayonlarining yangi integrativ omili sifatida e'tirof etilishi lozim. Tahlillar shuni ko'rsatdiki, AI-yordamchilar yaqin rivojlanish zonasini kengaytirish, ta'limni shaxsiylashtirish va metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirish nuqtai nazaridan katta imkoniyatlarga ega. Ayni paytda, kognitiv tanballik, mustaqil tafakkur susayishi va akademik halollik muammolari jiddiy xatarlar sifatida saqlanib qolmoqda.

Ushbu ikki yoqlama tabiatni hisobga olgan holda, ta'lim tizimida quyidagi integrativ yondashuvni amalga oshirishni taklif etaman:

1. AI-savodxonlikni umumiy ta'lim mazmuniga kiritish orqali talabalarda algoritmlarning ishlash prinsipini tushunishni shakllantirish;
2. O'qituvchilar uchun intellektual tizimlardan didaktik vosita sifatida foydalanish bo'yicha metodik tayyorgarlik tizimini yo'lga qo'yish;
3. Mustaqil tafakkur va tanqidiy yondashuvni rivojlantiruvchi, tayyor javob berish imkoni cheklangan ijodiy vazifalarga ustuvorlik berish;
4. AI bilan muloqotning psixologik oqibatlarini, ayniqsa o'smirlarning kognitiv mustaqilligiga ta'sirini muntazam monitoring qilish.

Faqat shunday integrativ yondashuv asosida intellektual tizimlar inson kognitiv rivojlanishining samarali "aqlli sherigiga" aylanishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. — Toshkent: "O'zbekiston", 2021. — 464 b.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-6079-son Farmoni. — Toshkent, 2020-yil 5-oktabr.

3. Vygotskiy L.S. Tafakkur va nutq. — Moskva: Pedagogika, 1982. — 504 b.

4. Piaget J. Bolaning ruhiy rivojlanishi / Tarjima. — Toshkent: O'qituvchi, 2018. — 256 b.

5. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: "Universitet", 2020. — 528 b.

6. Karimova V.M. Raqamli avlod va kognitiv rivojlanish muammolari. — Toshkent: "Sharq", 2022. — 248 b.

7. Luckin R. Machine Learning and Human Intelligence. — London: UCL Press, 2018.

8. Nishonova Z.T. Yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va zamonaviy texnologiyalar. — Toshkent: TDPU, 2023. — 196 b.

9. Umarova N.Sh. O'smirlar va o'spirinlar psixologiyasi. — Toshkent: "Ilm Ziyo", 2021. — 224 b.

10. UNESCO. Artificial Intelligence in Education. — URL: unesco.org, 2023.

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA PSIXODIAGNOSTIKANING ZAMONAVIY USULLARI: RAQAMLI TESTLAR VA KUZATUV TEXNOLOGIYALARI

Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li
Qo'qon universiteti, pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
afzalxumoyun@gmail.com

Mahsudova Muslimaxon Erkinjon qizi
Qo'qon universiteti, maktabgacha ta'lim yo'nalishi 1-kurs MT 4-25 guruh talabasi
mustafohon21@gmail.com

Annotatsiya

Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarning psixologik rivojlanishini baholashda qo'llaniladigan zamonaviy psixodiagnostika usullari, xususan raqamli testlar va kuzatuv texnologiyalari tahlil qilinadi. An'anaviy (qog'oz-qalam, oddiy kuzatuv) va innovatsion (kompyuter testlari, video kuzatuv, mobil ilovalar) usullarning afzallik va kamchiliklari solishtirilgan. Shuningdek, raqamli vositalarni maktabgacha yoshdagi bolalarga moslashtirish masalalari va amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: psixodiagnostika, maktabgacha ta'lim, raqamli testlar, kuzatuv texnologiyalari, kompyuter testlari, video monitoring, bolalar psixologiyasi.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarning psixologik rivojlanish darajasini aniqlash, ularning maktabga tayyorlik darajasini baholash va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolarni erta bosqichda aniqlash psixologik xizmatning muhim vazifalaridan biridir. An'anaviy psixodiagnostika usullari (kuzatuv, suhbat, rasmli testlar) ko'p yillar davomida samarali qo'llanilib kelinmoqda. Biroq ular ko'p vaqt talab qilishi, natijalarni qayta ishlashda subyektivlikka yo'l qo'yishi va har bir bola bilan alohida ishlash zaruriyati tufayli guruhlarda qiyinchilik tug'diradi.

So'nggi yillarda axborot texnologiyalarining rivojlanishi psixodiagnostikaga yangi imkoniyatlar olib keldi. Raqamli testlar, planshet va kompyuterlarda o'tkaziladigan topshiriqlar, videokuzatuv tizimlari va maxsus mobil ilovalar psixologning ishini sezilarli darajada osonlashtirmoqda.

Ushbu maqolada aynan shu zamonaviy usullarning maktabgacha yoshdagi bolalarda qo'llanish imkoniyatlari, ularning an'anaviy usullardan farqi va amaliyotda duch kelinadigan muammolar yoritiladi.

Psixodiagnostikada an'anaviy va zamonaviy usullarning qiyosiy tavsifi. Maktabgacha psixologiyada eng ko'p qo'llaniladigan an'anaviy usullarga quyidagilar kiradi:

- Tizimli kuzatuv (bola faoliyatini kundalik qayd etish);
- Suhbat (berilgan savollarga og'zaki javoblar);
- Proyektiv testlar ("Oila rasmi", "Mavjud bo'lmagan hayvon" va b.);
- Qog'oz-qalam testlari (topshiriqlar yozma yoki bosma shaklda).

Bu usullarning asosiy kamchiliklari: vaqtning ko‘p sarflanishi (bitta bolani tekshirish 40-60 daqiqa), natijalarni qayta ishlashning murakkabligi (psixologning tajribasiga bog‘liq) va guruh bilan ishlash imkoniyatining cheklanganligi.

Zamonaviy raqamli usullar esa quyidagi afzalliklarga ega:

– Tezkorlik: kompyuter testlarini o‘tkazish 10-15 daqiqada tugaydi;
– Obyektivlik: natijalar avtomatik hisoblanadi, inson omili kamayadi;
– Guruh bilan ishlash: bir vaqtning o‘zida bir necha bola planshetlarda test topshirishi mumkin;
– Qiziqarli shakl: rangli tasvirlar, ovozli ko‘rsatmalar bolalarning diqqatini o‘ziga tortadi.

Raqamli testlar va ularning turlari. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida qo‘llaniladigan raqamli testlar asosan quyidagi yo‘nalishlarda bo‘ladi:

Turi	Maqsadi	Misol vazifa
Diqqat testlari	Bolaning diqqatini ushlab turish va taqsimlash qobiliyatini aniqlash	Ekranda bir xil shakllar orasidan farqlisini topish
Xotira testlari	Qisqa va uzoq muddatli xotira hajmini o‘lchash	Bir necha rasmni ko‘rsatib, so‘ng ularni eslab nomlash
Tafakkur testlari	Mantiqiy va obrazli tafakkur darajasini baholash	“Ortiqchasini top” (4 ta rasm ichidan 1 tasi mavzuga mos kelmaydi)
Emotsional testlar	Bolaning kayfiyati, qo‘rquv va tashvishlarini aniqlash	Ekrandagi turli yuz ifodalaridan o‘z kayfiyatiga mosini tanlash

Bugungi kunda Rossiya va O‘zbekistonda “1C: Psixodiagnostika ta’lim muassasasi”, “IQ-Planner”, “Psychologist’s Assistant” kabi dasturlar mavjud. Ular tayyor metodikalar to‘plami bo‘lib, psixolog test natijalarini avtomatik hisobot shaklida olishi mumkin. Afsuski, maktabgacha yoshdagi bolalar uchun maxsus yaratilgan o‘zbek tilidagi raqamli testlar hali yetarli emas, lekin rus va ingliz tillaridagi vositalarni moslashtirish mumkin.

Kuzatuv texnologiyalari. Kuzatuv psixodiagnostikaning eng qadimiy usullaridan biri bo‘lsa-da, zamonaviy texnologiyalar uni yangi bosqichga ko‘tardi:

- Video kuzatuv: Guruh xonasiga o‘rnatilgan kameralar orqali bolalarning erkin o‘yin va mashg‘ulot vaqtidagi xatti-harakatlari yozib olinadi. Keyin psixolog yozuvni qayta ko‘rib, diqqat talab qiladigan daqiqalarni tahlil qiladi. Bu usulning afzalligi – bola psixologning borligidan asabiylashmaydi, tabiiy xulq-atvori saqlanadi.
- Mobil ilovalar yordamida kuzatuv: Psixolog smartfon yoki planshetga maxsus dastur (masalan, “Teacher’s Log”, “Behavior Tracker”) o‘rnatadi va kun

davomida bolaning muayyan harakatlarini belgilab boradi (masalan, “urishdi”, “yig‘ladi”, “yordam so‘radi”). Dastur avtomatik ravishda statistik ma’lumotlarni to‘playdi.

- Raqamli kuzatuv xaritasi: An’anaviy qog‘oz xarita o‘rniga elektron jadval (Excel yoki Google Sheets) ishlatiladi. Psixolog har bir bola uchun oldindan belgilangan mezonlar bo‘yicha (+ yoki -) qo‘yib boradi. Oxirida dastur foiz va grafiklarni chiqaradi.

Amaliyotdan misollar. Toshkent shahridagi 17-maktabgacha ta’lim tashkilotida 2025-yilda o‘tkazilgan tajriba-sinov ishlarida (n=45 bola, 5-6 yosh) quyidagi natijalar olindi:

Ko‘rsatkich	An’anaviy usul (kuzatuv + test)	Raqamli usul (planshetdagi test + video)
Bitta bolaga ketgan vaqt	45 daqiqa	18 daqiqa
Natijalarni qayta ishlash vaqti	120 daqiqa (barcha bolalar uchun)	15 daqiqa (avtomatik)
Bolalarning qiziqishi (o‘rtacha ball 5 ballik tizimda)	3,2 ball	4,7 ball
Psixologning subyektiv xatosi ehtimoli	yuqori	past

Tajriba shuni ko‘rsatdiki, raqamli usullar yordamida psixolog bolalar bilan ko‘proq bevosita muloqot qilish va tahliliy ishlarga vaqt ajrata oladi. Biroq dastlabki bosqichda psixologlarning raqamli savodxonligini oshirish zarur – barcha mutaxassislar birdek dasturlar bilan ishlay olmadi.

Raqamli psixodiagnostikaning barcha afzalliklariga qaramay, uni to‘liq an’anaviy usullar o‘rniga qo‘yish mumkin emas. Quyidagi cheklovlarni hisobga olish kerak:

– Yosh xususiyati: 3 yoshgacha bo‘lgan bolalar planshet yordamida test o‘tkazishga tayyor emas (ko‘pchilik hali ekranda harakatni tushunmaydi). Bu yoshda faqat kuzatuv va oddiy o‘yin usullari qo‘llaniladi.
– Texnik imkoniyatlar: Hamma bog‘larda plansetlar, kameralar yoki yetarli tezlikdagi internet mavjud emas.
– Psixologning yuklamasi: Yangi dasturlarni o‘rganish va ularga moslashish vaqt talab qiladi.
– Emotsional omil: Ba’zi bolalar texnikadan qo‘rqishi, planshetni sindirishi yoki unga juda berilib ketishi mumkin.

Shuning uchun eng maqbul yondashuv – aralash (blended) model: raqamli testlar skrining (dastlabki tekshiruv) uchun, an'anaviy usullar esa chuqur diagnostika va tuzatish ishlari uchun qo'llaniladi.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixodiagnostikaning zamonaviy raqamli usullari (kompyuter testlari, video kuzatuv, mobil ilovalar) quyidagi afzalliklarga ega:

- Vaqt va mehnat xarajatlarini keskin kamaytiradi;
- Natijalarning ishonchliligini oshiradi (subyektivlikni kamaytiradi);
- Bolalarning qiziqishini oshiradi, ular test jarayonida charchamaydi;
- Katta hajmdagi ma'lumotlarni tez tahlil qilish imkonini beradi.
- Biroq raqamli usullarni joriy etishda quyidagi shartlar bajarilishi lozim:
- Psixologlarning raqamli savodxonligini oshirish bo'yicha treninglar tashkil etish;
- Har bir tashkilotni minimal texnik baza (kamida 2-3 ta planshet, kamera) bilan ta'minlash;
- Raqamli testlarni bolalarning yoshiga moslashtirish (katta harflar, oddiy interfeys, ovozli ko'rsatmalar);

3-4 yoshli bolalar uchun raqamli testlar hali yetarlicha ishlab chiqilmagan, shuning uchun bu yosh guruhida an'anaviy usullarga ustunlik berish kerak. 5-7 yoshli bolalar uchun esa raqamli testlar juda samarali vosita hisoblanadi. Xulosa qilib aytganda maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixodiagnostikaning zamonaviy usullari – raqamli testlar va kuzatuv texnologiyalari – psixologning ishini sifat jihatidan o'zgartirmoqda. Ular vaqtni tejash, natijalarning aniqligi va bolalarning diagnostik jarayonga ijobiy munosabati kabi muhim afzalliklarga ega. O'zbekiston sharoitida ushbu vositalarni bosqichma-bosqich joriy etish, psixologlarni o'qitish va mahalliy tilga moslashtirilgan dasturlarni yaratish dolzarb vazifadir. Kelgusida sun'iy intellekt asosidagi diagnostika tizimlarini yaratish va ularni bog'cha amaliyotiga tatbiq etish istiqbolli yo'nalish hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Vygotskiy, L. S. (2004). Psixologiya va bola rivojlanishi. Toshkent: O'qituvchi. – 216 b.
2. Karimova, N. M. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarda kognitiv qobiliyatlarni diagnostika qilishning zamonaviy usullari. Psixologiya ilmiy jurnali, 3(1), 34-41.
3. Nemov, R. S. (2003). Psixologik diagnostika: darslik. Moskva: VLADOS. – 640 s.
4. Uruntaeva, G. A., & Afonkina, Yu. A. (2005). Praktikum po detskoy psixologii. Moskva: VLADOS. – S. 112-130.
5. Zaxarov, A. I. (2000). Nevrozy u detey i psixoterapiya. SPb: Soyuz. – 336 s.
6. Rubinshteyn, S. L. (2002). Osnovы obщey psixologii. SPb: Piter. – 720 s. (4-bob: Psixologik kuzatuv va eksperiment).
7. Davletshin, M. G., & To'rayeva, Sh. M. (2018). Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU. – 280 b.

8. Otaxo‘jayeva, F. U. (2021). Maktabgacha ta’limda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanishning psixologik jihatlari. Maktabgacha ta’lim jurnali, 4(2), 27-32.

RAQAMLI MUHITDA SHAXS IDENTIFIKATSIYASI: IJTIMOIY TARMOQLARNING PSIXOLOGIK TA’SIRI

Xusanova Rushana Rustam qizi

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti talabasi

Ergashev Jo‘rabek Xalilovich

Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti “Ijtimoiy fanlar” kafedrasi stajyor o‘qituvchisi

Annotatsiya. Ushbu maqola raqamli muhitda shaxs identifikatsiyasi jarayonlari va ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta’sirini tahlil qilishga bag‘ishlangan. Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalari rivoji bilan shaxsning o‘zini identifikatsiya qilish usullari tubdan o‘zgargan. Maqolada ijtimoiy tarmoqlarda shaxs identifikatsiyasining asosiy xususiyatlari, psixologik mexanizmlar va ularning foydalanuvchi shaxsiga ta’siri yoritilgan.

Kalit so‘zlar: identifikatsiya, ijtimoiy tarmoqlar, raqamli muhit, psixologik ta’sir, virtual shaxs, o‘zlikni anglash

Kirish. Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi va internetning keng tarqalishi XXI asr insoniyati oldida yangi psixologik muammolarni keltirib chiqarmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar — Facebook, Instagram, Telegram, TikTok kabi platformalar foydalanuvchilarning kundalik hayotining ajralmas qismiga aylangan. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, 2024-yil holatiga ko‘ra dunyoda 5 milliarddan ortiq odam ijtimoiy tarmoqlardan faol foydalanmoqda. O‘zbekistonda ham bu ko‘rsatkich yildan-yilga oshib bormoqda.

Raqamli muhitda shaxs identifikatsiyasi — bu foydalanuvchining o‘zini virtual makonda qanday namoyon etishi, boshqalar tomonidan qanday tan olinishi va qabul qilinishi jarayonidir. Ushbu jarayon an’anaviy (real hayotdagi) identifikatsiyadan tubdan farq qiladi, chunki virtual muhit o‘z qonunlari, imkoniyatlari va cheklovlariga ega. Shaxs identifikatsiyasining nazariy asoslari

Psixologiya fanida identifikatsiya (lot. *identificare* — aynan bir deb belgilash) — bu shaxsning o‘zini boshqa shaxs, guruh yoki ideal obraz bilan o‘zlashtirish, tenglashtirish jarayonidir. Z.Freyd, E.Erikson, J.Marciya kabi olimlar identifikatsiya nazariyasining rivojlanishiga katta hissa qo‘shgan.

E.Eriksonning psixososyal rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, identifikatsiya inson hayoti davomida shakllanadigan dinamik jarayon bo‘lib, u quyidagi komponentlarni o‘z ichiga oladi:

- o‘zlikni anglash («men kimman?»);
- o‘ziga xoslikni his qilish;
- boshqalar tomonidan tan olinish;
- ma’lum bir guruhga mansublik.

Raqamli identifikatsiyaning o‘ziga xos xususiyatlari

Raqamli muhitda identifikatsiya quyidagi jihatlari bilan farqlanadi:

An’anaviy identifikatsiya	Raqamli identifikatsiya
Barqaror, sekin o‘zgaruvchan	Moslashuvchan, tez o‘zgaruvchan
Fizik tana bilan bog‘liq	Virtual tanadan mustaqil
Biologik va ijtimoiy belgilar	Profil, avatar, postlar orqali
Sinxron jarayon	Asinxron jarayon
Cheklangan miqdordagi rollar	Ko‘p rolli, parallel identifikatsiyalar

Ijtimoiy tarmoqlarda shaxs identifikatsiyasi mexanizmlari Profil yaratish va o‘zini namoyon qilish

Ijtimoiy tarmoqlarda shaxs identifikatsiyasining asosiyelementi bu foydalanuvchi profilidir. Profil quyidagi komponentlardan tashkil topgan:

Demografik ma’lumotlar — ism, yosh, joylashuv, kasb

Vizual elementlar — profil rasmi, qamrov rasmlari, videolar

Faoliyat izlari — postlar, layk, kommentariyalar, repostlari

Ijtimoiy aloqalar — do‘stlar, obunachilar, guruhlar

Foydalanuvchi o‘z profilini yaratishda ongli yoki ongsiz ravishda «ideal o‘zlik»ni namoyon etishga intiladi. Psixolog K.Sedvikning tadqiqotlariga ko‘ra, ijtimoiy tarmoq foydalanuvchilarining 76 foizi o‘z profilida real hayotdagi shaxsiyatidan farq qiluvchio‘zlikni taqdim etadi.

Guruh identifikatsiyasi va mansublik hissi

B Ijtimoiy tarmoqlarda foydalanuvchilar o‘z qiziqishlari, dunyoqarashi, kasbi yoki boshqa belgilarga ko‘ra virtual guruhlarga birlashadilar. Bu guruhlarga a’zolik

«biz» hissini shakllantiradi va shaxs identifikatsiyasiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, virtual guruhlarga a’zolik real guruhlarga a’zolikdan ko‘ra tezroq shakllanadi, ammo barqarorligi pastroq bo‘ladi.

Ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta’siri Ijobiy psixologik ta’sirlar

O‘zini ifodalash imkoniyatlarining kengayishi. Ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilarga o‘z fikrlari, his-tuyg‘ulari va ijodiy qobiliyatlarini namoyon etish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Bu, ayniqsa, real hayotda o‘zini ifodalashda qiyinchiliklarga duch keladigan shaxslar (masalan, introvertlar, ijtimoiy fobiya bilan og‘riganlar) uchun muhimdir.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmog‘ining kengayishi. Ijtimoiy tarmoqlar orqali odamlar geografik chegaralardan qat’i nazar, yangi aloqalar o‘rnatish, qiyin vaziyatlarda qo‘llab-quvvatlash olish imkoniga ega. 2023-yilda o‘tkazilgan so‘rovnomada respondentlarning 62 foizi ijtimoiy tarmoqlarni hissiy qo‘llab-quvvatlash manbai deb atagan.

O‘zlikni anglash va identifikatsiya qilishga yordam. Ijtimoiy tarmoqlarda turli guruhlar, jamoalar va kontentlar bilan tanishish orqali foydalanuvchi o‘z qiziqishlari, qadriyatlari va dunyoqarashini yanada aniqroq anglaydi.

Salbiy psixologik ta’sirlar

Taqqoslash madaniyati va o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishi. Ijtimoiy tarmoqlarda foydalanuvchilar ko‘pincha boshqalarning «filtrlangan», «ideallashtirilgan» hayotini ko‘radilar. O‘zining oddiy, muammoli hayotini boshqalarning «ideal» hayoti bilan taqqoslash natijasida o‘ziga bo‘lgan ishonch pasayadi. Psixologlar bu hodisani **«ijtimoiy taqqoslash nazariyasi»** (L.Festinger) bilan izohlaydilar.

Tasdiqlanishga bo‘lgan patologik ehtiyoj. Layklar, kommentariyalar, repostlar soni foydalanuvchining o‘z qadr-qimmatini baholash mezoniga aylanib qolishi mumkin. Bu holatda foydalanuvchi o‘zining ichki his-tuyg‘ulariga emas, balki tashqi baholarga tayanib yashay boshlaydi.

Ijtimoiy izolyatsiya va virtual olamga qochish. Ba’zi foydalanuvchilar real hayotdagi muammolardan qochish uchun ijtimoiy tarmoqlarga haddan ziyod sho‘ng‘ib ketadi. Bu esa real ijtimoiy aloqalarning zaiflashishiga, izolyatsiyaga olib keladi.

Biror narsadan chetda qolib ketishdan qo‘rqish sindromi. Ijtimoiy tarmoqlarning doimiy yangilanishlari foydalanuvchida biror muhim voqea, yangilik yoki o‘zgarishdan ortda qolish qo‘rquvini keltirib chiqaradi. Bu holat surunkali stress, uyqusizlik va tashvishga olib keladi.

Jins va yosh xususiyatlariga ko‘ra farqlar

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta’siri turli yosh va jins guruhlarida turlicha namoyon bo‘ladi:

Guruh	Asosiy xususiyatlar	Tavsiya etiladigan choralar
O‘smirlar (13-19 yosh)	Identifikatsiya shakllanishining faol davri; taqqoslashga moyillik yuqori	Val vaqt cheklovi; onalar nazorati
Yosh kattalar (20-35 yosh)	Karyera, munosabatlar sohasida taqqoslash “Biror narsadan chetda qolib ketishdan qo‘rqish” simdromi yuqori	Digital detox amaliyotlari
O‘rta yosh (36-55 yosh)	Ko‘proq informativ maqsadlarda foydalanish; ta’sir nisbatan past	Muvozanatli foydalanish
Keksalar (56+ yosh)	Asosan aloqa va yangiliklar uchun; ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhim	Xavfsizlik va savodxonlikni oshirish
Qizlar/ayollar	Tashqi ko‘rinish va munosabatlarga oid taqqoslashlar; o‘ziga bo‘lgan ishonchga ta’sir kuchli	Ijobiy o‘zlik imidjini shakllantirish
O‘g‘il bolalar/erkaklar	Muvaffaqiyat, martaba, raqobatga oid taqqoslashlar; agressiv xatti-harakatlar xavfi	Sog‘lom raqobat va hamkorlik ko‘nikmalari

Raqamli identifikatsiya buzilishlari va ularning oqibatlari Dissotsiativ identifikatsiya buzilishi

Ba’zi hollarda foydalanuvchi real hayotdagi shaxsi va virtual muhitdagi shaxsi o‘rtasidagi farqni bartaraf eta olmaydi. Bu holat dissotsiativ identifikatsiya buzilishining bir ko‘rinishi bo‘lishi mumkin. Foydalanuvchi virtual o‘zlikni

«asosiy» o‘zlik sifatida qabul qila boshlaydi, real hayotdagi muloqot va vazifalarni bajarishda qiyinchiliklarga duch keladi.

Narsissistik xulq-atvorning kuchayishi

Ijtimoiy tarmoqlar mexanizmlari (doimiy e’tibor markazida bo‘lish, tan olinish, «maqtov» sifatida layklar) narsissistik xulq-atvorni kuchaytirishi mumkin. Ayniqsa, o‘smirlar va yosh kattalar orasida bu hodisa tez-tez kuzatiladi. Narsissizm darajasining oshishi empatiyaning pasayishi, boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi, tanqidga nisbatan o‘ta sezgirlik kabi salbiy oqibatlarga olib keladi.

Kiberbulling va onlayn zo‘ravonlik

Ijtimoiy tarmoqlardagi anonimlik va masofaviylik ba’zi foydalanuvchilarda agressiv xulq-atvorni kuchaytiradi. Kiberbulling (onlayn bezorilik) qurboni bo‘lgan shaxslarda depressiya, tashvish, o‘z joniga qasd qilish fikrlari paydo bo‘lishi mumkin. JSST ma’lumotlariga ko‘ra, dunyo bo‘yicha o‘smirlarning 15-20 foizi kiberbullingga duch keladi.

Sog‘lom raqamli identifikatsiyani shakllantirish yo‘llari Shaxsiy darajadagi choralar

Onlayn va oflayn hayot o‘rtasida muvozanatni saqlash — ijtimoiy tarmoqlarda o‘tkaziladigan vaqtni cheklash

Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish — ko‘rilayotgan kontentni, taqqoslashlarni tanqidiy baholay olish

Ichki referensiya doirasini shakllantirish — o‘z qadr-qimmatini tashqi baholardan mustaqil ravishda belgilash

Raqamli savodxonlikni oshirish — maxfiylik sozlamalari, xavfsizlik qoidalarini bilish**.**

Maktab va oliy o‘quv yurtlarida raqamli savodxonlik va onlayn xavfsizlik bo‘yicha maxsus kurslarni joriy etish

Ota-nalar va o‘qituvchilarning raqamli madaniyatini oshirish

Ijtimoiy tarmoqlarda psixologik xizmat va yordam liniyalarining faoliyatini kengaytirish

Psixologik yordam va terapiya

Identifikatsiya buzilishi, ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik yoki boshqa psixologik muammolar mavjud bo‘lganda professional psixologik yordamga murojaat qilish zarur. Kognitiv-xulq terapiyasi, dialektik xulq terapiyasi kabi usullar samarali hisoblanadi.

Xulosa

Raqamli muhitda shaxs identifikatsiyasi zamonaviy psixologiyaning dolzarb muammolaridan biridir. Ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilarga o‘zini ifodalash, ijtimoiy aloqalar o‘rnatish va qo‘llab-quvvatlash olish kabi qator imkoniyatlarni taqdim etadi. Shu bilan birga, ular taqqoslash madaniyati, tasdiqlanishga patologik

ehtiyoj, “Biror narsadan chetda qolib ketishdan qo‘rqish”sindromi, kiberbulling kabi jiddiy psixologik muammolarning vujudga kelishiga sabab bo‘lmoqda.

Sog‘lom raqamli identifikatsiyani shakllantirish uchun shaxsiy, ijtimoiy va davlat darajasida kompleks choralar ko‘rish zarur. Asosiy strategiya — onlayn va oflayn hayot o‘rtasida muvozanatni saqlash, tanqidiy fikrlash va ichki referensiya doirasini rivojlantirishdan iborat.

Keyingi tadqiqotlar sun’iy intellekt va virtual reallik texnologiyalari rivoji bilan raqamli identifikatsiya jarayonlari qanday o‘zgarishi, ularga moslashishning yangi psixologik strategiyalarini ishlab chiqishga qaratilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Yoshlar ishlari agentligi. O‘zbekiston yoshlari ijtimoiy tarmoqlarda: tadqiqot hisoboti. - Toshkent, 2024. - 85 b.
2. Erikson E. Identifikatsiya va hayot sikli. - Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2019. - 312 b.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. - Toshkent: Fan, 2022. - 296 b.
4. Twenge J.M. IGeneration: Raqamli avlod psixologiyasi. - New York: Atria Books, 2021. - 342 p.
5. Kross E., Fox J., et al. Ijtimoiy tarmoqlar va psixologik farovonlik: Meta-tahlil
// Psixologiya fanining yillik sharhi. - 2023. - № 74. - B. 141-164.
6. Valkenburg P.M., Peter J. Ijtimoiy tarmoq saytlarining o‘smirlar psixologik rivojlanishiga ta’siri // Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi bo‘yicha qo‘llanma.
- 2022. - B. 312-335.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING JAMIYATGA TA’SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Kuldashev Lobarxon Baxtiyor qizi

Namangan Davlat Universiteti Psixologiya yo'nalishi (Masofaviy ta‘lim) 1- kurs talabasi.

Annotatsiya: Ushbu maqolada axborotlashgan jamiyatning inson ruhiyatiga ta’siri, zamonaviy texnologiyalarning psixologik tadqiqotlar uchun ochayotgan yangi imkoniyatlari, raqamli muhitda yuzaga kelayotgan psixologik tahdidlar ilmiy tahlil qilinadi. "Shuningdek, maqola orqali raqamli texnologiyalarining inson ruhiyatiga ijobiy va salbiy ta'siri ilmiy asosda tahlil qilinadi

Kalit so'zlar: Kiberpsixologiya, raqamli qaramlik, axborot xuruji, kognitiv adaptatsiya virtual muloqot, yoshlar psixologiyasi.

Abstract: This article scientifically analyzes the impact of the information society on the human psyche, the new opportunities that modern technologies open up for psychological research, and the psychological threats that arise in the digital

environment. "Also, the article scientifically analyzes the positive and negative impact of digital technologies on the human psyche

Keywords: Cyberpsychology, digital addiction, information overload, cognitive adaptation, virtual communication, youth psychology.

Аннотация: В данной статье проводится научный анализ влияния информационного общества на человеческую психику, новых возможностей, которые современные технологии открывают для психологических исследований, и психологических угроз, возникающих в цифровой среде. Также в статье проводится научный анализ положительного и отрицательного влияния цифровых технологий на человеческую психику.

Ключевые слова: Киберпсихология, цифровая зависимость, информационная перегрузка, когнитивная адаптация, виртуальная коммуникация, психология молодежи.

Bugungi kunda axborot texnologiyalari barcha sohalarga chuqur kirib bormoqda. Axborotlashgan jamiyat- bu axborot asosiy vosita sifatida qaraladigan, uning yordamida axborotlarni qayta ishlash, yig'ish va uzatish jarayonlari rivojlangan jamiyatdir. Bugungi yoshlar hayotida uyali aloqa, kompyuter va internet kundalik ehtiyojiga aylangan. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlardan: "Youtube", "Instagram", "Telegram" va boshqalar tarmoqlardan foydalanmaydigan yoshlarni uchratish deyarli kamyob holga aylangan. Shu o'rinda, zamonaviy texnologiyalardan samarali foydalanish bugungi kunning muhim davr talabiga aylanmoqda. O‘zbekistonda eng dolzarb masalalardan biri, psixologik xizmatlarning tizimli yo‘lga qo‘yilishi va raqamli makonning shaxs shakllanishiga ta’sirini o‘rganish hisoblanadi [1]. Jamiyatning axborotlashuvi nafaqat texnologik jarayon hisoblanib, insonning ruhiy holati va dunyoqarashiga bevosita ta’sir etuvchi murakkab psixologik hodisadir.

Zamonaviy psixologik tahdidlar.

Axborot oqimining shiddat bilan rivojlanishi, insoniyatda turli xil psixologik o‘zgarishlarni, muammolarni keltirib chiqarmoqda:

Ma'naviy himoya: Axborot xurujlari va mafkuraviy tazyiqlar, yuksak ma’naviyat global sharoitda shaxsni turli yot g‘oyalardan himoya qiluvchi va uning ruhiy barqarorligini ta’minlovchi asosiy kuchdir [2].

Stress va adaptatsiya: Ijtimoiy o‘zgarishlar va axborot bosimi sharoitida shaxsning tashqi muhitga moslashishi va stressga chidamliligi mexanizmlari tadqiqotlarning markazida turishi lozim [3]. Internet insonlar uchun keng imkoniyatlar eshigin ochib berdi. U orqali bilimli bo‘lish, masofadan turib ta‘lim olish, yangiliklardan xabardor bo‘lish mumkin. Biroq, internet va ijtimoiy tarmoqlardan ko‘p foydalanish inson ruhiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatib, stressni va turli xil kasalliklarni keltirib chiqarishi mumkin.

Kognitiv o'zgarishlar: Raqamli qurilmalardan haddan tashqari ko‘p foydalanish diqqatni boshqara olmaslik va xotira pasayishiga olib kelmoqda. Bu global muammolar ko'rib chiqilishi va aholining ruhiy salomatligi bo‘yicha yangi choralarni ko‘rishni talab etadi [4].

Tadqiqotlarning yangi imkoniyatlari.

Raqamlashtirilgan jamiyat psixologlarga turli xil samarali metodlarni taqdim etmoqda:

Axborot tahlili: Masofadan turib zamonaviy texnologiyalar orqali ijtimoiy guruhlarning ruhiy holatini tahlil qilish imkoniyati yaratildi. Hozirgi kunda masofadan turib ta'lim olish, ishlash, insonning ruhiyatini o'rganish juda ham rivojlanmoqda.

"Nazariy tahlillarni amaliy jihatdan asoslash maqsadida, 2026-yilning aprel-may oylari davomida, Namangan Davlat Universiteti Masofaviy ta'lim, psixologiya yo'nalishi 1-kursda tahsil olayotgan 53 nafar (18- 44 yosh orasidagi kursdoshlar) o'rtasida psixologik diagnostika olib borildi va metodga katta qiziqish bilan kirishdik. Tadqiqotda quyidagi metodikalardan foydalanildi:

●Kasbiy moyillik: E. A.Klimovning differensial-so'rovnomasi(kasbga qiziqish) : Ishtirokchilarning 70% dan ortig'ida "Odam-odam" tipi ustunlik qilishi aniqlandi. Bu natija raqamli jamiyatda, ijtimoiy muloqotga bo'lgan ehtiyoj yuqoriligini va talabalarning kasbiy tanlovi to'g'riligini tasdiqlaydi.

● Emotsional barqarorlik: Frayburg shaxs so'rovnamasi (FPI): Respondentlarning 56% da raqamli muhitda adaptatsiya jarayonlari muvaffaqiyatli kechayotgani biroq, 40%da axborotni bosimi tufayli kognitiv charchoq belgilari mavjudligi aniqlandi.

● Kasbiy strategiya: Kasbga yo'nalganlik metodikasi 53 nafar talabaning aksariyati kelajakda o'z faoliyatini raqamli texnologiyalar va kiberpsixologiya imkoniyatlari bilan bog'lashni rejalashtirayotganini ko'rsatadi. Ushbu amaliy tahlillar shuni ko'rsatadiki, masofaviy ta'lim oluvchi talabalar uchun raqamli muhit nafaqat bilim olish maskani, balki ularning shaxsiy va kasbiy xususiyatlarini shakllantiruvchi asosiy omil hisoblanadi. Qolaversa, masofaviy metodlar uzog'imizni yaqin qilib, ham vaqtni tejaydi, ham keng qamrovli tahlil qilish imkonini beradi.

VR texnologiyalari: Virtual reallik yordamida fobiyalarni davolash va inson reaksiyalarini xavfsiz muhitda sinab ko‘rish metodikasi rivojlanmoqda. Bu texnologiya ta'lim tizimida, tibbiyot, harbiy mashg'ulotlarda, arxitektura va dizayn va ko‘plab sohalarda amaliy mashg‘ulotlarni xavfsiz bajarish sharoitini yaratmoqda. Bu sinov o‘z navbatida, yangi tajribalarni his etish imkoniyatini beradi. Biroq, bu texnologiya ijobiy tomonlari bilan bir qatorda, muayyan kamchiliklarga ham ega. Bu texnologiyadan ko‘p foydalanish ko‘z va asab tizimiga jiddiy zarar yetkazadi. Bundan tashqari maxsus qurilma narxi qimmat ham bo‘lishi mumkin.

Xulosa

Psixologik barqarorlikni ta’minlashda raqamli jamiyat uchun nafaqat texnik, balki ma’naviy va metodologik tayyorgarlik qilish ham zarur. Kiberpsixologiya yo‘nalishidagi tadqiqotlarni kengaytirish, ularni amaliyotlarga joriy etish, jamiyatda umumiy ruhiy farovonlikni yuksaltirishning asosi bo‘lib xizmat qiladi [4]. Axborotlashgan jamiyatda psixologik tadqiqotlar inson hayotini, ruhiyatini o'rganishda muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy texnologiyalar Insonlar hayotini yengillashtirishi bilan bir qatorda psixologik va sog'liq bilan bog'liq muammolar ham yuzaga kelmoqda. Shu tufayli axborot texnologiyalari va internetdan oqilona

foydalanish, yoshlarimizning ongiga salbiy ta'sirlardan himoya etish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullaev, F. (2020). Psixologik xizmatlarning O'zbekistondagi rivojlanishi. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.

2. Karimov, I. A. (2016). Yuksak ma'naviyat - yengilmas kuch. Toshkent: Ma'naviyat nashriyoti.

3. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company.

4. World Health Organization. (2023). Mental Health Well-Being Global Perspectives. Geneva: WHO

OILAVIY MUHITDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA DEVIANT XULQ-ATVORNI PROFILAKTIKASI

Xaydarov Sulaymon Amirqulovich

“University of management and future technologies”,
Ijtimoiy fanlar kafedrasi dotsenti. PhD.
Email: haydarov_sulaymon82@mail.ru
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0658-1200

Annotatsiya: Mazkur maqolada oilaviy muhitda yuzaga keluvchi ijtimoiy-psixologik muammolar va ularning shaxs rivojiga, xususan yoshlarning xulq-atvoriga ko‘rsatadigan ta’siri tahlil qilingan. Tadqiqotda deviant (me’yordan og‘uvchi) xulq-atvorning kelib chiqish sabablari, ularning psixologik va ijtimoiy omillari hamda bunday holatlarning oldini olishga oid samarali pedagogik va psixoprofilaktik yondashuvlar yoritilgan. Maqola ota-onalar, pedagoglar va psixologlar uchun oilada sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirish bo‘yicha amaliy tavsiyalarni o‘z ichiga oladi.

Kalit so‘zlar: oila, ijtimoiy muhit, psixologik muammolar, deviant xulq-atvor, ijtimoiylashuv, tarbiya, profilaktika, psixologik xavfsizlik, ijtimoiy pedagogika, ota-ona mas’uliyati.

Hozirgi davrda jamiyat hayotining barcha sohalarida ro‘y berayotgan ijtimoiy, iqtisodiy va ma’naviy o‘zgarishlar oilaning barqarorligiga, undagi psixologik iqlimga hamda shaxslararo munosabatlar dinamikasiga chuqur ta’sir ko‘rsatmoqda. Tadqiqotchilar ta’kidlaganidek, ijtimoiy tuzumdagi o‘zgarishlar bevosita oilaning funksional tuzilishiga, undagi kommunikativ jarayonlarga va tarbiyaviy rollarning taqsimotiga ta’sir etadi.

Oila - jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo‘lib, insonning shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi o‘rin tutadi. Shaxs rivojining boshlang‘ich bosqichi oilaviy muhitda kechadi, bu jarayon bolada ijtimoiy qadriyatlar, me’yorlar, axloqiy qarashlar va ijtimoiy o‘zini anglash tizimini shakllantiradi.

Ijtimoiy-psixologik nuqtayi nazardan qaraganda, oilaviy muhit shaxsning emotsional holati, ijtimoiy moslashuv darajasi, o‘z-o‘zini baholash va

kommunikativ madaniyatining shakllanishida asosiy determinantlardan biridir. “Oila tizimidagi hissiy beqarorlik, o‘zaro ishonchning yo‘qligi yoki yetarli darajada psixologik qo‘llab-quvvatlashning bo‘lmasligi, ayniqsa, o‘smir yoshidagilarda ijtimoiy adaptatsiyaning buzilishi va deviant (me’yordan og‘uvchi) xulq shakllarining vujudga kelishiga zamin yaratadi” [Bandura A., *Social Learning Theory*, 1977; Ilyin E. P., *Psixologiya semeynix otnosheniy*, 2016].

O‘zbekistonlik olimlar tadqiqotlarida ham oiladagi kommunikativ muhitning sifat darajasi yoshlarning ijtimoiy-hissiy barqarorligiga bevosita ta’sir etishi ko‘rsatilgan. S. Musayev (2020) va A. Abduqodirova (2021) o‘z ishlarida oiladagi emotsional beqarorlik, nizoli munosabatlar va mehr yetishmasligi o‘smirlar orasida tajovuzkorlik, befarqlik va addiktiv xatti-harakatlar kabi deviant holatlarning kuchayishiga sabab bo‘lishini ilmiy asoslab o‘tganlar.

Oila-jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo‘lib, u insonning shaxs sifatida shakllanishi, ijtimoiy qadriyatlarni o‘zlashtirishi va jamiyat hayotiga moslashuvida birlamchi muhit vazifasini bajaradi. “Sotsiolog T. Parsonsning tizimli yondashuvida oila nafaqat naslni davom ettiruvchi, balki ijtimoiy barqarorlikni ta’minlovchi asosiy tizim elementi sifatida talqin etiladi” [Parsons, *The Social System*, 1951]. Unga ko‘ra, shaxsning ijtimoiy rollarni o‘zlashtirishi va ularni amalda qo‘llay bilishi avvalo oiladagi kommunikativ va hissiy tajribalar orqali shakllanadi.

Psixologik adabiyotlarda (Vygotskiy, 1999; Bronfenbrenner, 1979; Makarenko, 1983) oila inson ijtimoiylashuvining mikrosistemi sifatida qaraladi. U. Bronfenbrennerning *Ekologik rivojlanish nazariyasi*ga binoan, bola dastlabki ijtimoiy tajribani - muloqot qilish, his-tuyg‘ularni ifodalash, o‘zini boshqarish, boshqalarga moslashish - aynan oilada egallaydi. Oilada mavjud psixologik muhitning sifati bolaning ruhiy salomatligi, emotsional rivojlanishi va ijtimoiy moslashuv darajasiga bevosita ta’sir etadi.

Oiladagi psixologik muhit - bu faqat yashash joyi emas, balki oila a’zolari o‘rtasidagi muloqot madaniyati, hissiy barqarorlik, o‘zaro ishonch va hurmatga asoslangan ijtimoiy-ruhiy holatdir. Oila *mini-jamiyat* sifatida har bir a’zoning ehtiyojlari, qadriyatlari va me’yorlari o‘zaro muvofiqlashuvni talab qiladi.

Psixolog E. Ilyinning (2016) tadqiqotlarida oilaviy kommunikatsiyaning sifati bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini shakllantiruvchi eng muhim indikator sifatida qayd etilgan. Ularning kuzatuv natijalariga ko‘ra, ota-onalarning ijobiy emotsional qo‘llab-quvvatlovi mavjud oilalarda bolalarning hissiy barqarorligi 1,8 barobar yuqori, konflikt darajasi esa ikki baravar past bo‘lgan.

Shuningdek, “2020 yilda O‘zbekiston Milliy universiteti huzuridagi Psixologiya markazi tomonidan o‘tkazilgan 300 nafar o‘quvchi o‘rtasidagi so‘rov natijalariga ko‘ra, oilada doimiy nizolar yoki emotsional sovuqlik bo‘lgan o‘smirlarning 67 foizida o‘ziga ishonch past, 42 foizida impulsiv yoki buzg‘unchi xatti-harakatlar kuzatilgan. Bu faktlar ijtimoiy-psixologik muhitning shaxs xulq-atvoriga bevosita ta’sirini tasdiqlaydi” [Musayev, *Oila psixologiyasi*, 2020].

Oilaviy tizimda psixologik beqarorlik yuzaga kelganda, odatda quyidagi holatlar namoyon bo‘ladi:

-Intrapersonal (ichki) konfliktlar: bola o‘ziga nisbatan salbiy baho shakllantiradi, natijada o‘zini qadrsiz his qiladi.

-Interpersonal (o‘zaro) ziddiyatlar: oila a’zolari o‘rtasida muloqot buziladi, bir-birini tinglash, empatiya va ishonch kamayadi.

-Emotsional befarqlik va sovuqlik: ota-onalar tomonidan ehtiyojlarning e’tiborsiz qolishi bolada psixologik izolyatsiyani kuchaytiradi.

-Tajovuzkorlik yoki destruktiv xulq: ichki ziddiyatlar tashqi tajovuz yoki passiv qarshilik shaklida namoyon bo‘ladi.

O‘zbekiston Respublikasi Oila va yoshlar ishlari agentligi (2022) ma’lumotlariga ko‘ra, oilaviy nizolar, ota-onalar o‘rtasidagi agressiv muloqot yoki ajrim holatlari mavjud bo‘lgan o‘smir oilalarida ijtimoiy moslashuv buzilishining 58 foizi, deviant xulq shakllarining (bezorilik, giyohvandlik, maktabdan chetlashish) 43 foizi qayd etilgan.

“Zamonaviy psixologiya va sotsiologiya fanlarida oiladagi ijtimoiy-psixologik muammolar shaxsning psixik rivojlanishida muhim stress omillaridan biri sifatida e’tirof etiladi” [Ilyin, 2016; Bronfenbrenner, 1979; Musayev, 2020] bu omillar quyidagicha guruhlanadi:

-Oiladagi muloqotning sustligi va hissiy beishtiroklik. Ota-onalar va farzandlar o‘rtasida ochiq, samimiy muloqotning yo‘qligi o‘zaro ishonchni pasaytiradi. Bu holat bolalarning emotsional ehtiyojlari.

-Ota-onalarning mehnat bilan haddan ziyod bandligi yoki befarqligi. Sotsiologik tadqiqotlar (G‘afforova, 2020) ko‘rsatishicha, zamonaviy shahar oilalarida ota-onalarning 56% dan ortig‘i ish va iqtisodiy faoliyat tufayli farzandlar bilan kunlik muloqot vaqtini 1 soatdan kam davom ettiradi. Natijada bolaning motivatsion ehtiyojlari — sevgi, e’tirof va psixologik xavfsizlik — sustlashadi.

-Psixologik qo‘llab-quvvatlov yetishmasligi. A. Maslou o‘zining “Motivatsiya va shaxs” (1954) asarida psixologik xavfsizlik va ijtimoiy tegishlilik insonning asosiy ehtiyojlaridan biri ekanligini ta’kidlaydi. Oilada bu ehtiyojlar yetarlicha ta’minlanmasa, shaxsda ishonchsizlik, o‘z qadrini past baholash, tashqi agressiya yoki befarqlik paydo bo‘ladi.

-Oilaviy zo‘ravonlik. Jahon Sog‘liqni saqlash tashkilotining (WHO) 2021-yilgi ma’lumotlariga ko‘ra, dunyo bo‘yicha har uchta ayoldan biri, bolalarning esa 25 foizi bir necha bor jismoniy yoki ruhiy zo‘ravonlikka duch kelgan. Zo‘ravonlikni kuzatuvchi bola o‘z hayotida agressiyani “normal” model sifatida qabul qiladi.

-Tarbiya uslublarining keskinligi yoki izchillikning yo‘qligi. Makarenko (1983) hamda Baumrind (1967) tadqiqotlarida “avtoritar”, “liberal” va “demokratik” tarbiya uslublari farqlanadi. Shulardan avtoritar uslubda o‘sayotgan bolalar ko‘pincha ichki ishonchsizlik, passivlik yoki qarama-qarshi holatda norozilikka nisbatan tajovuzkorlik bilan javob berishga moyil bo‘lishadi.

Oila ichida yuzaga keladigan psixologik tangliklar bolaning emotsional uyg‘unligi va ijtimoiy moslashuv jarayonlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shaxsning ijtimoiy baholanish ehtiyoji - ya’ni o‘zini qadrlangan, e’tirof etilgan va jamiyatga foydali deb his qilish ehtiyoji - oilada qondirilmaganda, bola o‘ziga past baho berish, tutilganlik, agressivlik yoki ijtimoiy izolyatsiya holatlariga tushadi.

O‘smirlik davrida bu jarayonlar yanada keskinlashadi. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlar “identifikatsiya” bosqichini boshdan kechiradi, bu davrda oiladagi hissiy beqarorlik shaxsning “men” obrazini shakllantirishda chalkashlik keltirib chiqaradi. Natijada u dezadaptatsiya, protest, tajovuz yoki deviant xatti-harakatlarda o‘z aksini topadi.

Ota-onaning stress holatida tajovuzkor yoki befarq xulqi bolalar tomonidan “moslashuv strategiyasi” sifatida o‘zlashtiriladi. Bunday bolalarda empatiya rivoji sekin kechadi va ular konflikt holatlarini konstruktiv yo‘l bilan hal etish o‘rniga avtoritar yoki passiv qarshilik usullarini tanlaydilar.

Sotsiolog T. Parsonsning funksionalistik modelida oila jamiyatning stabilizatsiya funksiyasini bajaradi (*The Social System*, 1951). Agar oilada hissiy barqarorlik, o‘zaro ishonch va qo‘llab-quvvatlash mexanizmlari buzilsa, bu holat faqat mikro darajada emas, balki makro ijtimoiy tizim — ya’ni jamiyatdagi axloqiy me’yor va ijtimoiy birdamlik darajasiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Bunday hollarda ijtimoiy disfunktsiya va nizolar kuchayadi.

Zamonaviy o‘zbek tadqiqotchilari ham (Musayev S., 2020; Abduqodirova A., 2021) ta’kidlaganidek, oiladagi beqaror muloqot, ota-onalar o‘rtasidagi nizolar va bolani psixologik qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi o‘smirlarning 65–70 foizida impulsiv xatti-harakatlar, ijtimoiy norozilik yoki deviant xulq shakllarini kuchaytiradi.

Deviant xulq-atvor jamiyatda qabul qilingan me’yor va qadriyatlardan chetga chiqish, ijtimoiy axloqiy tizim bilan mos kelmaydigan xatti-harakatlar majmuasi sifatida talqin etiladi. Sotsiolog E. Dyurkgeym o‘zining “Sotsialnoe delenie truda” (1893) asarida deviant xulq ijtimoiy muvozanat buzilgan holatlarda, ya’ni anomiya sharoitida yuzaga kelishini ilmiy asoslagan. Tadqiqotlarga ko‘ra, ijtimoiy anomiya holati jamiyatda axloqiy me’yorlar zaiflashganda yoki oila, ta’lim, mehnat kabi ijtimoiy institutlarning integratsiya darajasi pasayganda kuchayadi. Shundan kelib chiqib, oila tizimidagi barqaror psixologik muhit shaxsning jamiyat me’yorlariga mos xulqni shakllantiruvchi eng muhim ijtimoiy omil hisoblanadi.

Deviant xulq-atvorga mansub harakatlar ilmiy manbalarda turlicha guruhlanadi. Ular orasida delinkvent xulq (huquqbuzarlik xarakteridagi, masalan, o‘g‘rilik, bezorilik, vandalizm), addiktiv xulq (spirtli ichimlik, giyohvandlik, internet yoki qimorga qaramlik), agressiv yoki avtoagressiv xulq (boshqalarga yoki o‘ziga zarar yetkazish, o‘z joniga qasd qilish), hamda sotsial befarqlik (ijtimoiy izolyatsiya, muloqotdan chetlashish, beishtiroklik) kabi turlar mavjudligi ta’kidlanadi (Ilyin E., 2016; Klinberg A., 1985). Psixologik va pedagogik tadqiqotlar (Abduqodirova, Qodirov, 2021; Musayev, 2020) O‘zbekiston sharoitida deviant xulq holatlarining 70 foizdan ortig‘i oiladagi emotsional beqarorlik, tarbiya uslublaridagi keskinlik yoki izchillik yetishmasligi bilan bog‘liqligini ko‘rsatgan. Bunday oilalarda ko‘pincha ota-onalar muloqoti bevosita nazoratga, jazoga yoki befarqlikka asoslanadi, bu esa bolaning psixologik ehtiyojlarini to‘liq qondirmaydi va unda tajovuzkor yoki passiv munosabat shakllantiradi.

Oila deviant xulqni erta bosqichda oldini oluvchi eng muhim ijtimoiy-psixologik muhitdir. Shaxsdagi moslashuv, ijobiy o‘zini anglash va axloqiy me’yorlarni ichkilashtirish birinchi navbatda oilada shakllanadi. Ota-onalarning

o‘zaro hurmat, ishonch va mehrga asoslangan munosabati bolada psixologik xavfsizlik hissini yuzaga keltiradi. Bu esa o‘z navbatida ijtimoiy me’yorlarni ongli ravishda qabul qilish, konstruktiv xulq ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Aksincha, oilaviy muloqotning sustligi, zo‘ravonlikka moyillik yoki beparvolik mavjud oilalarda bolalar hissiy qashshoqlikni boshdan kechiradi, bu esa ijtimoiy izolyatsiya, norozilik yoki destruktiv xatti-harakatlarga olib keladi (Minuchin S., *Families and Family Therapy*, 1974).

Ijtimoiy pedagogika nazariyalari (Tixonova, 2018) nuqtayi nazaridan, deviant xulqni samarali profilaktika qilish uchun oila tizimida quyidagi yo‘nalishlar muhim ahamiyatga ega. Birinchidan, oilaviy tarbiya uslublarini bolalarning yosh, individual, qiziqish va temperament xususiyatlariga moslashtirish kerak. Psixolog Baumrind (1971) tomonidan tavsiflangan demokratik tarbiya modeli — aholining eng barqaror natija ko‘rsatuvchi psixologik strategiyalaridan biri sifatida e’tirof etilmoqda. Ikkinchidan, psixologik savodxonlikni oshirish orqali ota-onalarga kommunikativ ko‘nikmalar, stressni boshqarish usullari va emotsional qo‘llab-quvvatlov mexanizmlari o‘rgatilishi lozim. Uchinchidan, oila a’zolari o‘rtasida sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish - tengsifat, ochiq va empatik muloqot asosida ishonchni kuchaytiradi. To‘rtinchidan, maktab, psixologik markaz va mahalla tizimi o‘rtasida hamkorlik asosida profilaktik dasturlarni yo‘lga qo‘yish - masalan, “Sog‘lom oilaviy muloqot”, “Ota-onalar klubi” yoki “Ijtimoiy moslashuv” treninglari orqali oilalarda pedagogik va psixologik madaniyatni kengaytirish samarali bo‘ladi (O‘zbekiston Respublikasi Oila siyosati konsepsiyasi, 2019).

Deviant xulqni samarali profilaktika qilish uchun ijtimoiy-psixologik muammolarga faqat oilaviy doirada yondashish yetarli emas, balki bu jarayonni tizimli, bosqichma-bosqich hamda ko‘p tarmoqli mexanizmlar asosida olib borish zarur. Zamonaviy ijtimoiy pedagogika va psixologiya nazariyalari (Tixonova, 2018; Bronfenbrenner, 1979; Oila va yoshlar ishlari agentligi, 2022) deviant xatti-harakatlarning oldini olishda ijtimoiy institutlarning o‘zaro integratsiyalashgan faoliyati hal qiluvchi rol o‘ynashini ko‘rsatadi.

Makro darajada - davlat va jamiyat siyosati, milliy tarbiya tizimi hamda yosh avlodni ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash siyosati muhim o‘rin tutadi. Davlat miqyosidagi profilaktika choralari qonunchilik, oila va yoshlar siyosati hamda sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etuvchi madaniy-axboriy dasturlar orqali amalga oshiriladi. Bunda “Oila konsepsiyasi” (2019) va “Yoshlar siyosati strategiyasi” (2021) kabi rasmiy hujjatlar jamiyatda psixologik salomatlik va ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashga yo‘naltirilgan. Qator davlat dasturlarida oila muhitini sog‘lomlashtirish, ota-onalarning psixologik tayyorgarligini oshirish, yoshlar orasida agressiya, zo‘ravonlik va addiktiv xulqning oldini olishga qaratilgan kompleks yondashuvlar ishlab chiqilgan.

Mezo darajada - mahalla, maktab, o‘quv yurtlari va ijtimoiy xizmatlarning o‘zaro hamkorlik mexanizmlari asosiy rol o‘ynaydi. Mahalla institutlari, pedagogik jamoalar, maktab psixologlari va ijtimoiy xodimlar o‘rtasidagi tizimli hamkorlik orqali xavf guruhidagi oilalar bilan individual ishlash, ularning tarbiyaviy va ijtimoiy masalalarini hal qilish imkoniyati kengayadi. Tixonova (2018) ta’kidlaganidek, ijtimoiy pedagogikaning mezo darajadagi asosiy vazifasi - ijtimoiy

xizmatlarning o‘zaro koordinatsiyasini yo‘lga qo‘yish, yordamga muhtoj oilalarni erta aniqlash hamda profilaktik ishlarni tashkil etishdir. Shu nuqtai nazardan, O‘zbekiston Respublikasida mahalla tizimi asosida “Ota-onalar maktabi” loyihalarining yo‘lga qo‘yilishi, yoshlar markazlarining faoliyati misol bo‘la oladi. Bu kabi ijtimoiy tarmoqlashgan yondashuvlar oila, ta’lim muassasasi va mahalla o‘rtasidagi bog‘liqlikni mustahkamlab, bolalar va o‘smirlarning deviant xatti-harakatlarini barvaqt aniqlashga xizmat qiladi.

Mikro darajada - profilaktika individual va oilaviy psixokorreksiya, psixologik maslahat, trening va amaliy dasturlar orqali amalga oshiriladi. Oila psixologiyasi sohasidagi tadqiqotlar (Musayev, 2020; G‘afforova, 2021) ko‘rsatishicha, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish oilaviy ziddiyatlarni kamaytiradi va bolalarda ijtimoiy moslashuv darajasini 30–40 foizga yaxshilaydi. Shu bois psixologik xizmat ko‘rsatish tizimi ota-onalarga stressni boshqarish, ziddiyatlarni hal etish, inqirozli holatlarda muloqotni qayta tiklash kabi ko‘nikmalarni o‘rgatishga qaratilishi lozim. O‘quvchi va o‘smirlar uchun tashkil etiladigan psixologik treninglar, rolli o‘yinlar va guruh mashg‘ulotlari ularning ijtimoiy kompetensiyalarini, empatiya va kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantiradi. Johansson (2010) tadqiqotlarida bunday treninglarda muntazam qatnashgan yoshlarning 68 foizida konfliktga chidamlilik va o‘zini tuta bilish darajasi oshgani aniqlangan.

Xalqaro amaliyotda qo‘llaniladigan “Family-Based Prevention Programs” (Kumpfer & Alvarado, 2003) modeli ijtimoiy-psixologik profilaktika tizimini oila markazida integratsiyalash uchun samarali mexanizm sifatida tan olingan. Bu modelda oila a’zolarining hamkorlikda ishtirok etishi, ota-onalarning pedagogik va psixologik ko‘nikmalarini kuchaytirish, bolalarda ijobiy o‘zini anglashni rivojlantirish asosiy maqsad qilib olinadi. Yuqoridagi mexanizmlarni uyg‘un qo‘llash, ya’ni makro darajadagi siyosiy chora-tadbirlar, mezo darajadagi ijtimoiy institutlar hamkorligi hamda mikro darajadagi psixokorreksion va ta’limiy faoliyat birgalikda yo‘lga qo‘yilgandagina deviant xulqning sabablarini chuqur tahlil qilib, uni barvaqt bartaraf etish mumkin bo‘ladi. Shunday integratsion yondashuv yoshlarning ijtimoiy barkamolligini ta’minlash, ularda mas’uliyat, o‘zini boshqarish, hamjihatlik va ijtimoiy sezgirlik kabi fazilatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Oiladagi sog‘lom psixologik muhit — jamiyat barqarorligining asosi, shaxsning ijtimoiy yetukligining kafolatidir. Ijtimoiy-psixologik muammolarni erta aniqlash va ular bo‘yicha tizimli profilaktik choralar ko‘rish deviant xulq shakllarining oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ota-onalarning pedagogik madaniyatini yuksaltirish, oilaviy kommunikatsiya madaniyatini rivojlantirish, mahalla va ta’lim tizimi hamkorligini kuchaytirish orqali yoshlar ongida ijobiy ijtimoiy xulq barqaror namuna sifatida

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati

1. Vygotskiy L. S. *Psixologiya razvitiya rebenka.* – M.: Pedagogika, 1999.
2. Bandura A. *Social Learning Theory.* – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977.

3. Parsons T. *The Social System.* – New York: Free Press, 1951.
4. Tixonova S. V. *Sovremennaya socialnaya pedagogika.* – Moskva: Yurayt, 2018.
5. Ilyin E. P. *Psixologiya semeynix otnosheniy.* – SPb., 2016.
6. Musayev S. *Oila psixologiyasi.* – Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2020.
7. Abduqodirova A., Qodirov G‘. *Yoshlarning deviant xulq-atvorini shakllantiruvchi omillar.* – “Pedagogika”, 2021, №3.
8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Oila va yoshlarni qo‘llab-quvvatlash” to‘g‘risidagi PQ–4351-son qarori, 2019-yil.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARGA QARAMLIKNING PSIXOLOGIK SABABLARINI PSIXOANALITIK YONDASHUV ASOSIDA TAHLIL QILISH

Soliyev Otabek Davlatjon o‘g‘li
FarDU 1-bosqich magistranti

Annotatsiya. Mazkur tezisda raqamli texnologiyalarga qaramlikning psixologik sabablarini psixoanalitik yondashuv asosida tahlil qilish masalasi yoritiladi. Raqamli texnologiyalar inson hayotining deyarli barcha sohalariga kirib kelgani holda, ayrim shaxslarda ulardan me’yoridan ortiq foydalanish, virtual muhitga haddan tashqari bog‘lanish, real hayotdagi emotsional zo‘riqishlardan qochish va o‘zini raqamli makon orqali kompensatsiya qilish holatlarini yuzaga keltirmoqda. Psixoanalitik yondashuv nuqtayi nazaridan raqamli qaramlik shaxsning ongsiz ehtiyojlari, ichki ziddiyatlari, himoya mexanizmlari, emotsional yetishmovchiliklari va real munosabatlardagi qoniqmaslik holatlari bilan bog‘liq psixologik hodisa sifatida talqin qilinadi. Tezisda raqamli qaramlikning psixologik ildizlari, uning shaxs ichki dunyosi bilan bog‘liqligi hamda psixoanalitik tahlil imkoniyatlari ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: raqamli texnologiyalar, raqamli qaramlik, psixoanaliz, ongsizlik, himoya mexanizmlari, kompensatsiya, emotsional ehtiyoj, virtual muhit.

Abstract. This thesis examines the psychological causes of digital technology addiction based on a psychoanalytic approach. As digital technologies have penetrated almost all spheres of human life, excessive use of them, overdependence on the virtual environment, avoidance of emotional stress in real life, and self-compensation through digital space are increasingly observed in some individuals. From the perspective of the psychoanalytic approach, digital addiction is interpreted as a psychological phenomenon associated with unconscious needs, internal conflicts, defense mechanisms, emotional deficiencies, and dissatisfaction in real-life relationships. The thesis analyzes the psychological roots of digital addiction, its connection with the individual’s inner world, and the possibilities of psychoanalytic interpretation.

Keywords: digital technologies, digital addiction, psychoanalysis, unconsciousness, defense mechanisms, compensation, emotional needs, virtual environment.

Аннотация .В данном тезисе рассматривается анализ психологических причин зависимости от цифровых технологий на основе психоаналитического подхода. Поскольку цифровые технологии проникли практически во все сферы жизни человека, у некоторых людей наблюдаются чрезмерное использование цифровых средств, сильная зависимость от виртуальной среды, стремление уйти от эмоционального напряжения реальной жизни и компенсировать внутренние переживания через цифровое пространство. С точки зрения психоаналитического подхода цифровая зависимость интерпретируется как психологическое явление, связанное с бессознательными потребностями личности, внутренними конфликтами, защитными механизмами, эмоциональной недостаточностью и неудовлетворённостью реальными отношениями. В тезисе рассматриваются психологические корни цифровой зависимости, её связь с внутренним миром личности, а также возможности психоаналитического анализа.

Ключевые слова: цифровые технологии, цифровая зависимость, психоанализ, бессознательное, защитные механизмы, компенсация, эмоциональная потребность, виртуальная среда.

XXI asrda raqamli texnologiyalar inson faoliyatining barcha sohalariga chuqur kirib kelgani sababli, ular nafaqat axborot almashish yoki muloqot vositasi, balki shaxsning emotsional holati, o‘zini anglash jarayoni, ijtimoiy munosabatlari va ichki psixologik ehtiyojlarini qondirish shakliga ham aylanmoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o‘yinlar, qisqa videoplatformalar va virtual muloqot maydonlari shaxsga tezkor zavq, tan olinishi, e’tibor, emotsional yengillik va real hayotdagi muammolardan vaqtincha uzoqlashish imkonini beradi. Shu jihatdan raqamli texnologiyalarga qaramlikni faqat tashqi xulq-atvor buzilishi yoki vaqtni noto‘g‘ri taqsimlash muammosi sifatida talqin qilish yetarli emas. Mazkur hodisaning chuqur psixologik ildizlari shaxsning ongsiz ehtiyojlari, ichki konfliktlari, emotsional yetishmovchiligi, “Men” tuzilmasidagi beqarorlik, real munosabatlardagi qoniqmaslik hamda himoya mexanizmlari bilan bog‘liq. Aynan psixoanalitik yondashuv raqamli qaramlikni shaxsning ichki dunyosidagi ziddiyatlar va ongsiz intilishlarning tashqi xulq-atvorda namoyon bo‘lishi sifatida tahlil qilish imkonini beradi.

Raqamli texnologiyalarga qaramlik zamonaviy jamiyatda ayniqsa yoshlar, talabalar va emotsional jihatdan beqaror shaxslar orasida ko‘proq kuzatilmoqda. Bu holat diqqatning susayishi, o‘quv motivatsiyasining pasayishi, real muloqotdan chekinish, ijtimoiy izolyatsiya, xavotir, depressiv kayfiyat va o‘z-o‘zini baholashdagi nomutanosiblik bilan kechishi mumkin. Shu sababli raqamli qaramlikning psixoanalitik asoslarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy psixologik ahamiyatga ham ega. Psixoanalitik nuqtayi nazardan qaramlik har doim faqat tashqi obyektga bog‘lanish emas, balki shaxsning ichki emotsional bo‘shlig‘ini to‘ldirishga qaratilgan ongsiz urinish sifatida talqin qilinadi. Raqamli texnologiyalar bu jarayonda ramziy obyekt vazifasini bajaradi. Ya’ni smartfon, internet, ijtimoiy

tarmoq yoki onlayn o‘yin shaxs uchun oddiy texnik vosita emas, balki emotsional qo‘llab-quvvatlash, xavfsizlik, zavq, nazorat va o‘zini tasdiqlash manbaiga aylanadi.

Freyd psixoanalizida inson xulq-atvorining asosida ongsiz mayllar, ehtiyojlar va konfliktlar yotishi ta’kidlanadi. Shu nuqtayi nazardan raqamli qaramlikni shaxsning ichki zo‘riqishlarini kamaytirishga qaratilgan psixologik himoya shakli sifatida tushuntirish mumkin. Real hayotda qondirilmagan ehtiyojlar - mehrga ehtiyoj, tan olinishi, muvaffaqiyat, yaqinlik, xavfsizlik yoki o‘zini muhim his qilish ehtiyoji - raqamli muhitda sun’iy va tezkor shaklda qondiriladi. Biroq bu qondirilish chuqur va barqaror emas, balki vaqtinchalik bo‘lgani sababli shaxs yana va yana raqamli rag‘batga murojaat qiladi. Raqamli texnologiyalarga qaramlikning psixologik sabablarini tahlil qilishda, avvalo, “Id - Ego - Superego” munosabatlariga e’tibor qaratish lozim. Freydga ko‘ra, “Id” zavq tamoyiliga asoslanadi va darhol qoniqish olishga intiladi. Raqamli texnologiyalar aynan shunday tezkor qoniqish mexanizmini yaratadi: qisqa videolar, bildirishnomalar, layklar, o‘yin mukofotlari, yangi xabarlar va doimiy yangilanib turuvchi kontent shaxsda tezkor emotsional rag‘bat hosil qiladi. Natijada “Id”ning zavq olishga bo‘lgan talabi raqamli vositalar orqali muntazam ravishda qo‘llab-quvvatlanadi.

“Ego”ning vazifasi esa ichki istaklar, tashqi reallik va ijtimoiy talablar o‘rtasida muvozanat saqlashdan iborat. Agar shaxsning “Ego” tuzilmasi yetarlicha barqaror bo‘lmasa, u raqamli rag‘batlarni nazorat qilishda qiynaladi. Bunday holatda inson “yana besh daqiqa”, “faqat bitta video”, “hozir chiqaman” kabi o‘zini aldovchi fikrlar orqali raqamli faoliyatni davom ettiradi. Bu yerda qaramlik shunchaki irodaning sustligi emas, balki “Ego”ning impulslarni boshqarishdagi zaifligi sifatida namoyon bo‘ladi.

“Superego” esa axloqiy nazorat, burch, mas’uliyat va ichki talablar bilan bog‘liq. Raqamli texnologiyalarga qaram shaxs ko‘pincha o‘z xatti-harakatidan keyin aybdorlik, afsuslanish yoki o‘zidan norozi bo‘lish hissini boshdan kechiradi. Masalan, “bugun vaqtimni behuda sarfladim”, “o‘qishim kerak edi”, “o‘zimni nazorat qila olmadim” kabi ichki tanqidlar paydo bo‘ladi. Biroq bu aybdorlik yana xavotirni kuchaytiradi va shaxs shu xavotirdan qochish uchun yana raqamli muhitga qaytadi. Natijada aylana shaklidagi psixologik mexanizm yuzaga keladi: xavotir — raqamli qochish - vaqtinchalik yengillik - aybdorlik -yana xavotir -yana qochish. Psixoanalitik yondashuvda raqamli qaramlikni tushuntirishda himoya mexanizmlari muhim o‘rin tutadi. Shaxs real hayotdagi qiyinchilik, yolg‘izlik, muvaffaqiyatsizlik, emotsional rad etilish yoki ichki bo‘shliq bilan to‘qnash kelganda, buni bevosita anglash og‘riqli bo‘lishi mumkin. Shu sababli psixika o‘zini himoya qilish uchun turli mexanizmlarni ishga tushiradi. Birinchi muhim mexanizm -inkor etishdir. Qaramlik shakllanayotgan shaxs ko‘pincha muammoni tan olmaydi. U “men qaram emasman”, “hamma shunday foydalanadi”, “bu zamon talabi”, “telefon menga ish uchun kerak” kabi fikrlar bilan o‘z holatini oqlaydi. Inkor etish shaxsga vaqtincha psixologik qulaylik beradi, biroq muammoni anglash va bartaraf etish imkoniyatini kamaytiradi. Ikkinchi mexanizm - ratsionalizatsiya. Bunda shaxs o‘zining ortiqcha raqamli faolligiga mantiqiy sabab topishga harakat qiladi. Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda uzoq vaqt qolishni “yangiliklardan xabardor bo‘lish”, onlayn o‘yinlarni “stressdan chiqish”, videolarni ko‘p ko‘rishni “dam olish” deb izohlaydi. Aslida esa

bu faoliyatning chuqurroq sababi ichki zo‘riqish, yolg‘izlik yoki emotsional ehtiyoj bo‘lishi mumkin. Uchinchi mexanizm -- regressiya. Stress yoki ichki bosim kuchayganda shaxs psixologik jihatdan oldingi, sodda va zavqqa yo‘naltirilgan xulq-atvor shakllariga qaytadi. Onlayn o‘yinlar, cheksiz videolar, fantaziya va virtual rag‘batlar insonni real hayotdagi murakkab mas’uliyatlardan vaqtincha uzoqlashtiradi. Bu holat kattalar yoki talabalar xulqida ham bolalarcha qoniqish izlash shaklida ko‘rinishi mumkin. To‘rtinchi mexanizm - kompensatsiya. Raqamli muhit shaxsga real hayotda erisha olmagan narsalarini ramziy tarzda qoplash imkonini beradi. Real hayotda o‘zini yetarli darajada muvaffaqiyatli, jozibador, ijtimoiy faol yoki tan olingan his qilmagan shaxs virtual muhitda ideal obraz yaratadi. Ijtimoiy tarmoqdagi profil, suratlar, statuslar, kuzatuvchilar soni va layklar shaxsning o‘z-o‘zini baholashini vaqtincha ko‘taradi. Biroq bu baholash tashqi tasdiqqa bog‘liq bo‘lib qoladi. Natijada inson o‘z qadrini ichki mezonlar bilan emas, balki raqamli javoblar orqali o‘lchay boshlaydi.

Raqamli texnologiyalarga qaramlikni chuqurroq tushuntirishda obyekt munosabatlari nazariyasi ham muhimdir. Ushbu yondashuvga ko‘ra, inson bolalik davridan boshlab mehr, xavfsizlik, yaqinlik va qabul qilinish ehtiyojlarini muhim shaxslar bilan munosabat orqali shakllantiradi. Agar bu ehtiyojlar yetarli darajada qondirilmasa, keyingi hayotda shaxs emotsional tayanchni boshqa obyektlardan izlaydi. Raqamli texnologiyalar ana shunday “o‘rinbosar obyekt” vazifasini bajarishi mumkin. Smartfon doim yonida bo‘lishi, ijtimoiy tarmoqlarning doimiy aloqa hissini berishi, onlayn muloqotning tezkor javob qaytarishi shaxsda yolg‘izlikni kamaytirgandek tasavvur uyg‘otadi. Biroq bu munosabatlar ko‘pincha haqiqiy emotsional yaqinlikni bermaydi. Virtual aloqa yuzaki, tezkor va ko‘pincha idealizatsiyalangan bo‘ladi. Shaxs real muloqotdagi murakkabliklar - rad etilish, mas’uliyat, samimiylik, konflikt va moslashuv - bilan yuzlashmaslik uchun virtual munosabatlarni afzal ko‘rishi mumkin. Bu esa real ijtimoiy kompetensiyalarning pasayishiga, emotsional izolyatsiyaga va raqamli qaramlikning mustahkamlanishiga olib keladi.

Psixoanalitik tahlilda yana bir muhim jihat — narsissistik ehtiyojlardir. Zamonaviy ijtimoiy tarmoqlar shaxsga o‘zini namoyish qilish, boshqalar tomonidan ko‘rilish, baholanish va tasdiqlanish imkonini beradi. Agar shaxsning o‘z-o‘zini baholashi beqaror bo‘lsa, u doimiy tashqi tasdiqqa ehtiyoj sezadi. “Layk”, izoh, ko‘rishlar soni va kuzatuvchilar raqami bunday shaxs uchun oddiy statistik ko‘rsatkich emas, balki o‘z qadrini his qilish mezoniga aylanadi. Bu jarayonda shaxsning “Men” obrazi tashqi raqamli bahoga qaram bo‘lib qoladi.

Narsissistik ehtiyojlar bilan bog‘liq raqamli qaramlikda shaxs virtual makonda ideal “Men” obrazini yaratadi. U o‘z hayotining faqat ijobiy, chiroyli, muvaffaqiyatli tomonlarini ko‘rsatishga intiladi. Natijada real “Men” va virtual “Men” o‘rtasidagi tafovut kuchayadi. Real hayotdagi zaiflik, oddiylik, muvaffaqiyatsizlik yoki emotsional bo‘shliq qanchalik kuchli bo‘lsa, virtual ideal obrazga ehtiyoj shunchalik ortadi. Bu esa shaxsni raqamli makonga yanada ko‘proq bog‘lab qo‘yadi.

Raqamli qaramlikning yana bir chuqur sababi - xavotirdan qochishdir. Psixoanalitik qarashlarda xavotir ichki konfliktning belgisi sifatida qaraladi. Shaxs

o‘z istaklari, ijtimoiy talablar, aybdorlik hissi va real imkoniyatlari o‘rtasidagi ziddiyatni boshdan kechirganda, unda ichki zo‘riqish paydo bo‘ladi. Raqamli texnologiyalar ushbu xavotirni vaqtincha bostiradi. Doimiy kontent, o‘yin, video, chat yoki yangiliklar oqimi shaxsni o‘z ichki kechinmalari bilan yolg‘iz qolishdan saqlaydi. Boshqacha aytganda, raqamli muhit insonni o‘zini eshitish, o‘z muammosini anglash va ichki ziddiyat bilan yuzlashishdan chalg‘itadi. Shu sababli raqamli qaramlikda eng muhim muammo texnologiyaning mavjudligi emas, balki shaxsning o‘z ichki kechinmalarini mustaqil qayta ishlay olmasligidir. Agar inson zerikish, yolg‘izlik, xavotir, rad etilish, muvaffaqiyatsizlik yoki ichki bo‘shliqni ko‘tara olmasa, u raqamli vositalar orqali bu hislardan qochadi. Natijada texnologiya psixologik “og‘riq qoldiruvchi” vositaga aylanadi. Ammo bu og‘riqning sababini davolamaydi, faqat uni vaqtincha sezilmas qiladi. Psixoanalitik yondashuv asosida raqamli texnologiyalarga qaramlikni quyidagi chuqur psixologik mexanizmlar orqali izohlash mumkin:

- birinchidan, raqamli qaramlik shaxsning ongsiz ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan kompensator xatti-harakat sifatida namoyon bo‘ladi. Real hayotda qondirilmagan e’tibor, mehr, tan olinishi va muvaffaqiyat ehtiyojlari virtual muhitda sun’iy ravishda qoplanadi;
- ikkinchidan, raqamli muhit shaxs uchun xavotirdan qochish maydoniga aylanadi. U ichki konfliktlar, emotsional og‘riq va real muammolar bilan yuzlashmaslik imkonini beradi;
- uchinchidan, raqamli texnologiyalar “Id”ning tezkor zavq olish ehtiyojini kuchaytiradi, “Ego”ning nazorat funksiyasi esa zaiflashgan holatda bu impulslarni tartibga solishda qiynaladi;
- to‘rtinchidan, ijtimoiy tarmoqlar narsissistik ehtiyojlarni kuchaytiradi. Shaxs o‘z qadrini ichki barqarorlikdan emas, balki tashqi raqamli tasdiqdan izlay boshlaydi;
- beshinchidan, smartfon va internet shaxs uchun o‘rinbosar obyekt vazifasini bajaradi. U real munosabatlardagi emotsional yetishmovchilikni virtual aloqa orqali qoplashga harakat qiladi;
- oltinchidan, qaramlik himoya mexanizmlari bilan mustahkamlanadi. Inkor etish, ratsionalizatsiya, regressiya va kompensatsiya shaxsga muammoni anglamaslik yoki uni oqlash imkonini beradi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli texnologiyalarga qaramlikni faqat texnologiyadan ortiqcha foydalanish, vaqtni noto‘g‘ri boshqarish yoki tashqi odat sifatida tushuntirish ilmiy jihatdan yetarli emas. Psixoanalitik yondashuv ushbu hodisaning shaxs ichki dunyosi bilan bog‘liq chuqur sabablarini ochib beradi. Raqamli qaramlik ko‘pincha ongsiz ehtiyojlar, ichki konfliktlar, emotsional yetishmovchilik, xavotirdan qochish, narsissistik tasdiq izlash va himoya mexanizmlarining faol ishlashi natijasida shakllanadi. Raqamli muhit shaxsga vaqtinchalik zavq, yengillik, nazorat, aloqa va tan olinishi hissini beradi. Ammo bu ehtiyojlar real psixologik ishlovdan o‘tmasa, texnologiyalar shaxsning rivojlanishiga xizmat qiluvchi vosita emas, balki ichki muammolarni yashiruvchi va qaramlikni kuchaytiruvchi omilga aylanadi. Shu sababli raqamli qaramlikni bartaraf etishda faqat texnik cheklovlar yoki vaqt nazorati yetarli emas. Bunda shaxsning

ichki emotsional ehtiyojlari, real munosabatlardagi qiyinchiliklari, o‘z-o‘zini baholash tizimi, xavotir manbalari va ongsiz himoya mexanizmlarini aniqlash zarur. Psixoanalitik tahlil raqamli texnologiyalarga qaramlikni shaxsning o‘z ichki kechinmalaridan qochishi, real “Men” va ideal “Men” o‘rtasidagi ziddiyatni virtual makonda vaqtincha yumshatishi hamda emotsional bo‘shliqni raqamli obyektlar orqali to‘ldirishga urinishi sifatida izohlash imkonini beradi. Demak, raqamli qaramlikni chuqur tushunish uchun texnologiyani emas, avvalo, ushbu texnologiyaga haddan tashqari ehtiyoj sezayotgan shaxsning ichki psixologik dunyosini tahlil qilish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Freud S. The Ego and the Id. London: Hogarth Press, 1923.
2. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. London: Hogarth Press, 1936.
3. Fromm E. Escape from Freedom. New York: Farrar & Rinehart, 1941.
4. Winnicott D.W. Playing and Reality. London: Tavistock Publications, 1971.
5. Young K.S. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder // CyberPsychology & Behavior. 1998. Vol. 1, №3. P. 237–244.

RAQAMLI DUNYODA SHAXS IJTIMOIYLASHUVINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Mehribon Qurbonova

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti magistranti

ANNOTATSIYA: Mazkur maqolada raqamli jamiyat sharoitida shaxs ijtimoiylashuvining asosiy xususiyatlari tahlil qilinadi. Virtual muloqot, ijtimoiy tarmoqlar ta’siri va shaxsning o‘zini namoyon etish jarayonidagi o‘zgarishlar yoritiladi.

KALIT SO‘ZLAR: raqamli jamiyat, ijtimoiylashuv, virtual muloqot, ijtimoiy tarmoqlar, shaxs.

АННОТАЦИЯ: В статье рассматриваются основные особенности социализации личности в цифровом обществе. Анализируются влияние виртуального общения, социальных сетей и изменения самопрезентации личности.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: цифровое общество, социализация, виртуальное общение, социальные сети, личность.

ABSTRACT: This article analyzes the main features of personality socialization in a digital society. It highlights the role of virtual communication, social media, and changes in self-presentation.

KEYWORDS: digital society, socialization, virtual communication, social media, personality.

KIRISH: XXI asrda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi jamiyat hayotining barcha jabhalariga chuqur kirib bordi. Internet, mobil qurilmalar va ijtimoiy tarmoqlar insonlarning kundalik turmush tarzini tubdan o‘zgartirib, yangi

ijtimoiy muhitni — raqamli makonni shakllantirdi. Natijada shaxsning ijtimoiylashuv jarayoni ham an'anaviy shakldan farq qilib, yangi mazmun va ko'rinish kasb etmoqda.

Ijtimoiylashuv — bu shaxsning jamiyatga moslashuvi, ijtimoiy tajribani o'zlashtirishi va ijtimoiy rollarni egallashi jarayonidir. Avvallari bu jarayon asosan oila, ta'lim muassasalari va yaqin ijtimoiy muhit orqali amalga oshirilgan bo'lsa, bugungi kunda raqamli platformalar ham muhim ijtimoiylashuv omiliga aylandi. Ayniqsa, yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlar orqali muloqot qilish, axborot olish va o'zini namoyon etish keng tarqalgan. Raqamli muhit shaxs ijtimoiylashuviga ikki tomonlama — ijobiy va salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bir tomondan, u axborot olish imkoniyatlarini kengaytiradi, muloqotni osonlashtiradi va yangi ijtimoiy aloqalarni shakllantiradi. Ikkinchi tomondan esa, noto'g'ri axborotlar, virtual qaramlik va ijtimoiy bosim kabi muammolarni keltirib chiqaradi. Shu bois, raqamli dunyoda ijtimoiylashuvning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

ASOSIY QISM: Raqamli dunyoda shaxs ijtimoiylashuvi bir qator o'ziga xos xususiyatlar bilan ajralib turadi. Avvalo, bu jarayonda virtual muloqotning ustunligi kuzatiladi. An'anaviy yuzma-yuz muloqot o'rnini tobora ko'proq onlayn muloqot egallamoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va forumlar orqali insonlar geografik masofadan qat'i nazar, o'zaro aloqaga kirishadi. Bu esa muloqot imkoniyatlarini kengaytirgan bo'lsa-da, jonli muloqot ko'nikmalarining sustlashishiga ham olib kelishi mumkin.

Ikkinchi muhim jihat — shaxsning o'zini namoyon etish (self-presentation) imkoniyatlarining kengayishidir. Raqamli muhitda har bir inson o'z profilini yaratadi, fikrlarini erkin ifoda etadi va o'z obrazini shakllantiradi. Biroq bu jarayon ba'zan sun'iy yoki ideallashtirilgan obrazlarning paydo bo'lishiga olib keladi, bu esa real va virtual "men" o'rtasida tafovutni kuchaytiradi.

Uchinchi xususiyat — axborot oqimining haddan tashqari ko'pligidir. Internet orqali shaxs katta hajmdagi ma'lumotlarga tezkor kirish imkoniga ega. Bu bilim olish va dunyoqarashni kengaytirishda muhim ahamiyatga ega bo'lsa-da, noto'g'ri yoki zararli axborotlar ta'siriga tushish xavfini ham oshiradi. Shu sababli tanqidiy fikrlash ko'nikmalari muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, raqamli ijtimoiylashuv jarayonida ijtimoiy baholashning yangi shakllari yuzaga kelgan. Layklar, izohlar va obunachilar soni orqali shaxs faoliyati baholanadi. Bu esa ayrim hollarda shaxsning o'z-o'zini qadrlashiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, ijtimoiy bosim va stressni kuchaytirishi mumkin. Yana bir jihat — ijtimoiylashuv jarayonining tezlashuvidir. Raqamli muhit orqali inson qisqa vaqt ichida turli guruhlar, madaniyatlar va g'oyalar bilan tanishadi. Bu esa uning ijtimoiy tajribasini boyitadi, lekin ayni paytda identitet (o'zlikni anglash) muammolarini ham yuzaga keltirishi mumkin. Bundan tashqari, raqamli dunyo shaxs ijtimoiylashuvida mustaqillik va individuallikni kuchaytiradi. Inson o'z qiziqishlari asosida axborot tanlaydi, mustaqil qarorlar qabul qiladi va o'z rivojlanish yo'lini belgilaydi. Shu bilan birga, haddan tashqari individuallashuv ijtimoiy aloqalarning zaiflashishiga olib kelishi ehtimoli ham mavjud.

Raqamli ijtimoiylashuv jarayonida yana bir muhim jihat — ijtimoiy rollarning o‘zgaruvchanligidir. An’anaviy jamiyatda shaxsning roli nisbatan barqaror bo‘lsa, raqamli muhitda u tez-tez o‘zgarib turadi. Masalan, bir inson bir vaqtning o‘zida bloger, o‘quvchi, foydalanuvchi va muhokama ishtirokchisi sifatida faoliyat yuritishi mumkin. Bu esa shaxsning moslashuvchanligini oshiradi, lekin ba’zan ichki ziddiyatlarni ham keltirib chiqaradi.

Shuningdek, raqamli ijtimoiylashuvda anonimlik omili muhim o‘rin tutadi. Internetda ayrim hollarda shaxs o‘zini yashirin tutishi yoki boshqa nom ostida faoliyat yuritishi mumkin. Bu erkin fikr bildirish imkonini oshiradi, biroq mas’uliyatsizlik, agressiv xatti-harakatlar (kiberbulling) va ijtimoiy me’yorlarning buzilishiga ham sabab bo‘lishi mumkin. Yana bir o‘ziga xos xususiyat — madaniyatlararo muloqotning kengayishidir. Raqamli makon orqali turli millat va madaniyat vakillari bilan tezkor aloqaga kirishish mumkin. Bu jarayon shaxsning dunyoqarashini kengaytiradi, tolerantlikni rivojlantiradi va global fikrlashni shakllantiradi. Shu bilan birga, begona madaniyatlarning haddan tashqari ta’siri milliy qadriyatlarning susayishiga olib kelishi ehtimoli ham mavjud. Bundan tashqari, raqamli muhitda ijtimoiylashuvning vizual xarakteri kuchaymoqda. Foto va video kontentlar orqali muloqot qilish keng tarqalgan bo‘lib, bu qisqa va tezkor axborot almashinuvini ta’minlaydi. Ammo bu holat chuqur tahlil va tanqidiy fikrlashning kamayishiga olib kelishi mumkin. Umuman olganda, raqamli ijtimoiylashuv shaxs rivojida yangi imkoniyatlar bilan bir qatorda murakkab psixologik va ijtimoiy muammolarni ham yuzaga keltirmoqda. Shu bois, bu jarayonni ongli ravishda boshqarish, raqamli savodxonlikni oshirish va sog‘lom ijtimoiy muhitni shakllantirish muhim vazifalardan biri bo‘lib xizmat qiladi.

XULOSA:

Xulosa qilib aytganda, raqamli dunyoda shaxs ijtimoiylashuvi an’anaviy shakllardan sezilarli darajada farq qiladi va o‘ziga xos xususiyatlarga ega. Virtual muloqotning ustuvorligi, identifikatsiya jarayonining o‘zgarishi, axborot oqimining ortishi, ijtimoiy baholashning yangi mexanizmlari hamda ijtimoiy rollarning moslashuvchanligi ushbu jarayonning asosiy belgilaridir. Raqamli muhit shaxsga keng imkoniyatlar yaratadi: bilim olish, muloqot doirasini kengaytirish, o‘zini namoyon etish va rivojlanish uchun yangi sharoitlar taqdim etadi. Shu bilan birga, noto‘g‘ri axborot, virtual qaramlik, ijtimoiy bosim va identitet muammolari kabi salbiy jihatlar ham mavjud. Shu sababli, zamonaviy jamiyatda shaxsning muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvi uchun raqamli madaniyatni shakllantirish, tanqidiy fikrlashni rivojlantirish va axborotdan ongli foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa shaxsning nafaqat raqamli muhitda, balki real hayotda ham barqaror va uyg‘un rivojlanishini ta’minlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Erkinova B.A. Shaxs ijtimoiylashuvi va ijtimoiy xulq-atvor// Ta’limda raqamli texnologiyalarni tadbiq etishning zamonaviy tendensiyalari. – 2025. – B. 112–118.

2. Soqiev X.Raqamli jamiyat ijtimoiy-madaniy reallik sifatida// Falsafa va huquq jurnali. – 2026. – №1. – B. 45–52.

Teshayeva G.Yangi O‘zbekistonda shaxsning raqamli jamiyatga transformatsiyalashuvi// Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari. – 2025. – №3. – B. 67–74.

3. Muminov M.A.Raqamli dunyoqarash va ijtimoiy tarmoqlar ta’siri// Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – 2024. – B. 89–95.

Aripova Z., Nurmuxamedova T.Raqamli iqtisodiyotning jamiyat hayotiga ta’siri // Yashil iqtisodiyot va taraqqiyot jurnali. – 2025. – №2. – B. 134–140.

4. Кастельс М.Информационная эпоха: экономика, общество и культура – Москва: ГУ ВШЭ, 2000. – С. 45–60.

Турен А.Постиндустриальное общество– Москва: Прогресс, 2004. – С. 102–118.

5. Бек У.Общество риска: на пути к другому модерну– Москва: Прогресс-Традиция, 2000. – С. 75–90.

6. Иванов Д.В.Виртуализация общества– Санкт-Петербург: Питер, 2002. – С. 120–135.

7. Шарков Ф.И.Коммуникации в цифровом обществе– Москва: Дашков и К, 2021. – С. 58–72.

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH: MOTIV VA MOTIVATSIYA PSIXODIAGNOSTIKASI

Matluba To‘rabekovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti magistranti

ANNOTATSIYA: *Ushbu maqolada raqamli texnologiyalar sharoitida motiv va motivatsiyani psixodiagnostik o‘rganishning zamonaviy yondashuvlari, raqamli vositalar yordamida shaxs motivatsiyasini aniqlash usullari tahlil qilinadi.*

АННОТАЦИЯ: *В статье рассматриваются современные подходы к психодиагностике мотива и мотивации в условиях цифровых технологий, а также методы оценки мотивации личности с использованием цифровых инструментов.*

ABSTRACT: *This article analyzes modern approaches to psychodiagnostics of motives and motivation in the context of digital technologies and methods of assessing individual motivation using digital tools.*

KALIT SO‘ZLAR: *O‘zbekcha: motiv, motivatsiya, psixodiagnostika, raqamli texnologiyalar, sun’iy intellekt.*

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *мотив, мотивация, психодиагностика, цифровые технологии.*

KEYWORDS: *motive, motivation, psychodiagnostics, digital technologies.*

KIRISH: XXI asr — inson psixologiyasi va texnologiya o‘zaro kesishgan eng murakkab davrdir. Bugungi kunda insonning ichki dunyosi faqat an’anaviy psixologik usullar orqali emas, balki raqamli muhit orqali ham shakllanmoqda. Smartfonlar, sun’iy intellekt tizimlari, onlayn test platformalari va big data algoritmlari inson motivatsiyasini o‘rganishning yangi bosqichini yaratdi. Raqamli

texnologiyalar inson ongiga bevosita ta’sir ko‘rsatib, uning ehtiyojlari, qaror qabul qilish jarayoni va motiv tizimini qayta shakllantirmoqda. Masalan, dopamin tizimi orqali ishlovchi “like” va “feedback” mexanizmlari insonning ichki motivatsiyasini tashqi stimullarga bog‘lab qo‘ymoqda. Zamonaviy psixologlar, jumladan O‘zbekistonlik olimlar (G‘. G‘oziev, E. G‘oziev maktabi davomchilari) motivatsiyani shaxs faoliyatining markaziy mexanizmi sifatida ko‘rsatadilar. Xorijiy tadqiqotlarda esa A. Maslou ehtiyojlar piramidasi raqamli muhitda yangi bosqichga o‘tgani, ya’ni “virtual ehtiyojlar” shakllanayotgani ta’kidlanadi. Shu nuqtayi nazardan, motiv va motivatsiyani psixodiagnostika qilish endi faqat anketalar yoki intervyular bilan emas, balki raqamli monitoring, AI-tahlil, onlayn xatti-harakatni kuzatish orqali amalga oshirilmoqda.

ASOSIY QISM:

I. Motiv va motivatsiyaning raqamli transformatsiyasiga doir tadqiqotlar. Motiv — bu insonni harakatga undovchi ichki psixologik kuch. Motivatsiya esa shu kuchning yo‘nalgan tizimi hisoblanadi, motivatsiya nazariyasi bo‘yicha, ichki va tashqi motivatsiya raqamli muhitda yangi shaklga ega bo‘lmoqda.

Turner va Wasserman tadqiqotlarida qayd etilishicha, raqamli platformalar “tezkor mukofot tizimi”ni yaratib, insonning uzoq muddatli motivlarini qisqa impulslar bilan almashtirmoqda. Quyida Turner va unga yaqin mualliflar (Tajfel–Turner yo‘nalishi) hamda Wasserman tadqiqotlarining motiv va motivatsiya, shuningdek raqamli psixodiagnostika bilan bog‘liq ilmiy ishlari aniq va akademik asosda berilgan. John C. Turner psixologiyada ijtimoiy identifikatsiya va self-categorization theory asoschisi bo‘lib, motivatsiyani shaxs emas, balki ijtimoiy guruh jarayoni sifatida tushuntiradi. Turner Henri Tajfel bilan birgalikda shuni ko‘rsatdiki: inson motivatsiyasi faqat individual ehtiyojlar emas balki guruhga tegishlilik va ijtimoiy taqqoslash orqali shakllanadi odamlar “men kimman?”dan ko‘ra “men qaysi guruhga tegishliman?” orqali harakat qiladi, motivatsiya “ingroup favoritism” orqali kuchayadi .

John Turner va hamkorlari (Oakes, Hogg, Reicher) shuni isbotlagan: inson “I” (individual) va “We” (guruh) holatlariga o‘tadi va kontekstga qarab motivatsiya o‘zgaradi

Motivatsiya modeli. Turnerga ko‘ra motivatsiya 3 jarayonga bog‘liq:

kategoriyalash (categorization)

taqqoslash (comparison)

identifikatsiya (identification

Turner xulosasi: Motivatsiya — bu ong emas, balki ijtimoiy kontekstning mahsuli.

Stanley Wasserman tadqiqotlar

Stanley Wasserman — ijtimoiy tarmoqlar tahlili (Social Network Analysis) asoschilaridan biri. Wasserman tadqiqotlari shuni ko‘rsatadi: nson xulq-atvori individual emas, balki ijtimoiy tarmoq strukturasiga bog‘liq. Ya’ni: “Kim bilan bog‘langansan — shunday motivatsiyasan”. Ularning mashhur ishlari: ijtimoiy aloqalar matematik modelga solinadi: “node–tie” (tugun–aloqa) tizimi orqali tahlil qilinadi.

Wasserman yondashuvi hozirgi AI tizimlarida ishlatiladi: Telegram/Instagram tarmoq tahlili, big data behavior tracking, social influence prediction.

Raqamli psixodiagnostika imkoniyatlari

Bugungi kunda psixodiagnostika quyidagi raqamli vositalar orqali amalga oshirilmoqda: onlayn test platformalari (MMPI, Big Five digital versiyalari), AI chat-bot diagnostika tizimlari, mobil ilovalar orqali behavior tracking, neurofeedback va biofeedback tizimlari. Masalan, digital psychological tools platform kabi tizimlar psixologlarga real vaqt rejimida shaxs motivatsiyasini kuzatish imkonini beradi.

Motivatsiyani raqamli muhitda o‘lchash muammolari

Raqamli psixodiagnostika imkoniyatlari bilan birga muammolar ham mavjud:

xulq-atvorning sun’iy o‘zgarishi;

ma’lumotlarning haddan tashqari ko‘pligi;

maxfiylik muammolari;

algoritmik xatoliklar.

Cho‘liyeva (2025) tadqiqotiga ko‘ra, raqamli stress motivatsiyaning pasayishiga bevosita ta’sir qiladi.

Xorijiy yondashuvlar:

A. Maslou: motivatsiya ehtiyojlar ierarxiyasiga asoslanadi. D. Maklelland: muvaffaqiyatga intilish motivi raqamli muhitda kuchayadi.

F. Herzberg: tashqi rag‘batlar motivatsiyani vaqtinchalik kuchaytiradi Bugungi AI tizimlari esa ushbu nazariyalarni raqamli ma’lumotlar bilan birlashtirib, “predictive motivation modeling” yaratmoqda.

Stanley Wasserman, Abraham Maslow va Frederick Herzberg tadqiqotlari motiv va motivatsiya psixodiagnostikasi hamda zamonaviy raqamli psixologiya rivojlanishida muhim o‘rin egallaydi. **Stanley Wasserman** ijtimoiy tarmoqlar tahlili asoschisi sifatida inson xulq-atvorini individual psixologik jarayon emas, balki ijtimoiy aloqalar tizimi orqali tushuntiradi. Uning **Stanley Wasserman va Faust** bilan birgalikdagi klassik tadqiqotlarida (1994) respondentlar sifatida turli tashkilotlar xodimlari, talabalar va ijtimoiy guruhlar o‘rganilgan bo‘lib, ular orasidagi aloqa intensivligi, kommunikatsiya chastotasi va tarmoqdagi markaziylik darajasi matematik model orqali tahlil qilingan**. Tadqiqot natijasiga ko‘ra,** *motivatsiya darajasi shaxsning ijtimoiy tarmoqdagi o‘rniga bevosita bog‘liq ekanligi aniqlangan, ya’ni markaziy pozitsiyada turgan respondentlarda motivatsiya va faollik darajasi yuqori bo‘lgan, periferiyada joylashganlarda esa motivatsion pasayish kuzatilgan. Bu yondashuv hozirgi raqamli platformalarda ham tasdiqlanadi, chunki ijtimoiy tarmoqlarda “like”, “follow” va “share” kabi indikatorlar motivatsiyani kuchaytiruvchi omil sifatida ishlaydi.* Abraham Maslow esa motivatsiyani ehtiyojlar ierarxiyasi asosida tushuntiradi va uning klassik tadqiqotlarida turli yosh, kasb va ijtimoiy qatlam vakillari respondent sifatida ishtirok etgan. Maslow kuzatuv va klinik intervyu metodlari orqali shuni aniqlaganki, inson xulq-atvori asosida bosqichma-bosqich ehtiyojlar yotadi: fiziologik ehtiyojlar qondirilgach, xavfsizlik, keyin ijtimoiy ehtiyojlar, so‘ng hurmat va nihoyat o‘zini ro‘yobga chiqarish ehtiyoji motivatsiyani belgilaydi. Uning tadqiqotlarida respondentlar orasida ehtiyoj darajasi yuqori bo‘lgan shaxslar ko‘proq

ijodiy faollik va o‘zini rivojlantirishga intilishi kuzatilgan. Raqamli muhitga tatbiq etilganda Maslow modeli yangi shaklga ega bo‘lib, internetga kirish fiziologik ehtiyojga yaqinlashmoqda, onlayn xavfsizlik kiberxavfsizlik ehtiyojiga aylanmoqda, ijtimoiy tarmoqlar esa ijtimoiy ehtiyojlarni qondiruvchi asosiy platforma bo‘lib xizmat qilmoqda**. Frederick Herzberg** esa motivatsiyaning ikki omilli nazariyasini ishlab chiqqan bo‘lib, uning tadqiqotlarida asosan ishchi xodimlar, menejerlar va tashkilot xodimlari respondent sifatida qatnashgan. Herzberg “critical incident technique” metodidan foydalanib, respondentlardan ishdagi eng yaxshi va eng yomon holatlarni tasvirlashni so‘ragan va natijada motivatsiyani ikki guruhga ajratgan: gigiena omillari va motivator omillar. Gigiyena omillari (ish haqi, ish sharoiti, siyosat, xavfsizlik) mavjud bo‘lmaganda norozilik yuzaga keladi, lekin mavjud bo‘lsa ham motivatsiyani kuchli oshirmaydi, motivator omillar (muvaffaqiyat, e’tirof, mas’uliyat, rivojlanish) esa real motivatsiyani shakllantiradi. Raqamli muhitda Herzberg nazariyasi asosida o‘tkazilgan zamonaviy tadqiqotlarda respondentlar sifatida onlayn platforma foydalanuvchilari va xodimlar o‘rganilib, gamifikatsiya, virtual mukofotlar va reyting tizimlari motivator omillarni kuchaytirishi aniqlangan. Umuman olganda, ushbu uch olimning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, Wasserman yondashuvida motivatsiya ijtimoiy tarmoqlarga, Maslownikida ichki ehtiyojlar tizimiga, Herzbergnikida esa tashqi va ichki omillar kombinatsiyasiga asoslanadi va zamonaviy raqamli psixodiagnostikada bu uchala model integratsiyalashgan holda qo‘llaniladi.

XULOSA: Raqamli texnologiyalar motiv va motivatsiyani o‘rganishda yangi ilmiy paradigmaga asos soldi. Endi psixodiagnostika faqat laboratoriya yoki anketaga emas, balki raqamli izlar, algoritmik tahlil va real vaqt monitoringiga tayanadi. Shu bilan birga, inson motivatsiyasi tobora murakkablashib bormoqda: tashqi stimullar kuchaygan sari ichki motivatsiyani saqlash muammosi dolzarblashmoqda. Bu esa psixologlardan yangi yondashuv — raqamli psixologik kompetensiyani talab qiladi. Kelajakda motivatsiya psixodiagnostikasi sun’iy intellekt bilan yanada integratsiyalashib, shaxsning psixologik modelini oldindan bashorat qilish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G‘oziev E.G‘. “Umumiy psixologiya”. Toshkent: O‘qituvchi, 2002. — 368 bet.

2. Xalilova I., Xaydarov I. “Psixologiya”. Toshkent: Fan va texnologiya, 2009. — 312 bet.

3. Baratov Sh. “Shaxs psixologiyasi va motivatsiya asoslari”. Toshkent, 2018. — 256 bet.

4. Karimova V.M. “Ijtimoiy psixologiya”. Toshkent: Yangi asr avlodi, 2011. — 280 bet.

5. Yusupova D.R. “Raqamli ta’lim muhitida psixologik jarayonlar”. Toshkent, 2023. — 190 bet.

6. Леонтьев А.Н. “Деятельность. Сознание. Личность”. Москва: Политиздат, 1977. — 304 стр.

7. Рубинштейн С.Л. “Основы общей психологии”. Москва: Питер, 2000. — 720 стр.
8. Выготский Л.С. “Мышление и речь”. Москва: Лабиринт, 1999. — 352 стр.
9. Ананьев Б.Г. “Человек как предмет познания”. Ленинград: ЛГУ, 1968. — 339 стр.
10. Ильин Е.П. “Мотивация и мотивы”. Санкт-Петербург: Питер, 2011. — 512 стр.
11. Maslow A. H. “Motivation and Personality”. New York: Harper & Row, 1987. — 336 pages.
12. Herzberg F. “The Motivation to Work”. New York: Wiley, 1959. — 157 pages.
13. McClelland D. C. “Human Motivation”. Cambridge University Press, 1985. — 384 pages.
14. Wasserman S., Faust K. “Social Network Analysis: Methods and Applications”. Cambridge University Press, 1994. — 825 pages.
15. Deci E. L., Ryan R. M. “Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior”. Springer, 1985. — 371 pages.
16. https://dictionary.apa.org
17. https://www.researchgate.net
18. https://scholar.google.com
19. https://link.springer.com.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA RAQAMLI QURILMALAR TA’SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Afzalov Humoyun Sharifjon o‘g‘li
Qo‘qon universiteti, pedogogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
afzalxumoyun@gmail.com

Mirzaliyeva Muhayyoxon Sodirjon qizi
Qo‘qon universiteti, maktabgacha ta’lim yo‘nalishi 1-kurs MT 3-25 guruh talabasi

Annotatsiya:
Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda raqamli qurilmalardan ya’ni smartfon, planshet, televizordan foydalanishning psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. Zamonaviy axborotlashgan jamiyatda raqamli vositalarning bolalar psixikasiga ko‘p qirrali ta’siri – kognitiv rivojlanish, hissiy-irodaviy soha, ijtimoiy munosabatlar va nutqiy rivojlanish nuqtai nazaridan yoritilgan. Tadqiqotda raqamli qurilmalarning haddan tashqari va nazoratsiz qo‘llanilishi bilan bog‘liq asosiy tahdidlar-diqqat yetishmovchiligi, xulq-atvor buzilishlari, ijtimoiy izolyatsiya kabilar aniqlangan hamda ularning oldini olish bo‘yicha psixologik-profilaktik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: maktabgacha yosh, raqamli qurilmalar, psixologik ta’sir, kognitiv rivojlanish, ekran vaqti, ota-ona nazorati, ijtimoiy moslashuv.

Texnologik taraqqiyot natijasida raqamli qurilmalar bugungi kunda hatto maktabgacha yoshdagi bolalar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ko‘pchilik 3-7 yoshli bolalar kuniga o‘rtacha 2-4 soat vaqtini smartfon yoki planshet bilan o‘tkazadi. Ushbu holat bolaning shakllanayotgan psixikasiga ijobiy va salbiy jihatlari bilan ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Mazkur maqolada raqamli qurilmalarning maktabgacha yoshdagi bolalar psixologik rivojlanishiga ta’sirining o‘ziga xos xususiyatlari tahlil qilinadi.

Maktabgacha bo ‘lgan 3-7 yoshdagi bolalarda psixik rivojlanishning sezuvchan davri kechadi. Bu yoshda idrok, xotira, tafakkur, tasavvur va nutq jadal shakllanadi. Raqamli qurilmalarning ushbu jarayonlarga ta’siri ikki xil bo‘lishi mumkin.

Interaktiv ta’lim dasturlari va rivojlantiruvchi o‘yinlar bolaning mantiqiy tafakkuri, rangni farqlash qobiliyati va kichik harakatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Masalan, maxsus planshet ilovalari orqali harflar va raqamlarni o‘rganish samaradorligi an’anaviy usullarga nisbatan ba’zi hollarda yuqori ekanligi qayd etilgan.

Raqamli qurilmalardan nazoratsiz va tartibsiz foydalanish bir qator salbiy psixologik oqibatlarga olib keladi. Misol qilib aytadigan bo‘lsak, diqqatning sustligi va giperaktivlik. Tez almashinadigan rang-barang rasm-lar bolada ixtiyoriy diqqatni ushlab turish qobiliyatini pasaytiradi. Natijada bola atrofdagi hayotiy vazifalarga uzoq vaqt e’tibor qarata olmaydi.

Kattalar bilan jonli muloqot o‘rnini egallagan video tomosha qilish uchun sarflangan vaqti bolaning so‘z boyligi va grammatik tuzilmalarni o‘zlashtirishiga to‘sqinlik qiladi. Doimiy raqamli o‘yinlar orqali rag‘batlantirish bolada sabr-toqatning kamayishiga, tushkunlik va tajovuzkorlik kabi hissiy reaksiyalarning kuchayishiga sabab bo‘ladi. Shuningdek, bolani o‘z tengdoshlari bilan o‘ynash o‘rniga virtual o‘yinlar afzal ko‘rilib, ijtimoiy izolyatsiya xavfi tug‘iladi.

Adabiyotlarni tahlil qilish va kuzatuv usullari asosida 3-7 yoshli 60 nafar bolaning ota-onalari o‘rtasida so‘rovnoma o‘tkazildi. So‘rovnomada raqamli qurilmadan foydalanish davomiyligi, uning mazmuni rivojlantiruvchi yoki ko‘ngilochar, ota-onaning nazorat darajasi va bolaning xulq-atvoridagi o‘zgarishlar o‘rganildi.

So‘rovnoma natijalariga ko‘ra, bolalarning 78 foizi kuniga 1 soatdan ortiq vaqtini raqamli qurilmalarga sarflaydi. Ularning atigi 32 foizida ota-ona vaqt cheklovi va undagi ko‘riladigan ma’lumotlarni tanlashda faol ishtirok etadi.

Raqamli qurilmadan bolalarda kuniga 2 soatdan ko‘proq foydalanadigan bo‘lsa tajovuzkorlik, injiqlik va o‘yin faoliyatining kamayishi ayniqsa, syujetli-rol o‘yinlarining yo‘qolishi kabi belgilar tez-tez kuzatiladi. Aksincha, cheklangan va nazoratli foydalanish kuniga — 30-40 daqiqa, faqat ta’limiy kontent bolalarning kognitiv va ijtimoiy ko‘rsatkichlariga sezilarli darajada salbiy ta’sir ko‘rsatmagan.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha yoshdagi bolalarda raqamli qurilmalardan foydalanish psixologik rivojlanishga ikki tomonlama – ham rivojlantiruvchi, ham buzuvchi ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Tadqiqot natijalari shuni

ko‘rsatadiki, raqamli vositalarning haddan tashqari va nazoratsiz qo‘llanilishi bolaning diqqat barqarorligi, nutqiy faolligi, hissiy intellekti va ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish qobiliyatiga jiddiy xavf tug‘diradi. Ayniqsa, kognitiv jarayonlarning sezuvchan davrida ekran oldida o‘tkazilgan vaqtning real hayotdagi o‘yin, muloqot va harakat faoliyati hisobiga ortishi, psixik kamolotda turg‘unlik va buzilishlarga olib kelishi mumkin.

Shu bilan birga, to‘g‘ri tashkil etilgan, vaqt jihatidan cheklangan va pedagogik asoslangan raqamli kontent maktabgacha yoshdagi bolaning mantiqiy tafakkuri, vizual idroki va qo‘l-ko‘z muvofiqlashtiruvini qo‘shimcha rag‘batlantirish vositasi sifatida xizmat qiladi.

Quyidagi ilmiy-amaliy tavsiyalar maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlaydigan psixologlar, tarbiyachilar va ota-onalar uchun mo‘ljallangan:

3-5 yoshli bolalar uchun raqamli qurilmalardan foydalanishning umumiy davomiyligi kuniga 30 daqiqadan, 6-7 yoshlilar uchun esa 1 soatdan oshmasligi kerak. Har 15-20 daqiqada ko‘z va orqa-muska tizimi uchun tanaffus (gimnastika, ko‘z mashqlari) tashkil etish zarur.

Bolalar uchun faqat ta’limiy va interaktiv dasturlar, qisqa multfilmlar va rivojlantiruvchi o‘yinlar tavsiya etiladi. Zo‘ravonlik, qo‘rqituvchi sahnalar va tez almashinadigan dinamik kadrlardan saqlanish lozim.

Ota-onaning bolakay bilan birgalikda ekran qarshisidagi faol ishtiroki juda muhim. Bola ekranda ko‘rgan voqea, qahramon harakati yoki o‘yin qoidasini kattalar bilan jonli muhokama qilishi kerak. Bu nutqiy rivojlanish va real hayotdagi tushunchalarni mustahkamlashga xizmat qiladi. Maktabgacha yoshdagi bolaning asosiy faoliyati – o‘yin ekanligini unutmaslik kerak.

Haftada kamida bir kun masalan, yakshanba bolani har qanday raqamli qurilmadan – televizor, smartfon, planshetsiz o‘tkazish, tabiatga chiqish yoki ijodiy mashg‘ulotlar bilan band qilish psixik tiklanish va bolani aqliy va ruhiy rivojlanishiga yo‘l ochadi.

Maktabgacha ta’lim tashkilotlari va psixologik xizmat markazlari ota-onalarga bolaning ekran oldidagi vaqtini nazorat qilish, muqobil o‘yin faoliyatini taklif qilish va raqamli qurilmalarga qaramlikning dastlabki belgilari bo‘lgan bolaning qurilmani tortib olishga tajovuzkorlik bilan munosabat bildirishi, faqat multfilm ko‘rgandan keyingina ovqatlanishi kabilarni aniqlash bo‘yicha amaliy ko‘nikmalarni o‘rgatishi maqsadga muvofiqdir.

Raqamli qurilmalarni mukofot yoki jazo vositasi sifatida ishlatish bu nojo‘ya ta’sirlarga olib kelshini unutmaslik lozim. Aks holda bolada texnologiyalarga nisbatan yuqori darajada bog‘lanib qolib uning qiymatini oshirib yuborish kabi munosabat shakllanadi. Qurilmani foydalanish oddiy, tabiiy va faqatgina zarurat paydo bo‘lgandagina berish kerak.

Ushbu tavsiyalarni amaliyotga tatbiq etish maktabgacha yoshdagi bolalarning raqamli muhitda sog‘lom psixologik rivojlanishini ta’minlash, axborotlashgan jamiyatda yuzaga kelayotgan xavf-xatarlarni kamaytirish va bolaning psixik salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy, L. S. (2004). Psixologiya va bola rivojlanishi. Toshkent: O‘qituvchi.
2. Bojovich, L. I. (1995). Shaxs va uning bolalik davridagi shakllanishi. Moskva: Prosvesheniye.
3. Muxina, V. S. (2010). Yosh psixologiyasi. Moskva: Akademiya.
4. G‘oziyev, E. G‘. (2005). Ontogenez psixologiyasi. Toshkent: O‘qituvchi.
5. Nishonova, Z. T. (2019). Bolalar psixologiyasi va psixodiagnostikasi. Toshkent.
6. O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta’lim vazirligi (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarning sog‘lom rivojlanishi bo‘yicha uslubiy qo‘llanma. Toshkent.
7. Karimova, V. M. (2018). Oila psixologiyasi. Toshkent: Fan va texnologiya.
8. Elkonin, D. B. (1989). Bola psixik taraqqiyoti masalalari. Moskva: Pedagogika.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA GADJETLARDAN FOYDALANISHNING DIQQAT VA XOTIRAGA TA’SIRI

Afzalov Humoyun Sharifjon o‘g‘li

Qo‘qon universiteti, pedogogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
afzalxumoyun@gmail.com

Jo‘rayeva Nigoraxon

Qo‘qon universiteti, maktabgacha ta’lim yo‘nalishi
1-kurs MT 3-25 guruh talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada raqamli texnologiyalar asrida maktabgacha yoshdagi (3–7 yosh) bolalarning intellektual rivojlanishiga gadjetlarning ta’siri tahlil qilinadi. Ayniqsa, ekran qarshisida o‘tkazilgan vaqtning bolaning diqqatni jamlashi va uzoq muddatli xotirasiga ko‘rsatadigan salbiy va ijobiy jihatlari ilmiy asoslanadi.

Kalit so‘zlar: Maktabgacha yosh, gadjetlar, diqqat, xotira, kognitiv rivojlanish.

Kirish. Bugungi kunda gadjetlar (smartfon, planshet) hayotimizning ajralmas qismiga aylandi. Biroq, rivojlanish bosqichidagi bola miyasi uchun raqamli olam nafaqat bilim manbai, balki jiddiy xavf hamdir. Maktabgacha yosh — bu kognitiv jarayonlar, ya’ni diqqat va xotira shakllanadigan eng sezgir davrdir.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev yosh avlod tarbiyasi haqida gapirganda, zamonaviy texnologiyalardan oqilona foydalanish masalasiga alohida to‘xtalib o‘tgan: “Biz farzandlarimizni zamonaviy bilim va tajribalar, milliy va umumbashariy qadriyatlar ruhida voyaga yetkazishimiz kerak. Ular faqatgina texnologiyani egallashi emas, balki ma’naviy boy, mantiqiy fikrlaydigan shaxs bo‘lishi shart”. Davlat rahbarining bu so‘zlari bolalarni gadjetlarning “asiri” bo‘lishidan asrash, ularda tanqidiy va mantiqiy tafakkurni rivojlantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqat hali to‘liq shakllanmagan bo‘lib, u ko‘proq ixtiyorsiz xarakterga ega. Bola rivojlanishida ijtimoiy muhit va faoliyat

muhim o‘rin tutadi, ortiqcha texnologik ta’sir esa tabiiy rivojlanish jarayonini sekinlashtirishi mumkin.

Bolaning diqqati faqat yorqin va shovqinli stimullarga o‘rganib qolishi natijasida, ixtiyoriy diqqat (diqqatni jamlash) rivojlanishdan to‘xtaydi. Bu esa kelajakda maktabda o‘zlashtirishning pasayishiga olib keladi.

Germaniyalik taniqli neyrobiolog Manfred Shpitser o‘zining so‘nggi yillardagi izlanishlarida “Raqamli aqli zaiflik” (Digital Dementia) tushunchasini izohlar ekan.

“Bolaning diqqati — bu mushak kabi mashq qilinishi kerak bo‘lgan jarayon. Ekran uning o‘rniga hamma narsani bajaradi: ranglar o‘zgaradi, tovushlar almashadi. Natijada bolaning o‘z irodasi bilan diqqatini bir nuqtaga yo‘naltirish qobiliyati atrofiyaga(kuchsizlanish) uchraydi”

2019-yilda JSST ilk bor 5 yoshgacha bo‘lgan bolalar uchun ekran vaqti bo‘yicha rasmiy cheklovlarni e’lon qildi. Unga ko’ra 1 yoshgacha bo‘lgan bolalarga ekran umuman tavsiya etilmaydi. 2 yoshdan 5 yoshgacha bo‘lgan bolalar uchun esa kuniga 1 soatdan oshmasligi shart. Chunki bu yoshda bolaning passiv ko‘rishi emas, balki jismoniy harakati va ijtimoiy muloqoti diqqatni shakllantiruvchi asosiy omil hisoblanadi.

Tanganing ikki tomoni bo‘lganidek gadjetlardan foydalanishning ham ikki tomoni mavjud.

Birinchidan ijobiy jihatlariga to‘xtaladigan bo‘lsak to‘g‘ri tanlangan va yoshga mos dasturlar orqali bolalarda: mantiqiy fikrlash, tezkor qaror qabul qilish, qisqa muddatli xotira, til o‘rganish qobiliyatlari rivojlanishi mumkin.

Masalan, interaktiv o‘yinlar va ta’limiy ilovalar bolalarni faol ishtirok etishga undaydi, bu esa ularning bilish jarayonlarini rag‘batlantiradi. Biroq bu jarayon me’yor va nazorat asosida bo‘lishi shart

Bundan tashqari, bolalar real hayotdagi o‘yin va muloqot o‘rniga virtual olamga ko‘proq berilib ketishi mumkin, bu esa ularning umumiy rivojlanishiga salbiy ta’sir qiladi qolaversa oddiy (sekin) o‘yinlardan zerikishiga sabab bo‘ladi.

Bola ekran bilan muloqot qilganda "jonli qayta aloqa" bo‘lmaydi, bu esa ijtimoiy diqqatni jamlashda turli salbiy muammolarni yuzaga keltiradi.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha yoshdagi bolalarda gadjetlardan foydalanish masalasi muvozanatni talab qiladi. Me’yoridan ortiq foydalanish diqqatning susayishi va xotiraning zaiflashishiga olib kelishi mumkin, ammo to‘g‘ri yondashuv orqali undan samarali ta’lim vositasi sifatida foydalanish ham mumkin. Shu sababli ota-onalar va pedagoglar bolalarning gadjet bilan o‘tkazadigan vaqtini nazorat qilishlari, ularni ko‘proq jonli muloqot va an’anaviy o‘yinlarga jalb etishlari muhimdir. Shu o‘rinda aytish mumkinki, gadjetlar — bu pichoq kabi vositadir: u bilan non kesish ham mumkin, jarohat yetkazish ham. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun:

1. Gadjet o‘rniga mantiqiy o‘yinlar, kitob mutolaasi va tabiat qo‘ynidagi mehnatni ko‘paytirish.

2. Ota-onalar farzandi bilan birga ta’limiy dasturlarni ko‘rishi va muhokama qilishi zarur.

3. 2–5 yoshdagi bolalar uchun gadjetdan foydalanish kuniga 1 soatdan oshmasligi kerak;

Zero, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta’kidlaganidek: “Yosh avlodni har tomonlama barkamol qilib tarbiyalash — davlat siyosatining eng ustuvor yo‘nalishidir” kelajak poydevori bo‘lmish yoshlarning intellektual salomatligi ularning raqamli olamda qancha vaqt o‘tkazishiga emas, balki qanday bilim olishiga bog‘liqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. – Toshkent: “O‘zbekiston” nashriyoti, 2021. – B. 217.

2. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi asosida jadal ravnaq sari. – Toshkent: “O‘zbekiston”, 2023. – B. 34

3. Шпицер М. Киберболезнь. Как цифровая жизнь портит наше здоровье. – Москва: АСТ, 2016. – С. 210-212.

4. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti. 5 yoshgacha bo‘lgan bolalar uchun jismoniy faollik, harakatsiz turmush tarzi va uyqu bo‘yicha ko‘rsatmalar. – Jeneva: JSST nashriyoti, 2019. – 8-12-b.

RAQAMLASHTIRISH SHAROITIDA OILADA MANIPULYATIV MULOQOTNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Nishanova Zulfizar Yashin qizi

O’zbekiston milliy pedagogika universiteti doktoranti,
psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori

Annotatsiya:

Ushbu maqolada raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda oila a’zolari o‘rtasidagi muloqotning psixologik o‘zgarishlari, xususan, manipulyativ muloqotning yangi shakllari va xususiyatlari tahlil qilinadi. "Ekran orti" muloqoti oilaviy munosabatlarga qanday ta’sir ko‘rsatishi va bu jarayonda hissiy manipulyatsiyaning o‘rni yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Raqamlashtirish, oilaviy muloqot, manipulyatsiya, kiber-psixologiya, hissiy intellekt, gadjetga qaramlik, virtual munosabat.

XXI asrning o‘ziga xos xususiyati bo‘lgan raqamlashtirish jamiyatning barcha bo‘g‘inlariga, jumladan, eng muhim ijtimoiy institut - oilaga ham kirib bordi. Bugungi kunda oila a’zolari o‘rtasidagi an’anaviy "yuzma-yuz" muloqot o‘rnini ko‘p hollarda gadjetlar va ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshiriladigan virtual muloqot egallamoqda. Bu jarayon muloqotning tezkorligini ta’minlasa-da, uning psixologik sifatiga, ayniqsa, samimiylik va ishonch darajasiga jiddiy putur yetkazmoqda. Natijada, oilada muloqotning destruktiv shakli bo‘lgan manipulyativ muloqotning yangi platformalari va mexanizmlari yuzaga kelmoqda.

O‘zbek oilalarida muloqot asrlar davomida "andisha", "sharm-hayo" va "kattaga hurmat" tamoyillariga asoslangan. Biroq, raqamlashtirish bu qadriyatlar niqobi ostida manipulyatsiyani yashirishga imkon bermoqda. Masalan: Qaynona-

kelin munosabatlarida bevosita gapirmasdan, ijtimoiy tarmoqdagi statuslar orqali bir-biriga "piching" qilish yoki oilaviy guruhlarda (Telegram/WhatsApp) ochiqdan-ochiq tanbeh berish milliy mentalitetdagi andishani manipulyatsiyaga aylantirmoqda. Bu psixologiyada "ijtimoiy passiv-agressiya" deb ataladi.

Raqamlashtirish oilaviy muloqotning ham makonini, ham vaqtini o‘zgartirdi. Ilgari oila a’zolari kechki ovqat atrofida jam bo‘lib, bir-birlarining hissiyotlarini ko‘z qarashlari, ohang va imo-ishoralardan uqib olishgan bo‘lsa, hozirda bu jarayon ko‘p hollarda "fabbing" (muloqot paytida telefonga chalg‘ish) hodisasi bilan kechmoqda.

Psixologik nuqtai nazardan, virtual muloqotda "hissiy tanqislik" yuzaga keladi. Inson ovozining ohangi va tana tili yordamida uzatiladigan ma’lumotlarning yo‘qolishi xabarlarning noto‘g‘ri talqin qilinishiga va bu muhitda manipulyatsiya qilish uchun keng imkoniyatlar ochilishiga sabab bo‘ladi.

Manipulyatsiya - bu sherigiga sezdirmasdan uning ustidan nazorat o‘rnatish, o‘z maqsadlari yo‘lida uning his-tuyg‘ulari va xulq-atvorini boshqarishdir. Oilada manipulyatsiya ko‘pincha "mehribonlik", "g‘amxo‘rlik" yoki "aybdorlik hissini uyg‘otish" niqobi ostida namoyon bo‘ladi.

Raqamlashtirish sharoitida manipulyatsiyaning quyidagi psixologik xususiyatlari yaqqol ko‘zga tashlanadi:

A) Hissiy masofalanish: Shaxs o‘z xohishiga erishish uchun javob bermaslik ("ignore"), bloklash yoki xabarlarni o‘qib turib ataylab e’tiborsiz qoldirish orqali ikkinchi tomonni ruhan qiynaydi.

B) Nazoratning kuchayishi: Geolokatsiya, "oxirgi marta qachon tarmoqda bo‘lgani" yoki xabarni o‘qiganlik haqidagi belgilar orqali oila a’zolari bir-birini doimiy nazorat qiladi. Bu "raqamli rashk" va ishonchsizlik manipulyatsiyasini keltirib chiqaradi.

Turli avlodlar o‘rtasidagi manipulyativ munosabatlar qanday kechadi?

Er va xotin o‘rtasida: Ijtimoiy tarmoqlardagi "ideal oila" obrazini yaratishga urinish ko‘pincha haqiqiy munosabatlardagi bo‘shliqni yashirishga xizmat qiladi. Er-xotinlar bir-biriga bevosita aytolmagan e’tirozlarini statuslar yoki uchinchi shaxslarga mo‘ljallangan postlar orqali "shama" qilishadi. Bu passiv-agressiv manipulyatsiyaning zamonaviy shaklidir.

Ota-onalar va farzandlar o‘rtasida: Raqamli qurilmalar bugungi kunda "elektron enaga" yoki jazo quroliga aylangan. Ota-onalar bolani boshqarish uchun "telefoningni olib qo‘yaman" deb qo‘rqitishadi yoki aksincha, bola ota-onadan biror narsani undirish uchun internet olamidagi o‘zini tutishi bilan manipulyatsiya qiladi. Shuningdek, farzandlarining ijtimoiy tarmoqdagi profillarini yashirin kuzatish (shpionlik) orqali ota-onalar ularning shaxsiy chegaralarini buzadilar, bu esa o‘smirlarda o‘zini himoya qilish uchun yolg‘on va manipulyatsiyaga tayanish hissini oshiradi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, oiladagi nizolarning 40-45 foizi bevosita ijtimoiy tarmoqlardagi faoliyat (layklar, izohlar, "online" holatini tekshirish) oqibatida yuzaga kelmoqda. Yosh oilalarning 60 foizdan ortig‘i ovqatlanish paytida yoki dam olish vaqtida bir-biri bilan emas, balki gadjetlar bilan muloqot qiladi. Bu "parallel hayot kechirish" sindromini keltirib chiqaradi, bu yerda manipulyatsiya

asosiy qurolga aylanadi: "Agar meni hurmat qilsang, o‘sha rasmni o‘chirasan" kabi talablar hissiy shantaj shaklini oladi.

Doimiy manipulyativ muloqot sharoitida yashaydigan oila a’zolarida quyidagi psixologik muammolar kuzatiladi:

1. O‘z-o‘zini baholashning pasayishi: Manipulyatsiya qurboni o‘zini doim aybdor yoki yetarli darajada emas deb hisoblay boshlaydi.
2. Ishonch inqirozi: Virtual dunyodagi "shaffoflik" (har bir qadamni tekshirish imkoniyati) aslida ichki ishonchni o‘ldiradi.
3. Hissiy sovuqlik: Haqiqiy his-tuyg‘ular o‘rnini smayliklar va tayyor stikerlar egallashi oqibatida insonlar bir-birining dardini his qilish (empatiya) qobiliyatini yo‘qotadilar.

Raqamlashtirish sharoitida sog‘lom oilaviy muhitni saqlab qolish uchun quyidagi choralarni ko‘rish tavsiya etiladi:

"Raqamli gigiyena"ga rioya qilish: Uyda telefonsiz hududlar va vaqtlarni (masalan, kechki ovqat payti) belgilash.

Ochiq muloqotni rivojlantirish: Shama va manipulyatsiya o‘rniga o‘z ehtiyojlari va tuyg‘ularini "Men-xabar" (I-statement) usulida to‘g‘ridan-to‘g‘ri ifodalashni o‘rganish.

Empatiyani kuchaytirish: Virtual xabarlardan ko‘ra, jonli muloqotdagi vizual kontakt va hissiy aloqaga ko‘proq ahamiyat berish.

Raqamlashtirish oilaviy muloqot uchun yangi imkoniyatlar yaratish bilan birga, manipulyatsiya uchun murakkab psixologik tuzoqlarni ham taqdim etmoqda. Oilada manipulyativ muloqotning oldini olish - bu nafaqat texnologiyalardan to‘g‘ri foydalanish, balki har bir oila a’zosining hissiy intellektini oshirish va bir-birining shaxsiy chegaralarini hurmat qilish bilan bog‘liq jarayondir. Texnologiyalar muloqot vositasi bo‘lishi kerak, muloqotning o‘rnini bosuvchi maqsad emas.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O‘zbekiston strategiyasi". – Toshkent: O‘zbekiston, 2021.
2. Karimova V.M. "Oila psixologiyasi". – Toshkent: Fan va texnologiya, 2012.
3. Шостром Е. Антиманипулятор: Внутренная поддержка и самопознание. – М.: Aprel Press, 2004.
4. Zuboff S. "The Age of Surveillance Capitalism". – PublicAffairs, 2019.
5. Goleman D. "Emotional Intelligence". – Bantam Books, 2005.
6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Statistika agentligi ma’lumotlari (Raqamlashtirish va internet foydalanuvchilari statistikasi bo‘yicha).

RAQAMLI DAVRDA SHAXS RIVOJLANISHI: KLASSIK NAZARIYALAR VA ZAMONAVIY TRANSFORMATSIYALAR

Baxtiyorbekova Iroda

Renessans ta`lim universiteti Pedagogikfakulteti
Psixologiya yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada raqamli davr sharoitida shaxs rivojlanishining nazariy va amaliy jihatlari integrativ yondashuv asosida yoritiladi. Shaxs rivojlanishining klassik bosqichlari va ehtiyojlar iyerarxiyasi zamonaviy raqamli muhit kontekstida yangidan talqin qilinib, virtual makonning yoshlar shaxsiy o'sishiga ta'siri tahlil etiladi. Xulosa sifatida internet, ijtimoiy tarmoqlar va sun'iy intellekt sharoitida shaxs butunligini saqlash hamda kognitiv rivojlanishni optimallashtirish bo'yicha ilmiy tavsiyalar ilgari suriladi.

Kalit so'zlar: *raqamli davr, shaxs rivojlanishi, klassik nazariyalar, virtual sotsializatsiya, klipli tafakkur, raqamli identifikatsiya, sun'iy intellekt, yoshlar psixologiyasi.*

Аннотация. В данной статье на основе интегративного подхода освещаются теоретические и практические аспекты развития личности в условиях цифровой эпохи. Классические этапы развития личности и иерархия потребностей интерпретируются заново в контексте современной цифровой среды, а влияние виртуального пространства на личностный рост молодежи анализируется. В заключение выдвигаются научные рекомендации по сохранению целостности личности и оптимизации когнитивного развития в условиях интернета, социальных сетей и искусственного интеллекта.

Ключевые слова: *цифровая эпоха, развитие личности, классические теории, виртуальная социализация, клиповое мышление, цифровая идентификация, искусственный интеллект, психология молодежи.*

Abstract. This article examines the theoretical and practical aspects of personal development in the digital age based on an integrative approach. The classical stages of personal development and the hierarchy of needs are reinterpreted in the context of the modern digital environment, and the impact of virtual space on the personal growth of young people is analyzed. In conclusion, scientific recommendations are put forward to preserve the integrity of the individual and optimize cognitive development in the context of the Internet, social networks and artificial intelligence.

Keywords: *digital era, personal development, classical theories, virtual socialization, clip thinking, digital identification, artificial intelligence, youth psychology.*

XXI asr insoniyat tarixida raqamli inqilob davri sifatida tan olinmoqda. Internet, smartfonlar, ijtimoiy tarmoqlar va sun'iy intellekt texnologiyalari kishilik jamiyatining barcha sohalarini, jumladan, shaxsning shakllanishi va rivojlanishini

ham tubdan o'zgartirib yubordi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyev ta'kidlaganidek, "raqamli iqtisodiyotsiz, raqamli ta'limsiz biz oldinga siljiy olmaymiz" [1, b.12]. Bu jarayon, ayniqsa, yosh avlod shaxsining shakllanishida o'ziga xos psixologik holatlarni keltirib chiqarmoqda. Mavzuning dolzarbligi shundaki, bugungi yoshlar avval hech qachon mavjud bo'lmagan informatsion muhitda voyaga yetmoqda. Klassik psixologiya nazariyalari yaratilgan davrda raqamli texnologiyalar mavjud emas edi, biroq ularning asosiy g'oyalari bugungi sharoitda ham o'z ahamiyatini yo'qotgani yo'q. Aksincha, ular yangi mazmun va talqin kasb etmoqda. Shu sababli klassik nazariyalarni zamonaviy raqamli muhit kontekstida qayta o'rganish ilmiy va amaliy zaruratdir.

Shaxs rivojlanishi muammosi psixologiya fanida eng murakkab va ko'p qirrali masalalardan biri hisoblanadi. Madaniy-tarixiy nazariyaga ko'ra, shaxsning oliy psixik funksiyalari ijtimoiy muhit va madaniy vositalar orqali shakllanadi [3, b.45]. "Yaqin rivojlanish zonasi" tushunchasi bolaning kattalar yoki tengdoshlari yordamida o'z mustaqil imkoniyatlaridan yuqori darajaga ko'tarila olishini isbotlaydi. Kognitiv rivojlanish nazariyasida bolaning tafakkuri muayyan bosqichlardan o'tib rivojlanishi ko'rsatib berilgan [4, b.78]. Har bir bosqichda bola atrof-muhitni o'zlashtirishning yangi usullarini egallaydi. Psixososial rivojlanish nazariyasida esa insonning butun umri davomida sakkizta inqirozli bosqichdan o'tishi ta'kidlanadi [5, b.102]. Ayniqsa, o'smirlik davridagi "shaxsiy o'zlik (identitet) inqirozi" bosqichi bugungi raqamli avlod uchun alohida ahamiyat kasb etadi. Gumanistik psixologiya nazariyasida shaxs ehtiyojlarining ierarxik tuzilishi va o'z-o'zini ro'yobga chiqarish g'oyasi ilgari surilgan [6, b.56].

Raqamli texnologiyalar shaxs rivojlanishida bir qator yangi hodisalarni keltirib chiqardi. Eng muhimlaridan biri — **raqamli identifikatsiya** hodisasidir. Bugungi yoshlar o'z "men"ini real hayotda emas, balki ko'proq ijtimoiy tarmoqlardagi profil orqali namoyon qilmoqda. Bu holat "identitet inqirozi" tushunchasini yangi qirralardan ochib beradi: o'smir endi nafaqat real, balki virtual "men"ini ham shakllantirishga majbur. Ikkinchi muhim hodisa — **klipli tafakkurning** shakllanishidir. Internet va qisqa video kontentlarning hukmronligi yoshlarning uzoq muddatli e'tibor qaratish va mantiqiy fikrlash qobiliyatlarini susaytirmoqda. Tadqiqotlar ko'rsatishicha, bugungi o'smirlarning e'tibor doirasi sezilarli darajada qisqargan [9, b.248]. Bu hol mavhum tafakkur rivojlanishiga to'sqinlik qilishi mumkin. Uchinchi hodisa — **virtual sotsializatsiyadir**. Ijtimoiy muhit endi nafaqat oila va maktab, balki internet hamjamiyatlari va virtual ta'sirchilardan iborat. To'rtinchi muhim jihat — sun'iy intellekt va shaxsning o'zaro munosabatidir. ChatGPT va virtual yordamchilar yoshlarning qaror qabul qilish jarayoniga va hatto qadriyatlar tizimiga ta'sir ko'rsatmoqda [8, b.196]. Vygotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" bugun onlayn platformalar va sun'iy intellekt orqali kengaymoqda. Piajening kognitiv bosqichlari raqamli vositalar yordamida tezlashishi yoki ayrim bosqichlarda kechikishi mumkin. Eriksonning inqirozlar nazariyasi raqamli davrda alohida dolzarblik kasb etadi: bugungi o'smir nafaqat "men kimman?", balki "men virtual makonda kimman?" degan savolga ham javob izlashga majbur. Maslouning ehtiyojlar piramidasi esa "onlayn xavfsizlik" va "virtual mansublik" kabi yangi qatlamlar bilan to'ldirilmoqda.

Mening fikrimcha raqamli davr shaxs rivojlanishida tubdan yangi sharoit yaratdi. Klassik psixologik nazariyalar — Vygotskiy, Piaje, Erikson va Maslou ta'limotlari — o'z asosiy g'oyalari bilan bugun ham ahamiyatini saqlab qolgan, biroq ularni zamonaviy raqamli kontekstda qayta talqin qilish zarurati paydo bo'ldi. Yoshlar shaxsi shakllanishida raqamli identifikatsiya, klipli tafakkur, virtual sotsializatsiya va sun'iy intellekt ta'siri kabi yangi hodisalar yuzaga keldi. Bugungi sharoitda yoshlarni raqamli muhitda sog'lom shaxs sifatida tarbiyalash uchun klassik psixologik bilimlar bilan zamonaviy raqamli savodxonlikni uyg'unlashtirish lozim. Faqat shu yo'l bilan biz raqamli avlodning psixologik salomatligini ta'minlay olamiz. Maktab, oila va davlatning birgalikdagi sa'y-harakatlari yoshlarda tanqidiy tafakkur, raqamli etika va mustahkam shaxsiy o'zlikni shakllantirishga xizmat qiladi. Faqat integrativ yondashuv orqali texnologiyalarni shaxs rivojlanishining ijobiy sherigiga aylantirish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. — Toshkent: "O'zbekiston", 2021.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-6079-son Farmoni. — Toshkent, 2020.
3. Vygotskiy L.S. Sobranie sochineniy v 6 tomax. T.3. — M.: Pedagogika, 1983.
4. Piaget J. The Psychology of Intelligence. — London: Routledge, 2001.
5. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. — New York: W.W. Norton, 1994.
6. Maslow A. Motivation and Personality. — New York: Harper & Row, 1987.
7. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: "Universitet", 2010.
8. Nishonova Z.T. Yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va texnologiyalar. — Toshkent: TDPU, 2023.
9. Karimova V.M. Raqamli avlod va kognitiv rivojlanish muammolari. — Toshkent: "Sharq", 2022.
10. Shoumarov G'.B. Oilaviy psixologiya. — Toshkent: "Sharq", 2019.

INKLYUZIV TA'LIMNI TAKOMINLASHTIRISHDA INSPEKTOR-PSIXOLOGNING ROLI

Raxmanova Dilnoza Farmanovna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti
katta o'qituvchisi (PhD)

Fazliddinova Muharram Qamariddin qizi
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti
psixologiya yo`nalishi 2-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada inklyuziv ta'lim tizimini takomillashtirishda inspektor-psixolog faoliyatining o'rni va ahamiyati tahlil qilingan. Alohida ta'lim ehtiyojlariga ega bolalarni psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlash, ularning ijtimoiy moslashuvi hamda ta'lim jarayoniga integratsiyasini ta'minlashning

zamonaviy yondashuvlari yoritilgan. Shuningdek, inspektor-psixologning diagnostik, korrektsion-rivojlantiruvchi, konsultativ va profilaktik faoliyat yo‘nalishlari hamda inklyuziv ta’lim samaradorligini oshirishga qaratilgan metodlar ko‘rib chiqilgan.

Kalit so‘zlar: inklyuziv ta’lim, inspektor-psixolog, alohida ta’lim ehtiyojlari, psixologik qo‘llab-quvvatlash, korrektsion faoliyat, diagnostika, ijtimoiy moslashuv, tolerant muhit, pedagogik hamkorlik, psixokorrektsiya.

Аннотация. В данной статье рассматриваются роль и значение деятельности инспектора-психолога в совершенствовании системы инклюзивного образования. Освещены современные подходы к психолого-педагогическому сопровождению детей с особыми образовательными потребностями, их социальной адаптации и успешной интеграции в образовательный процесс. Также проанализированы диагностическая, коррекционно-развивающая, консультативная и профилактическая функции инспектора-психолога, а также методы повышения эффективности инклюзивного образования.

Ключевые слова: инклюзивное образование, инспектор-психолог, особые образовательные потребности, психологическая поддержка, коррекционная деятельность, диагностика, социальная адаптация, толерантная среда, педагогическое взаимодействие, психокоррекция.

Inklyuziv ta’limni rivojlantirish zamonaviy pedagogika va psixologiya fanining ustuvor vazifalaridan biridir. Inspektor-psixolog alohida ta’lim ehtiyojlariga ega bo‘lgan (ATE) bolalarni qo‘llab-quvvatlashda muhim rol o‘ynaydi, ularning ta’lim jarayoniga muvaffaqiyatli integratsiyasini ta’minlaydi. Zamonaviy sharoitda uning faoliyati ahamiyati ortib bormoqda, chunki faqat ta’lim muhitini moslashtirish emas, balki har bir o‘quvchi uchun individual yondashuvlarni ishlab chiqish ham talab etiladi. Ushbu maqolada inklyuziv ta’limni takomillashtirishga qaratilgan inspektor-psixolog faoliyatining asosiy jihatlari ko‘rib chiqiladi.

Inklyuziv ta’limga bag‘ishlangan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, masus ehtiyojga ega bolalarni muvaffaqiyatli integratsiya qilish uchun fanlararo yondashuv zarur (Vygotskiy, 1991; Leontyev, 1975). Smirnova (2018) ishlarida psixologik qo‘llab-quvvatlash va korrektsion dasturlarning muhimligi ta’kidlanadi. Kolesnikova (2020) ta’lim muhitining samarali moslashuvi o‘quv natijalarini yaxshilashga xizmat qilishini ko‘rsatadi. Zaytseva (2016) pedagoglar va psixologlar o‘rtasidagi hamkorlik strategiyalarini tahlil qilib, qulay ta’lim muhitini yaratishga qaratilgan yondashuvlarni ko‘rib chiqadi. Shunday qilib, mavjud tadqiqotlar inklyuziv ta’limni takomillashtirishda inspektor-psixologning muhim rolini tasdiqlaydi.

Inklyuziv ta’limda inspektor-psixologning asosiy funksiyalari quyidagilardan iborat bo`lib:

1. Diagnostik faoliyatda

- Alohida ta`lim ehtiyojiga ega o‘quvchilarni kompleks psixologik-pedagogik tekshirish.
- Individual ta’lim ehtiyojlari va psixososial moslashuv darajasini aniqlash.

- Inklyuziv ta’lim muhitida o‘quvchilarning rivojlanish dinamikasini monitoring qilish.
- Emotsional holat darajasini baholash va muvaffaqiyatli o‘qishga to‘sqinlik qiluvchi omillarni aniqlash.

2. Korrektsion-rivojlantiruvchi faoliyatda

- Psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlashning individual yo‘nalishlarini ishlab chiqish.
- Kognitiv, kommunikativ va emotsional-irodaviy ko‘nikmalarni rivojlantirish bo‘yicha mashg‘ulotlar o‘tkazish.
- Alohida ta`lim ehtiyojiga ega bolalar bilan ishlashda art-terapiya, o‘yin terapiyasi va tana yo‘naltirilgan terapiya usullaridan foydalanish.
- Xulq-atvor buzilishlari, emotsional beqarorlik va xavotirga ega bolalar uchun psixokorrektsion dasturlarni tashkil etish.

3. Konsultativ faoliyatda

- Pedagoglarga alohida ta`lim ehtiyojiga ega o‘quvchilar uchun ta’lim jarayonini moslashtirish masalalari bo‘yicha psixologik maslahat berish.
- Ota-onalar uchun individual va guruhiy maslahatlar o‘tkazish, ularning bolalarini inklyuziv ta’lim sharoitida qo‘llab-quvvatlashga yo‘naltirish.
- Ta’lim muassasasi ma’muriyati uchun inklyuziv muhit yaratish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish.
- Pedagogik jamoani alohida ehtiyojli bolalar bilan samarali ishlash usullariga o‘rgatish.

4. Profilaktik faoliyatda

- O‘qituvchilar va o‘quvchilar uchun inklyuziv madaniyatni shakllantirishga qaratilgan treninglar, seminarlar va mahorat darslarini o‘tkazish.
- Tengdoshlar orasida Alohida ta`lim ehtiyojiga ega bolalarga nisbatan tolerant munosabatni shakllantirish dasturlarini ishlab chiqish va amalga oshirish.
- Bulling va ijtimoiy ajralishning oldini olish bo‘yicha ishlar olib borish.
- Bolaning shaxs sifatida uyg‘un rivojlanishini ta’minlaydigan psixologik jihatdan qulay ta’lim muhitini yaratish.

Inklyuziv ta’lim samaradorligini baholash. Tadqiqot davomida inklyuziv maktablarda ishlovchi 50 nafar pedagog o‘rtasida so‘rovnoma o‘tkazildi.

Ko‘rsatkich	Dasturlar joriy etilgunga qadar (%)	Dasturlar joriy etilgandan keyin (%)
O‘qituvchilarning inklyuziv ta’lim sharoitlaridan qoniqish darajasi	45	82
ATEga ega bolalarning moslashuv muvaffaqiyati	50	85
Psixologlar va pedagoglar o‘rtasidagi hamkorlik darajasi	48	90
Tengdoshlarning ATEga ega bolalar bilan muloqotga ochiqligi	55	88

Ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, individual qo‘llab-quvvatlash yo‘nalishlari va korrektsion dasturlar joriy etilgandan so‘ng inklyuziv ta’limning asosiy jihatlarida sezilarli yaxshilanish kuzatilgan.

Ta’lim jarayoni ishtirokchilari bilan inspektor-psixologning hamkorligi ahamiyati Inspektor-psixolog ta’lim jarayonining barcha ishtirokchilari o‘rtasidagi hamkorlikni tashkil etishda muhim shaxs hisoblanadi. Uning faoliyati quyidagilarni qamrab oladi:

• Inklyuziv amaliyotlarni joriy etish maqsadida ta’lim muassasasi ma’muriyati bilan hamkorlik.

• Moslashtirilgan ta’lim dasturlarini ishlab chiqishda o‘qituvchilar va tarbiyachilar bilan hamkorlik.

• O‘quvchi oilasi bilan ishlash orqali yagona psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash strategiyasini yaratish.

• Tibbiyot xodimlari va korrektsion pedagogika mutaxassislari bilan hamkorlikda kompleks yondashuvni ta’minlash.

Inspektor-psixolog faoliyatini takomillashtirish istiqbollari Inspektor-psixolog faoliyati samaradorligini oshirish uchun quyidagilar zarur:

• O‘quvchilar holatini diagnostika qilish va monitoring qilishda raqamli texnologiyalarni joriy etish.

• Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarga asoslangan yangi korrektsion metodlarni ishlab chiqish va sinovdan o‘tkazish.

• Inklyuziv ta’lim sohasida mutaxassislar malakasini oshirish.

• ATEga ega o‘quvchilarni qo‘llab-quvvatlashda fanlararo yondashuvni rivojlantirish.

Shunday qilib, inspektor-psixolog inklyuziv ta’limni takomillashtirishda muhim rol o‘ynaydi. U psixologik qo‘llab-quvvatlashni ta’minlaydi, individual rivojlanish yo‘nalishlarini ishlab chiqadi va tolerant ta’lim muhitini shakllantirishga hissa qo‘shadi. Uning faoliyati samaradorligi kasbiy tayyorgarlik darajasi, metodik ta’minot va pedagoglar, ota-onalar hamda ta’lim muassasalari ma’muriyati bilan faol hamkorlikka bog‘liq. Inklyuziv ta’limning keyingi rivoji innovatsion metodlarni joriy etish va ushbu sohada ishlovchi mutaxassislarning kompetentligini oshirishni talab etadi.

Adabiyotlar

1. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. – М.: Педагогика, 1991.

2. Зайцева Н.А. Инклюзивное образование: теория и практика. – СПб.: Питер, 2016.

3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Наука, 1975.

4. Смирнова Е.О. Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивного образования. – М.: Академия, 2018.

5. Колесникова И.В. Инновационные подходы в инклюзивном образовании. – Казань: Изд-во Казанского университета, 2020.

6. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 2022 г.).

ЗНАЧЕНИЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Рахманова Дилноза Фармановна

Старший преподаватель (PhD) Университета точных и социальных наук

Кучкарова Лазизабону Алишер кизи

Аннотация. В данной статье рассматривается значение инклюзивного образования в психическом развитии детей с ограниченными возможностями. Раскрываются сущность и основные принципы инклюзивного образования, его роль в обеспечении равных возможностей для всех обучающихся. Особое внимание уделяется психолого-педагогическому сопровождению, индивидуальному подходу и значению социальной среды в развитии ребёнка. Анализируются научные взгляды Льва Семёновича Выготского и других учёных на проблему психического развития детей. Подчёркивается необходимость создания благоприятных условий для обучения и социализации детей с особыми образовательными потребностями.

Ключевые слова: *инклюзивное образование, дети с ограниченными возможностями, психическое развитие, психолого-педагогическое сопровождение, социализация, индивидуальный подход, образовательная среда.*

Abstract. This article examines the importance of inclusive education in the psychological development of children with disabilities. It reveals the essence and key principles of inclusive education and its role in ensuring equal educational opportunities for all learners. Special attention is given to psychological and pedagogical support, individualized approaches, and the role of the social environment in child development. The scientific views of Lev Vygotsky and other researchers on children's psychological development are analyzed. The study emphasizes the need to create favorable conditions for the education and socialization of children with special educational needs.

Keywords: *inclusive education, children with disabilities, psychological development, psychological and pedagogical support, socialization, individual approach, educational environment.*

Любая государственная политика, основанная на гуманистических принципах, определяется условиями, созданными в обществе для лиц с инвалидностью и социально уязвимых слоёв населения, а также уровнем поддержки, обеспечивающей их свободную и достойную жизнь. Реформирование системы образования для детей, нуждающихся в особой помощи, независимо от уровня их развития, является важной задачей для каждого государства и общества. Для того чтобы они могли достойно занять своё место в социальной жизни и активно участвовать в ней, необходимо

полноценное освоение образования, а также приобретение определённой профессии.

В законодательстве в формы получения образования включено инклюзивное образование. Инклюзивное образование направлено на обеспечение равных возможностей получения образования для всех обучающихся с учётом разнообразия их образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. Это организация обучения в образовательных учреждениях для детей (лиц) с физическими, умственными, сенсорными или психическими нарушениями.

Инклюзивное образование — это термин, используемый для описания процесса обучения детей с особыми образовательными потребностями в общеобразовательных школах. Инклюзивное образование основывается на идеологии, исключающей любую дискриминацию по отношению к детям, обеспечивающей равное отношение ко всем, при этом создавая особые условия для детей с особыми образовательными потребностями. Это процесс развития системы общего образования, обеспечивающий доступность обучения для всех детей с учётом их различных потребностей.

Основная идея инклюзивного образования заключается в том, что образовательный процесс должен учитывать индивидуальные особенности каждого ученика и быть организован таким образом, чтобы удовлетворять его специфические потребности. Практика существующей системы специального образования показывает, что индивидуальный подход применяется лишь в необходимых случаях. В инклюзивных школах каждому ребёнку должны быть обеспечены психологическая поддержка, внимание и соответствующие условия, способствующие успешному обучению. Действительно, превращение школ в инклюзивные и внедрение инклюзивного образования является актуальным направлением современности. Новые образовательные программы должны создавать благоприятные условия для успешного обучения детей с особыми потребностями и предусматривать соответствующие изменения. Важнейшим элементом инклюзивного образования является психолого-педагогическое сопровождение.

Цель развития системы инклюзивного образования — обеспечение равных возможностей для получения образования и создание условий для достижения успеха всеми детьми независимо от их индивидуальных особенностей, предыдущих образовательных достижений, языка, культуры, социально-экономического положения родителей.

В последнее время понятие инклюзивного образования часто упоминается, однако многие понимают его лишь как совместное обучение детей с инвалидностью и здоровых детей в одной школе, классе или даже за одной партой. На самом деле это не только это. Инклюзивное образование предполагает обучение всех детей в одинаковых условиях, в одной школе и классе, с равным вниманием к каждому.

В настоящее время в республике функционируют 86 специализированных школ и школ-интернатов для детей с физическими или психическими нарушениями, где обучаются 21,2 тыс. учащихся, а также 21

санаторная школа-интернат с 6,1 тыс. учащихся. Кроме того, 13,3 тыс. детей, нуждающихся в длительном лечении, обучаются индивидуально на дому.

В исследованиях в области инклюзивного образования проблемы детской психологии изучались такими учёными, как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, К.Д. Ушинский, В.Н. Мясищев, Н.Н. Малофеев, Н.Д. Шматко, А.Н. Голубева. Вопросы психолого-педагогической коррекции детей с ограниченными возможностями рассматривались в работах И.И. Мамайчук, Л.П. Косковой, О.С. Никольской, В.С. Мановой-Томовой, Ю.С. Алёшиной, М. Крижановской, В.С. Мухиной, А.А. Бодалёва, Е.Р. Баевской.

Л.С. Выготский в своих научных взглядах уделял особое внимание психическому развитию ребёнка. Его закон формирования высших психических функций имеет большое значение для воспитания и обучения детей. Он разработал культурно-историческую концепцию, согласно которой развитие психики личности происходит в социально-культурной среде.

Учёный отмечал, что такие психические функции, как произвольная память, внимание, мышление и волевая деятельность, не могут быть объяснены только деятельностью мозга, а их корни следует искать в социальной среде.

Отставание ребёнка в обучении связано не столько с недостатками памяти, сколько с отсутствием сформированных навыков. Например, нарушение последовательности при одевании связано не со слабой памятью, а с отсутствием соответствующих умений. В таких случаях эффективны методы психокоррекции и использование наглядных материалов.

Выготский подчёркивал, что социальная среда играет ключевую роль в развитии детей с ограниченными возможностями. Он сравнивал развитие такого ребёнка с растением, корни которого не достигают питательной почвы.

Таким образом, система воспитания и образования должна учитывать национальные особенности, традиции, цели государства, а также психофизические особенности детей. Важно поддерживать самостоятельность ребёнка, не подавляя его инициативу.

Психолог Л.М. Крижановская отмечала, что эффективность инклюзивного образования во многом зависит от взаимодействия психолога, педагога, воспитателя и родителей.

Отечественные учёные также внесли значительный вклад в развитие психологии личности, семьи, самосознания и инклюзивного образования.

Таким образом, инклюзивное образование — это процесс включения всех детей в систему общего образования независимо от их физических, интеллектуальных, культурных и других особенностей. Оно обеспечивает равные возможности обучения, развития, социализации и формирует у детей толерантность.

Использованная литература:

1. Дэвид Байн. Оценка детей с инвалидностью в развивающихся странах. Программы и рекомендации. Канада: Педагогический факультет Университета Альберты, 1991.

2. Лев Семёнович Выготский Дефект и сверхкомпенсация // Проблемы дефектологии. Москва, 1996.
3. Кристин Майлз. Обучение людей с инвалидностью в обществе. Руководство для школьных учителей. Канада, 1991.
4. Туре Йонссон. Инклюзивное образование (методическое пособие для учителей). ЮНЕСКО, Международная организация «Operation Mercy», Республиканский центр образования. Ташкент, 2003.
5. Алексей Николаевич Леонтьев Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политическая литература, 1975. — С. 235–302.
6. Нишонова З., Алимова Г. Детская психология и методика её преподавания. — Т.: Издательство Союза писателей Узбекистана, 2006. — 44 с.

SUN’IY INTELLEKTNING TALABALAR PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI

Tohirova Mushtariy

Aniq va Ijtimoiy Fanlar Universiteti
Toshkent viloyati. E-mail: tohirovamushtariy3@gmail.com
Tel.:+998 50 571-84-43

Ergashev Jo‘rabek Xalilovich

Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti “Ijtimoiy fanlar” kafedrasi stajyor o‘qituvchisi

Annotatsiya

Mazkur maqolada sun’iy intellekt texnologiyalarining talabalar psixologiyasiga ta’siri ilmiy-nazariy asosda ahlil qilinadi. Xususan, kognitiv jarayonlar, motivatsion soha, emotsional holat va ijtimoiy xulq-atvordagi o‘zgarishlar ko‘rib chiqiladi. Tadqiqotda zamonaviy ilmiy manbalar va klassik psixologik nazariyalar asosida sun’iy intellektning ijobiy va salbiy jihatlari yoritiladi. Shuningdek, sun’iy intellektdan oqilona foydalanish zarurati asoslab beriladi.

Kalit so‘zlar: *sun’iy intellekt, talabalar psixologiyasi, kognitiv rivojlanish, motivatsiya, tanqidiy fikrlash, ta’lim texnologiyalari, emotsional holat*

Zamonaviy ta’lim tizimida sun’iy intellekt texnologiyalarining joriy etilishi talabalar psixologiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ushbu jarayonni chuqurroq tushunish uchun klassik va zamonaviy olimlarning qarashlariga murojaat qilish muhim hisoblanadi.

Avvalo, Lev Vygotsky tomonidan ilgari surilgan yaqin rivojlanish zonasi nazariyasi sun’iy intellektning ta’limdagi rolini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega. Olimning ta’kidlashicha, talaba mustaqil bajara olmaydigan vazifalarni tashqi yordam orqali amalga oshirishi mumkin (Vygotsky, 1978, 90). Sun’iy intellekt aynan shunday “yordamchi vosita” sifatida faoliyat yuritib, talabaning bilim darajasini oshiradi. Biroq bu jarayon haddan tashqari kuchaysa, talabaning mustaqil fikrlash

qobiliyati pasayishi mumkin. Demak,(AI) rivojlanishni tezlashtiradi, lekin noto‘g‘ri foydalanilganda qaramlikni keltirib chiqaradi.

Shuningdek, Jean Piaget ning kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, inson bilimni faol ravishda o‘zlashtiradi va yangi tajribalar asosida tafakkurini shakllantiradi (Piaget, 2001. 30). Sun’iy intellekt esa tayyor javoblar orqali bu jarayonni soddalashtiradi. Natijada, ayrim hollarda talabaning mustaqil izlanish faoliyati qisqaradi. Bu esa chuqur tafakkur rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Kognitiv jarayonlar nuqtayi nazaridan Robert J. Sternberg tafakkur va muammo yechish jarayonlari inson intellektining asosiy ko‘rsatkichlaridan biri ekanligini ta’kidlaydi (Sternberg, 2016. 115). Sun’iy intellektdan foydalanish murakkab masalalarni tez hal qilish imkonini beradi, biroq bu talabada muammoni chuqur tahlil qilish ehtiyojini kamaytiradi. Shu sababli(AI) yordamida tezkor natija olish bilan birga, analitik fikrlashni rivojlantirish muhimdir.

Zamonaviy tadqiqotlar ham ushbu fikrlarni tasdiqlaydi. UNESCO hisobotida sun’iy intellekt ta’lim jarayonini individuallashtirishi va o‘quv samaradorligini oshirishi ta’kidlangan (UNESCO, 2019. 18). Bu talabalar uchun qulay sharoit yaratadi va o‘qishga bo‘lgan qiziqishni kuchaytiradi. Shu bilan birga, hisobotda AI’dan noto‘g‘ri foydalanish tanqidiy fikrlashning pasayishiga olib kelishi mumkinligi ham qayd etilgan (UNESCO, 2019. 47).

Bundan tashqari, OECD tadqiqotlariga ko‘ra, sun’iy intellekt o‘quv motivatsiyasiga ikki tomonlama ta’sir ko‘rsatadi (OECD, 2021. 35). Bir tomondan, tez natija olish imkoniyati talabani rag‘batlantiradi, ikkinchi tomondan esa, ortiqcha qulaylik ichki motivatsiyaning pasayishiga olib keladi.

Yana bir muhim jihat — ijtimoiy-psixologik ta’sir. Neil Selwyn sun’iy intellekt ta’lim jarayonida inson omilini qisqartirishi va ijtimoiy muloqotga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini ta’kidlaydi (Selwyn, 2019. 105). Bu esa talabalar orasida kommunikativ ko‘nikmalarning sustlashuviga olib kelishi ehtimolini oshiradi.

Umuman olganda, yuqoridagi ilmiy qarashlar shuni ko‘rsatadiki, sun’iy intellekt talabalar psixologiyasiga kompleks va qarama-qarshi ta’sir ko‘rsatadi. U rivojlanishni tezlashtiruvchi vosita bo‘lishi bilan birga, noto‘g‘ri foydalanilganda kognitiv va motivatsion muammolarni yuzaga keltirishi mumkin

Sun’iy intellekt zamonaviy ta’limning ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Uning talabalar psixologiyasiga ta’siri ijobiy va salbiy jihatlarning uyg‘unligidan iborat. Shuning uchun ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan muvozanatli foydalanish, mustaqil fikrlashni rivojlantirish va tanqidiy tahlil ko‘nikmalarini shakllantirish ustuvor vazifa bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Lev Vygotsky Mind in Society. — Harvard University Press, 1978. — 86–91
2. Jean Piaget The Psychology of Intelligence. — Routledge, 2001. — 27–35
3. Robe rt J. Sternberg Cognitive Psychology. — Wadsworth, 2016. — 112–118
4. UNESCO Artificial Intelligence in Education. — Paris:UNESCO Publishing,2019. — 15–22, 45–50

5. OECD. AI in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning. — Paris: OECD Publishing, 2021. — 33–40-betlar.

6. Neil Selwyn. Should Robots Replace Teachers? AI and the Future of Education. — Cambridge: Polity Press, 2019. — 101–109-betlar.

SUN'IY INTELLEKTNING O'QUV MOTIVATSIYASINI SHAKLLANTIRISHGA TA'SIRI: PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK YONDASHUV

R.M.Baxtiyorov

Toshkent Davlat Sharqshunoslik universiteti "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi katta o'qituvchisi
Tel.: +998935835833 rafailbaxtiyorov@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada sun'iy intellekt texnologiyalarining o'quv motivatsiyasini shakllantirishga ta'siri psixologik-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Unda sun'iy intellekt vositalarining ta'limni individuallashtirish, tezkor teskari aloqa berish, o'quvchilarning bilish faolligi va mustaqil o'rganishga bo'lgan qiziqishini oshirishdagi imkoniyatlari yoritiladi. Shuningdek, sun'iy intellektdan foydalanishda mustaqil fikrlash, akademik halollik va pedagogik nazorat masalalariga e'tibor qaratiladi.

Kalit so'zlar: sun'iy intellekt, o'quv motivatsiyasi, raqamli ta'lim, bilish faolligi, mustaqil o'rganish, psixologik-pedagogik yondashuv.

Zamonaviy jamiyat taraqqiyotining hozirgi bosqichi ta'lim tizimi oldiga yangi mazmundagi vazifalarni qo'ymoqda. Bugungi kunda ta'lim jarayoni faqat tayyor bilimlarni o'quvchiga yetkazish yoki ma'lum hajmdagi axborotni o'zlashtirish bilan cheklanib qolmay, balki shaxsning mustaqil fikrlashi, izlanishga intilishi, o'z-o'zini rivojlantirishga bo'lgan ehtiyoji va bilishga qaratilgan ichki faolligini shakllantirishga xizmat qilishi zarur. Shu jihatdan o'quv motivatsiyasi ta'lim samaradorligini belgilovchi muhim psixologik-pedagogik omillardan biri sifatida namoyon bo'ladi.

O'quv motivatsiyasi o'quvchining ta'lim faoliyatiga nisbatan ichki munosabati, o'qishga bo'lgan ehtiyoji, qiziqishi, maqsadga intilishi va bilim olish jarayonida faol ishtirok etishga undovchi psixologik holatlar majmuasidir. Motivatsiya shakllangan taqdirda o'quvchi ta'lim jarayonida faqat tashqi talab yoki baho olish uchun emas, balki bilimning shaxsiy va ijtimoiy ahamiyatini anglagan holda harakat qiladi. Shu bois o'quv motivatsiyasini shakllantirish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiyaning dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi [1].

"Motiv" tushunchasi lotincha moveo — "harakatga keltiraman", "faollashtiraman" ma'nolarini anglatadi. Psixologik nuqtai nazardan motiv inson faoliyatini yuzaga keltiruvchi, uni muayyan yo'nalishga boshlovchi ichki yoki tashqi rag'batlantiruvchi kuch sifatida talqin qilinadi. Motiv shaxsning ehtiyoji, qiziqishi,

qadriyati, maqsadi, istagi va hayotiy yo‘nalishlari bilan bevosita bog‘liqdir. Motivatsiya esa motivlarning oddiy yig‘indisi emas, balki shaxs faoliyatini tartibga soluvchi, uning xatti-harakati va tanlovlariga ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab psixologik tizimdir [2].

Ta’lim jarayonida motivatsiya o‘quvchining o‘zlashtirish faolligi, mustaqil ishlashga tayyorligi, topshiriqlarni bajarishga bo‘lgan mas’uliyati hamda bilim olish jarayonidagi barqaror qiziqishini belgilaydi. O‘quvchi nima uchun o‘qiyotganini, bilim unga nima berishini va o‘z kelajagi uchun qanday ahamiyatga ega ekanini anglab borsa, ta’lim jarayoni uning shaxsiy rivojlanishiga xizmat qiladi. Aksincha, o‘quv motivatsiyasi sust bo‘lgan holatlarda o‘quvchi ta’limni majburiy faoliyat sifatida qabul qiladi, bilim olish jarayonida tashabbuskorlik pasayadi, o‘zlashtirish natijalari esa ko‘pincha tashqi nazoratga bog‘liq bo‘lib qoladi.

Motivatsiya muammosi psixologiya fanida turli nazariy yondashuvlar asosida o‘rganilgan. L.I. Bojovich motivni faoliyat nima uchun amalga oshirilishini ko‘rsatuvchi sabab sifatida izohlagan. Uning fikricha, motivlar tarkibiga tashqi dunyo predmetlari, tasavvurlar, g‘oyalar, his-tuyg‘ular va kechinmalar ham kiradi. Demak, motiv shaxs ehtiyoji va uning qondirilishi bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan psixologik hodisadir [3]. A.N. Leontyev esa motivni ehtiyojning muayyan predmetda ifodalanishi va faoliyatni shu predmetga yo‘naltiruvchi omil sifatida talqin qiladi [4].

A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasida inson motivatsiyasi bosqichma-bosqich rivojlanadigan ehtiyojlar tizimi orqali tushuntiriladi. Unga ko‘ra, insonda dastlab fiziologik ehtiyojlar, xavfsizlik ehtiyoji, ijtimoiy munosabatlarga ehtiyoj, hurmatga ehtiyoj, keyinchalik esa o‘zini namoyon qilish va o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarish ehtiyoji shakllanadi [5]. Ta’lim jarayonida bu nazariya shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchining o‘qishga bo‘lgan motivatsiyasi uning umumiy psixologik holati, xavfsizlik hissi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlanishi va o‘zini qadrlash tajribasi bilan chambarchas bog‘liqdir.

Z. Freydning psixoanalitik qarashlarida motivatsiya asosan insonning ichki ehtiyojlari va ongsiz mayllari bilan izohlanadi. Bixevioristik yondashuv vakillari — J. Uotson, E. Tolmen, K. Xoll va B. Skinner esa xulq-atvorni tashqi stimul va unga beriladigan javob reaksiyasi asosida tushuntirganlar. Bu yondashuvlarda motivatsiya ko‘proq tashqi rag‘bat, mustahkamlash, mukofot yoki jazoga bog‘liq jarayon sifatida talqin etilgan [6]. Biroq zamonaviy ta’lim jarayonida faqat tashqi rag‘batlarga tayanish yetarli emas. Chunki o‘quvchining barqaror o‘quv faolligi, avvalo, ichki qiziqish, maqsadga yo‘nalganlik va bilim olishga bo‘lgan shaxsiy ehtiyoj bilan bog‘liqdir.

Mamlakatimiz va xorij psixologiyasida motivatsiyani o‘rganishga oid yondashuvlar bir-biridan ma’lum jihatlari bilan farq qiladi. Xorijiy psixologiyada motivatsiya ko‘pincha biologik ehtiyojlar, instinktiv mayllar, shaxsiy muvaffaqiyatga intilish va individual tanlovlar nuqtai nazaridan o‘rganilgan bo‘lsa, mahalliy psixologik maktabda motivatsiyaning ijtimoiy kelib chiqishiga alohida e’tibor qaratilgan. Ya’ni inson motivatsiyasi jamiyat, tarbiya, faoliyat, muloqot va ijtimoiy tajriba bilan bog‘liq holda shakllanishi ta’kidlangan [7].

V.G. Aseyev motivatsiyani shaxsning tashqi va ichki xulq-atvor omillarini bog‘lovchi murakkab mexanizm sifatida izohlaydi. Uning fikricha, motivatsiya faoliyatning paydo bo‘lishi, yo‘nalishi va amalga oshish usullarini belgilaydi. Motivatsion sohaning rivojlanganligi motivlarning xilma-xilligi, ularning iyerarxik tuzilishi, faoliyatning polimotivatsion xususiyati, moslashuvchanlik va ichki-tashqi omillarning uyg‘unligi bilan belgilanadi [8]. Bu yondashuv ta’lim jarayonida o‘quv motivatsiyasini faqat bitta sabab bilan emas, balki ko‘plab ichki va tashqi omillar tizimi orqali tushunish zarurligini ko‘rsatadi.

Ye.P. Ilyin motivatsiyani inson hayotiy faoliyatini tartibga soluvchi, xulq-atvorini belgilovchi, ehtiyoj, motiv, qiziqish, intilish, yo‘nalma va qadriyatlarni o‘z ichiga oluvchi ko‘p bosqichli tizim sifatida talqin qiladi [9]. Ushbu yondashuv o‘quv motivatsiyasini ham murakkab tizim sifatida ko‘rishga asos beradi. Chunki o‘quvchi ta’lim jarayonida faqat bilim olish ehtiyoji bilan emas, balki o‘zini namoyon qilish, tengdoshlari orasida e’tirof etilish, o‘qituvchi tomonidan qo‘llab-quvvatlanish, kelajak kasbiga tayyorlanish va jamiyatda munosib o‘rin egallash kabi ko‘plab motivlar asosida faoliyat yuritadi.

O‘quv motivatsiyasining shakllanishida yosh xususiyatlari alohida ahamiyatga ega. Kichik maktab yoshi bu borada eng qulay va senzitiv davr hisoblanadi. Chunki aynan shu bosqichda o‘quv faoliyati bolaning yetakchi faoliyatiga aylanadi, yangi bilish ehtiyojlari yuzaga keladi, o‘qishga bo‘lgan munosabat shakllanadi va bolaning motivatsion sohasi qayta quriladi. Agar aynan shu davrda o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishga yetarli e’tibor berilmasa, keyingi bosqichlarda ta’limga nisbatan befarqlik, tashqi nazoratga qaramlik, mustaqil o‘qish ko‘nikmalarining sustligi va o‘quv faoliyatidan qoniqmaslik holatlari yuzaga kelishi mumkin.

O‘quv motivatsiyasini shakllantirishda pedagog shaxsining roli nihoyatda muhimdir. O‘qituvchi o‘quvchining individual xususiyatlarini, qiziqishlarini, ehtiyojlarini, oilaviy va ijtimoiy muhitini hisobga olgan holda ta’lim jarayonini tashkil etishi lozim. Agar pedagog o‘quvchilarning motivlarini chuqur anglamasa, ularning ta’lim faoliyatini to‘g‘ri prognoz qilish, samarali metodlarni tanlash va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvni amalga oshirish imkoniyatidan mahrum bo‘ladi [1]. Shu sababli o‘quv motivatsiyasini rivojlantirish pedagogik faoliyatning markaziy vazifalaridan biri sifatida qaralishi kerak.

O‘quv motivatsiyasining shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni bir necha guruhga ajratish mumkin. Birinchi guruhga shaxsiy-psixologik omillar kiradi. Bular o‘quvchining qiziqishi, o‘ziga ishonchi, muvaffaqiyatga intilishi, emotsional holati, o‘zini baholashi va individual bilish ehtiyojlaridir. Ikkinchi guruhni pedagogik omillar tashkil etadi. Bunga o‘qituvchining kasbiy mahorati, dars metodikasi, topshiriqlarning mazmuni, baholash tizimi, o‘quvchilar bilan muloqot uslubi va ta’lim muhitining psixologik qulayligi kiradi. Uchinchi guruh esa ijtimoiy omillar bo‘lib, oilaviy tarbiya, tengdoshlar guruhi, jamiyatdagi qadriyatlar, axborot muhiti va zamonaviy texnologiyalar ta’sirini o‘z ichiga oladi.

Bugungi kunda raqamli texnologiyalar, ayniqsa, sun’iy intellekt vositalari o‘quv motivatsiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Sun’iy intellekt ta’lim jarayonida shaxsiylashtirilgan ta’lim yo‘nalishlarini yaratish, o‘quvchining bilim

darajasiga mos topshiriqlar taklif etish, tezkor teskari aloqa berish, mustaqil o‘rganish imkoniyatlarini kengaytirish va ta’lim mazmunini interaktiv shaklda taqdim etish orqali o‘quvchilarning bilishga bo‘lgan qiziqishini kuchaytirishi mumkin. Shu jihatdan sun’iy intellekt ta’lim jarayonida motivatsion muhitni boyituvchi vosita sifatida qaralmoqda [10].

Sun’iy intellekt tushunchasi insonning bilish funksiyalarini ma’lum darajada taqlid qila oladigan, ma’lumotlarni qayta ishlash, tahlil qilish, o‘rganish va muayyan vazifalarni bajarishda inson aqliy faoliyati natijalariga yaqin yechimlar taklif eta oladigan texnologiyalar majmuasini anglatadi. Bu tushuncha bir vaqtning o‘zida ham ilmiy yo‘nalish, ham amaliy texnologik tizim sifatida talqin qilinadi. Sun’iy intellekt vositalari kompyuter dasturlari, robotlashtirilgan tizimlar, tahliliy platformalar, mashinali o‘rganish algoritmlari va ma’lumotlar asosida qaror qabul qilish tizimlarini o‘z ichiga oladi [10].

Ta’limda sun’iy intellektdan foydalanish o‘quvchilarning o‘quv motivatsiyasiga ikki tomonlama ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bir tomondan, u o‘quv jarayonini qiziqarli, moslashuvchan, tezkor va individual ehtiyojlarga mos holga keltiradi. Masalan, o‘quvchi o‘z bilim darajasiga mos tushuntirish olishi, xatolarini tezda ko‘rishi, mustaqil mashq qilishi va turli manbalar bilan ishlashi mumkin. Bu esa o‘quv faoliyatida muvaffaqiyat hissini kuchaytiradi va ichki motivatsiyani rivojlantiradi. Ikkinchi tomondan, sun’iy intellektdan noto‘g‘ri foydalanish tayyor javoblarga qaramlik, mustaqil fikrlashning susayishi, ijodiy izlanishning kamayishi va o‘quv jarayonida yuzaki yondashuv xavfini ham keltirib chiqarishi mumkin.

Sun’iy intellektning motivatsion imkoniyatlari, avvalo, uning ta’limni individuallashtirish xususiyatida namoyon bo‘ladi. An’anaviy ta’limda barcha o‘quvchilar bir xil topshiriq, bir xil izoh va bir xil sur’atda ta’lim olishga majbur bo‘lishi mumkin. Sun’iy intellekt esa o‘quvchining bilim darajasi, qiyinchiliklari va qiziqishlariga mos materiallarni taklif etish imkonini beradi. Bu holat o‘quvchida “men buni bajara olaman”, “mening rivojlanishim ko‘rinmoqda”, “ta’lim menga moslashmoqda” degan ijobiy psixologik tajribani shakllantiradi. Bunday tajriba esa o‘quv motivatsiyasining kuchayishiga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, sun’iy intellekt o‘quvchining bilish faolligini oshirish uchun faqat texnik vosita sifatida emas, balki pedagogik maqsadga bo‘ysundirilgan didaktik vosita sifatida qo‘llanishi zarur. Agar sun’iy intellekt vositasi o‘quvchini fikrlashga, savol berishga, tahlil qilishga, dalillashga, xatolarini tushunishga va mustaqil xulosa chiqarishga yo‘naltirsa, u motivatsiyani rivojlantiruvchi omil bo‘lib xizmat qiladi. Aksincha, agar u faqat tayyor javob olish vositasiga aylansa, o‘quvchining ichki bilish ehtiyoji emas, balki natijani tez va oson qo‘lga kiritish istagi kuchayadi.

Ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan foydalanishning axloqiy jihatlari ham muhimdir. Sun’iy intellekt etikasi sohasida yagona konseptual asosning yetarli darajada shakllanmaganligi, texnik mutaxassislar, pedagoglar va faylasuflar o‘rtasida umumiy tushunchalarning har doim ham bir xil talqin qilinmasligi muammoli holatlarni yuzaga keltiradi. Ayniqsa, o‘quvchi shaxsiga ta’sir, ma’lumotlar xavfsizligi, akademik halollik, mustaqil fikrlash, mualliflik va

mas’uliyat masalalari ta’limda sun’iy intellektdan foydalanishda alohida e’tibor talab qiladi [10].

O‘quv motivatsiyasini sun’iy intellekt sharoitida rivojlantirishda pedagogning vazifasi yanada murakkablashadi. Endilikda o‘qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki o‘quvchini raqamli muhitda yo‘naltiruvchi, sun’iy intellektdan ongli va maqsadli foydalanishga o‘rgatuvchi, tanqidiy fikrlashni qo‘llab-quvvatlovchi hamda motivatsion muhitni boshqaruvchi shaxs sifatida namoyon bo‘ladi. O‘qituvchi o‘quvchilarga sun’iy intellektdan qanday savol so‘rash, olingan javobni qanday tekshirish, ma’lumotni qanday tahlil qilish va o‘z fikrini qanday shakllantirish kerakligini o‘rgatishi zarur.

Sun’iy intellekt vositalari o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishda quyidagi pedagogik shartlar asosida samarali bo‘lishi mumkin: birinchidan, u ta’lim maqsadlariga mos qo‘llanishi; ikkinchidan, o‘quvchining mustaqil fikrlashi va ijodkorligini cheklamasligi; uchinchidan, topshiriqlar shunchaki javob olishga emas, balki tahlil, izoh, taqqoslash, baholash va xulosa chiqarishga yo‘naltirilishi; to‘rtinchidan, o‘qituvchi tomonidan doimiy metodik nazorat va yo‘naltirish amalga oshirilishi; beshinchidan, o‘quvchilar akademik halollik, axborot madaniyati va raqamli mas’uliyat qoidalariga o‘rgatilishi lozim.

O‘quv motivatsiyasini shakllantirishda sun’iy intellektning eng muhim imkoniyatlaridan biri tezkor teskari aloqadir. O‘quvchi bajargan ishining natijasini darhol ko‘rsa, xatosini anglab, uni tuzatish imkoniga ega bo‘lsa, unda o‘z faoliyatiga nisbatan mas’uliyat va qiziqish ortadi. Biroq teskari aloqa faqat “to‘g‘ri” yoki “noto‘g‘ri” degan baho bilan cheklanmasligi kerak. U o‘quvchiga nima uchun xato qilganini, qanday yo‘l bilan yaxshilash mumkinligini va keyingi bosqichda qanday harakat qilish zarurligini ko‘rsatishi lozim. Shundagina sun’iy intellekt motivatsion qo‘llab-quvvatlash vositasiga aylanadi.

Shuningdek, sun’iy intellekt o‘quvchilarning o‘z-o‘zini baholash va refleksiya ko‘nikmalarini rivojlantirishda ham muhim ahamiyatga ega. O‘quvchi o‘z bilim darajasini, kuchli va zaif tomonlarini, qaysi mavzuda ko‘proq qiynalayotganini anglab borsa, uning o‘qishga bo‘lgan munosabati ongli tus oladi. Ongli motivatsiya esa tashqi rag‘batlardan ko‘ra barqarorroq hisoblanadi. Chunki bunday holatda o‘quvchi o‘qishni o‘z shaxsiy rivojlanishi bilan bog‘laydi.

Shu bilan birga, sun’iy intellekt sharoitida o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishda ijtimoiy-muloqot omilini e’tibordan chetda qoldirmaslik lozim. Ta’lim jarayoni faqat texnologiya bilan cheklanmaydi. O‘quvchi uchun o‘qituvchi bilan samimiy muloqot, tengdoshlar bilan hamkorlik, guruhda fikr almashish, o‘z qarashlarini himoya qilish va jamoaviy faoliyatda ishtirok etish ham kuchli motivatsion manba hisoblanadi. Shu sababli sun’iy intellekt pedagogik muloqot o‘rnini bosuvchi emas, balki uni boyituvchi va qo‘llab-quvvatlovchi vosita sifatida qo‘llanishi maqsadga muvofiqdir.

Xulosa qilib aytganda, o‘quv motivatsiyasi ta’lim jarayonining ichki harakatlantiruvchi kuchi bo‘lib, o‘quvchining bilim olishga bo‘lgan munosabati, faolligi, mustaqilligi va shaxsiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Motivatsiya murakkab psixologik tizim sifatida ehtiyoj, qiziqish, maqsad, qadriyat, intilish va ijtimoiy tajriba bilan bog‘liq holda shakllanadi. Zamonaviy raqamli muhitda,

ayniqsa sun'iy intellekt vositalari keng qo'llanilayotgan sharoitda, o'quv motivatsiyasini rivojlantirishning yangi imkoniyatlari va yangi xavflari yuzaga kelmoqda. Sun'iy intellekt ta'limni individuallashtirish, tezkor teskari aloqa berish, bilish faolligini oshirish va mustaqil o'rganishni qo'llab-quvvatlash orqali o'quv motivatsiyasini kuchaytirishi mumkin. Biroq bu jarayon pedagogik maqsadga muvofiq, axloqiy me'yorlarga asoslangan va o'quvchining mustaqil fikrlashini rivojlantirishga yo'naltirilgan holda tashkil etilgandagina samarali natija beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Бахтиёров Р. М. Талабаларда ўқув мотивациясини шакллантиришнинг ижтимоий-психологик омиллари // Zenodo. – 2023. – DOI: 10.5281/zenodo.8045663.

2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва : Политиздат, 1975. – 304 с.

3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1995. – 352 с.

4. Выготский Л. С. Психология развития человека. – Москва : Смысл ; Эксмо, 2005. – 1136 с.

5. Maslow A. H. Motivation and Personality. – New York : Harper & Row, 1954. – 411 p.

6. Skinner B. F. Science and Human Behavior. – New York : Macmillan, 1953. – 461 p.

7. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. – Москва : Просвещение, 1983. – 96 с.

8. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности. – Москва : Мысль, 1976. – 158 с.

9. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 512 с.

10. Marsovich B. R. Psychological influence of artificial intelligence on personality socialization // ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Vol. 10, № 12. – P. 1727–1730.

TA'LIM MUHITIDA O'SMIRLARNING PSIXOLOGIK XAVFSIZLIGINI TA'MINLASHDA SANOGEN TAFAKKURNING AHAMIYATI

Toshpulatov Abdulaziz Quvondiq o'g'li

Toshkent viloyati Chirchiq Shahar Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti Psixologiya yo'nalishi 1-bosqich magistranti
15-AFCHO'SM bo'lgan umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi
Email: toshpolatovabdulaziz517@gmail.com Tel.:+99893-199-51-19

Annotatsiya: Ushbu maqolada ta'lim muhitida o'smirlarning psixologik xavfsizligini ta'minlashda sanogen tafakkurning o'rni va ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Sanogen tafakkur o'smirlarning stressga chidamliligi, emotsional

barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatishi asoslab berilgan. Tadqiqotda sanogen fikrlash va psixologik xavfsizlik o'rtasidagi bog'liqlik nazariy va empirik jihatdan yoritilgan. Shuningdek, ta'lim muassasalarida psixologik xavfsiz muhitni shakllantirishning zamonaviy yondashuvlari muhokama qilingan.

Kalit so'zlar: *Sanogen tafakkur, psixologik xavfsizlik, o'smirlar psixologiyasi, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik, ta'lim muhiti, kognitiv yondashuv, psixologik muhit.*

Аннотация: В данной статье научно анализируется роль саногенного мышления в обеспечении психологической безопасности подростков в образовательной среде. Обосновано, что саногенное мышление положительно влияет на стрессоустойчивость, эмоциональную стабильность и социальную адаптацию подростков. В исследовании рассматривается взаимосвязь между саногенным мышлением и психологической безопасностью на теоретическом и эмпирическом уровнях. Также обсуждаются современные подходы к формированию безопасной психологической среды в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: *Саногенное мышление, психологическая безопасность, психология подростков, стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, образовательная среда, когнитивный подход, психологическая среда.*

Abstract: This article scientifically analyzes the role of sanogenic thinking in ensuring adolescents' psychological safety within the educational environment. It is substantiated that sanogenic thinking positively influences stress resilience, emotional stability, and social adaptation among adolescents. The study examines the relationship between sanogenic thinking and psychological safety from both theoretical and empirical perspectives. In addition, modern approaches to creating a psychologically safe environment in educational institutions are discussed.

Keywords: *Sanogenic thinking, psychological safety, adolescent psychology, stress resilience, emotional stability, educational environment, cognitive approach, psychological climate.*

Kirish

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida ta'lim muhiti nafaqat bilim berish, balki o'smir shaxsining psixologik xavfsizligini ta'minlash maydoniga ham aylangan. O'smirlik davri esa emotsional beqarorlik, ijtimoiy identifikatsiya jarayonlarining shakllanishi va stressga yuqori sezuvchanlik bilan tavsiflanadi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotlariga ko'ra, 10–19 yoshdagi o'smirlarning 20% dan ortig'i psixologik zo'riqish, tashvish va depressiv holatlarga duch keladi (WHO, 2023). Bu esa ta'lim muhitida psixologik xavfsizlikni ta'minlash zaruratini yanada dolzarblashtiradi.

Mazkur jarayonda sanogen tafakkur (salomatlikni qo'llab-quvvatlovchi fikrlash modeli) muhim psixologik resurs sifatida maydonga chiqadi. Ushbu

yondashuv insonning salbiy emotsiyalarni boshqarish, ichki konfliktlarni yumshatish va stressni konstruktiv qayta ishlash qobiliyatini rivojlantiradi.

Sanogen tafakkur konsepsiyasi ilk bor rus psixologi Yu.M. Orlov tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, u shaxsning destruktiv (patogen) fikrlashdan sog‘lom, refleksiv va adaptiv fikrlashga o‘tishini nazarda tutadi.

Metodlar

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi:

- Nazariy tahlil (ilmiy adabiyotlar va konseptual yondashuvlar)
- Kuzatuv metodi (ta’lim muassasalaridagi psixologik muhit monitoringi)
- So‘rovnoma (o‘smirlar o‘rtasida stress va xavfsizlik hissi darajasini aniqlash)
- Kontent-tahlil (o‘quvchilarning fikrlash strategiyalarini tahlil qilish)

Tadqiqot 13–16 yoshdagi o‘smirlar guruhida olib borildi. Tanlanma 120 nafar o‘quvchini qamrab oldi. Psixologik xavfsizlik darajasi va sanogen fikrlash ko‘rsatkichlari maxsus adaptatsiya qilingan testlar orqali o‘lchandi.

Natijalar

Tadqiqot natijalari quyidagilarni ko‘rsatdi:

1. Sanogen tafakkur darajasi yuqori bo‘lgan o‘smirlar:
   - stressga chidamlilik darajasi yuqori (72%)
   - ijtimoiy konfliktlarga nisbatan konstruktiv yondashuv (68%)
   - o‘z-o‘zini baholashning barqarorligi (75%)
2. Patogen (salbiy fikrlash ustun) guruhda esa:
   - tashvish darajasi yuqori (64%)
   - ijtimoiy izolyatsiya tendensiyasi (58%)
   - emotsional impulsivlik (70%)
3. Sanogen tafakkur va psixologik xavfsizlik o‘rtasida statistik jihatdan sezilarli ijobiy korrelyatsiya aniqlandi ($r = 0.71$, $p < 0.01$).

Bu natijalar sanogen fikrlash modelining ta’lim muhitida psixologik xavfsizlikni oshirishdagi muhim rolini tasdiqlaydi.

Muhokama

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlarning psixologik xavfsizligi faqat tashqi muhit omillariga emas, balki ichki kognitiv-emotsional strategiyalarga ham bog‘liq.

Sanogen tafakkur:

- salbiy fikrlarni konstruktiv qayta ishlashga yordam beradi
- o‘zini anglash (self-awareness) darajasini oshiradi
- emotsional regulyatsiyani rivojlantiradi
- ijtimoiy moslashuvni yaxshilaydi

Psixolog A. Bandura tomonidan ilgari surilgan “o‘z-o‘zini boshqarish nazariyasi”ga ko‘ra, inson xulqi ichki kognitiv jarayonlar orqali tartibga solinadi. Shu nuqtai nazardan sanogen tafakkur — o‘smir psixologik xavfsizligining ichki regulyatori sifatida namoyon bo‘ladi.

Zamonaviy ta’lim muhitida quyidagi amaliy yo‘nalishlar muhim:

- psixologik treninglar (sanogen fikrlashni rivojlantirish)
- maktab psixologlari tomonidan kognitiv qayta tuzish texnikalari
- stressni boshqarish dasturlari
- “emotsional savodxonlik” darslari

Xulosa qilib aytadigan bo’lsak, Sanogen tafakkur o‘smirlarning psixologik xavfsizligini ta’minlashda muhim ichki psixologik resurs hisoblanadi. U o‘quvchilarda stressga chidamlilik, ijtimoiy moslashuv va emotsional barqarorlikni shakllantiradi.

Shu sababli ta’lim tizimida sanogen fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan psixologik dasturlarni joriy etish zamonaviy ta’lim siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri bo‘lishi zarur.

Ta’lim muhitida o‘smirlarning psixologik xavfsizligini ta’minlash bugungi kunda nafaqat pedagogik, balki chuqur ijtimoiy-psixologik muammo sifatida ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Chunki o‘smir shaxsining shakllanish jarayonida ichki emotsional barqarorlik, o‘zini anglash va ijtimoiy moslashuv darajasi bevosita ta’lim muhitining psixologik sifati bilan belgilanadi.

Olib borilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, sanogen tafakkur o‘smirlarning ichki psixologik resurslarini faollashtiruvchi, salbiy fikrlash stereotiplarini yumshatuvchi va shaxsiy stressni konstruktiv qayta ishlashga imkon beruvchi muhim kognitiv mexanizm hisoblanadi. Bu esa o‘z navbatida, o‘smirlarning nafaqat hissiy holatiga, balki ularning ijtimoiy xulq-atvori va akademik muvaffaqiyatiga ham sezilarli darajada ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Shuningdek, sanogen tafakkur rivojlangan o‘quvchilarda o‘z-o‘zini boshqarish, emotsional nazorat va muammoli vaziyatlarga nisbatan moslashuvchan yondashuv shakllanishi kuzatiladi. Bu holat ularning konfliktli vaziyatlarda destruktiv emas, balki konstruktiv yechimlarni tanlashiga zamin yaratadi. Zamonaviy ta’lim tizimi sharoitida psixologik xavfsizlikni ta’minlash faqat tashqi intizomiy choralar bilan emas, balki ichki kognitiv va emotsional kompetensiyalarni rivojlantirish orqali amalga oshirilishi lozim. Shu nuqtai nazardan, sanogen tafakkurni shakllantirishga yo‘naltirilgan psixologik treninglar, refleksiv mashg‘ulotlar va emotsional savodxonlik dasturlarini ta’lim jarayoniga integratsiya qilish muhim amaliy ahamiyatga ega. Bundan tashqari, maktab psixologlari va pedagoglar tomonidan o‘smirlarning fikrlash uslublarini muntazam monitoring qilish, ularni salbiy kognitiv sxemalardan chiqarish va ijobiy fikrlash strategiyalarini rivojlantirish bo‘yicha tizimli ishlar olib borilishi zarur.Umuman olganda, sanogen tafakkur nafaqat individual psixologik barqarorlikni ta’minlovchi omil, balki ta’lim muassasasida sog‘lom psixologik muhitni shakllantiruvchi strategik resurs sifatida ham qaralishi lozim. Kelgusida ushbu yo‘nalishda olib boriladigan tadqiqotlar sanogen fikrlashning yoshga xos dinamikasi, uning ijtimoiy omillar bilan o‘zaro ta’siri hamda ta’lim samaradorligiga ta’sirini yanada chuqurroq ochib berishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Orlov Yu.M. *Sanogenic Thinking and Mental Health*. Moscow, 2019.
2. World Health Organization (WHO). *Adolescent Mental Health Report*, 2023.

3. Bandura A. *Social Learning Theory*. Prentice Hall, 1977.
4. Lazarus R.S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, 1984.
5. G‘oziev E.G‘. *Psixologiya*. Toshkent, 2020.
6. Karimova V.M. *Umumiy psixologiya*. Toshkent, 2021.
7. Toshpulatov, A. (2026). O‘SMIRLARNING SANOGEN TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHDA SUN’IY INTELLEKTNING O‘RNI. Общественные науки в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(7), 38–42.
8. Toshpo‘latov , A. (2026). RAQAMLI TRANSFORMATSIYA SHAROITIDA O‘QITUVCHILARNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGINI TA’MINLASHDA SUN’IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARINING O‘RNI. Молодые ученые, 4(20), 163–166.
9. Toshpulatov , A. (2026). O‘SMIRLARDA SANOGEN TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISHDA STRESSGA CHIDAMLILIKNI OSHIRISH. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(6), 71–76.
10. Toshpulatov , A., Bahronova, S. ., & Soliyeva, M. . (2026). OILAVIY MUHITNING BOLA PSIXIKASIGA TA’SIR ETUVCHI PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK ASPEKTLARI. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(5), 62–67.
11. Toshpulatov, A. (2026). MAKTABDA GIPPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHNING SAMARALI USULLARI. B DEVELOPMENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN MODERN SCIENCES (T. 5, Выпуск 2, сс. 87–90).
12. Toshpulatov, A. . (2026). MAKTAB MUASSASALARIDAGI PEDAGOG USTOZLARDA VUJUDGA KELADIGAN KASBIY DEFORMATSIYA VA UNDAN CHIQISH YO’LLARINING MUHIM METODLARI. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(5), 34–37.
13. Toshpo‘latov, A. ., & Erkayeva , D. (2025). PSIXOLOGIK QIYINCHILIKLARGA DUCH KELGAN ÕQUVCHILAR BILAN KORREKSION RIVOJLANTIRUVCHI MASHG‘ULOTLAR. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 4(18), 11–20.
14. Toshpo‘latov , A. (2025). “KONSTITUTSIYA - XALQCHIL DAVLAT, BARQAROR TARAQQIYOT VA FAROVON HAYOT ASOSI!”. Yevrosiyo Ijtimoiy Fanlar, Falsafa Va san’at Jurnali, 5(9), 100–106.
15. Abdurasulov , J., & Toshpo‘latov , A. . (2025). O‘SMIRLARDAGI PSIXOLOGIK ASPEKTLAR. Yevrosiyo Ijtimoiy Fanlar, Falsafa Va san’at Jurnali, 5(9), 90–99.

SUN'IY INTELLEKT VA RAQAMLI MUHIT TA'SIRIDA O'SMIRLAR PSIXOLOGIK BARQARORLIGINI SHAKLLANTIRISHIDA SANOGEN TAFAKKURNING ROLI

Toshpulatov Abdulaziz Quvondiq o'g'li

Toshkent viloyati Chirchiq Shahar Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti Psixologiya yo'nalishi 1-bosqich magistranti
15-AFCHO'SM bo'lgan umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi
Email: toshpolatovabdulaziz517@gmail.com Tel.:+99893-199-51-19

Annotatsiya: Mazkur maqolada sun'iy intellekt va raqamli muhit sharoitida o'smirlar psixologik barqarorligiga ta'sir etuvchi omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, sanogen tafakkurning mohiyati, uning psixologik himoya mexanizmi sifatidagi o'rni hamda o'smirlar ruhiy salomatligini mustahkamlashdagi ahamiyati ilmiy asosda yoritiladi. Tadqiqot natijalari asosida amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar:sun'iy intellekt, raqamli muhit, o'smirlar psixologiyasi, psixologik barqarorlik, sanogen tafakkur, stress, kiberxavfsizlik, psixokorreksiya.

Аннотация: В данной статье анализируются факторы, влияющие на психологическую устойчивость подростков в условиях развития искусственного интеллекта и цифровой среды. Раскрывается сущность саногенного мышления, его роль как механизма психологической защиты, а также значение в укреплении психического здоровья подростков. На основе результатов исследования предложены практические рекомендации по формированию устойчивости личности в условиях информационного давления.

Ключевые слова: искусственный интеллект, цифровая среда, психология подростков, психологическая устойчивость, саногенное мышление, стресс, кибербезопасность, психокоррекция.

Abstract: This article examines the key factors influencing adolescents' psychological stability in the context of artificial intelligence and the digital environment. It explores the concept of sanogenic thinking, its role as a psychological coping mechanism, and its significance in strengthening adolescent mental health. Based on the research findings, practical recommendations are proposed to enhance resilience under conditions of increasing informational and psychological pressure.

Keywords: artificial intelligence, digital environment, adolescent psychology, psychological stability, sanogenic thinking, stress, cybersecurity, psychocorrection.

KIRISH

Bugungi globallashuv va raqamlashtirish jarayonlari inson hayotining barcha jabhalariga chuqur kirib bordi. Ayniqsa, sun'iy intellekt texnologiyalari va raqamli platformalarning jadal rivojlanishi o'smirlar ongiga, tafakkuriga va psixologik holatiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. O'smirlik davri esa shaxs shakllanishining eng nozik va muhim bosqichi hisoblanadi. Shu bois, ushbu davrda

yuzaga keladigan psixologik o‘zgarishlar va tashqi omillar ta’sirini chuqur o‘rganish dolzarb masalalardan biridir.

Raqamli muhit o‘smirlarga keng imkoniyatlar yaratishi bilan birga, turli psixologik xavflarni ham keltirib chiqarmoqda. Jumladan, axborot ortiqchaligi, ijtimoiy tarmoqlarda solishtirish fenomeni, kiberbulling, virtual identifikatsiya muammolari o‘smirlar psixologik barqarorligiga salbiy ta’sir etmoqda.

Shu nuqtai nazardan, sanogen tafakkur tushunchasi muhim ahamiyat kasb etadi. Sanogen tafakkur — bu shaxsning stress va salbiy hissiyotlarni konstruktiv tarzda qayta ishlash qobiliyatidir. Ushbu tafakkur turi o‘smirlarda psixologik immunitetni shakllantirishda asosiy vositalardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi — sun’iy intellekt va raqamli muhit sharoitida o‘smirlar psixologik barqarorligini ta’minlashda sanogen tafakkurning rolini ilmiy asosda tahlil qilishdir.

METODOLOGIYA

Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalanildi:

- Nazariy tahlil metodi – psixologik adabiyotlar, zamonaviy ilmiy maqolalar va tadqiqotlar o‘rganildi;
- Kuzatish metodi – o‘smirlarning raqamli muhitdagi xulq-atvori tahlil qilindi;
- So‘rovnoma metodi – o‘smirlar orasida psixologik barqarorlik va stress darajasi o‘rganildi;
- Taqqoslash metodi – sanogen va patogen tafakkur o‘rtasidagi farqlar aniqlashtirildi.

Tadqiqotda 13–17 yosh oralig‘idagi o‘smirlar ishtirok etdi. Ularning raqamli texnologiyalardan foydalanish darajasi, psixologik holati va stressga munosabati o‘rganildi.

NATIJALAR

Tadqiqot natijalari quyidagi muhim jihatlarni ko‘rsatdi:

1. Raqamli muhitning psixologik ta’siri

O‘smirlarning aksariyati kuniga 4–6 soatni raqamli qurilmalarda o‘tkazadi. Bu esa:

- diqqat tarqoqligi,
- uyqu buzilishi,
- hissiy beqarorlikni kuchaytiradi.

2. Sun’iy intellekt bilan o‘zaro ta’sir

Sun’iy intellekt asosidagi platformalar (chatbotlar, tavsiya tizimlari) o‘smirlarning qaror qabul qilishiga ta’sir ko‘rsatadi. Bu esa:

- mustaqil fikrlashning pasayishiga,
- tayyor javoblarga o‘rganib qolishga olib keladi.

3. Sanogen tafakkurning mavjudlik darajasi

Tadqiqot natijasida o‘smirlarning:

- 32% da sanogen tafakkur rivojlangan,
- 48% da o‘rta darajada,
- 20% da past darajada ekanligi aniqlandi.

4. Stressga qarshi kurashish mexanizmlari

Sanogen tafakkurga ega o‘smirlar:

- muammolarni tahlil qiladi,
- hissiyotlarini boshqaradi,
- konstruktiv yechim topadi.

Aksincha, patogen tafakkurga ega o‘smirlar:

- muammodan qochadi,
- o‘zini ayblaydi,
- depressiv holatlarga moyil bo‘ladi.

MUHOKAMA

Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhit o‘smirlar psixologik holatiga ikki tomonlama ta’sir ko‘rsatadi. Bir tomondan, u bilim olish va rivojlanish imkoniyatlarini kengaytiradi, ikkinchi tomondan esa psixologik bosimni oshiradi.

Sanogen tafakkur ushbu muammolarga qarshi samarali psixologik mexanizm sifatida namoyon bo‘ladi. U quyidagi funksiyalarni bajaradi:

- **Hissiy nazoratni ta’minlaydi**
- **Stressni kamaytiradi**
- **Moslashuvchanlikni oshiradi**
- **Ijobiy fikrlashni shakllantiradi**

Zamonaviy psixologik yondashuvlarda sanogen tafakkurni rivojlantirish quyidagi usullar orqali amalga oshiriladi:

1. Kognitiv-behavioral treninglar
2. Emotsional intellektni rivojlantirish mashqlari
3. Meditatsiya va mindfulness texnikalari
4. Psixologik trening va konsultatsiyalar

Shuningdek, ota-onalar va pedagoglarning roli ham muhim hisoblanadi. Ular o‘smirlarda:

- tanqidiy fikrlashni,
- axborotni saralash ko‘nikmasini,
- hissiy barqarorlikni shakllantirishlari zarur.

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, sun’iy intellekt va raqamli muhit sharoitida o‘smirlar psixologik barqarorligini ta’minlash dolzarb muammo hisoblanadi. Ushbu jarayonda sanogen tafakkur muhim psixologik omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Sanogen tafakkur:

- o‘smirlarni stressdan himoya qiladi,
- psixologik moslashuvni kuchaytiradi,
- ijtimoiy faoliyatni yaxshilaydi.

Amaliy tavsiyalar:

- Ta’lim tizimida sanogen tafakkurga oid treninglar joriy etish;
- O‘smirlar uchun psixologik xizmatlarni kuchaytirish;
- Raqamli gigiyena madaniyatini shakllantirish;
- Ota-onalar uchun psixologik savodxonlik dasturlarini tashkil etish.

Kelgusida ushbu yo‘nalishda chuqur empirik tadqiqotlar olib borish muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, sun’iy intellekt va raqamli texnologiyalar jadal rivojlanayotgan hozirgi davrda o‘smirlar psixologik barqarorligini ta’minlash masalasi nafaqat psixologiya, balki ta’lim, ijtimoiy siyosat va kiberxavfsizlik sohalari uchun ham ustuvor ahamiyat kasb etadi. Raqamli muhit o‘smirlarning tafakkuri, qadriyatlari va xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatib, ularning ruhiy holatida yangi turdagi muammolarni yuzaga keltirmoqda.

Tadqiqot davomida aniqlanganidek, o‘smirlarning sezilarli qismi raqamli bosim, axborot ortiqchaligi va ijtimoiy taqqoslash natijasida psixologik zo‘riqish holatiga tushmoqda. Aynan shunday sharoitda sanogen tafakkur shaxsning ichki resurslarini faollashtiruvchi, salbiy hissiy tajribalarni konstruktiv yo‘nalishga buruvchi muhim psixologik mexanizm sifatida namoyon bo‘ladi.

Sanogen tafakkurning rivojlanishi o‘smirda quyidagi ijobiy o‘zgarishlarni yuzaga keltiradi:

- stressli vaziyatlarni adekvat baholash va boshqarish qobiliyati shakllanadi;
- salbiy fikrlarni ijobiy va realistik yondashuvga almashtirish ko‘nikmasi rivojlanadi;
- o‘z-o‘zini anglash va refleksiya darajasi oshadi;
- ijtimoiy moslashuvchanlik va kommunikativ kompetensiyalar mustahkamlanadi.

Shu bilan birga, sun’iy intellekt texnologiyalarining noto‘g‘ri yoki nazoratsiz qo‘llanilishi o‘smirlarning mustaqil fikrlash qobiliyatini pasaytirishi, ularni tayyor algoritmik yechimlarga qaram qilib qo‘yishi mumkinligi ham aniqlandi. Bu esa kelajakda shaxsiy qaror qabul qilish, tanqidiy tafakkur va mas’uliyat hissining susayishiga olib kelishi ehtimolini kuchaytiradi.

Mazkur holatlar ta’lim tizimi va psixologik xizmatlar oldiga yangi vazifalarni qo‘yadi. Xususan, o‘smirlarda nafaqat raqamli savodxonlik, balki psixologik immunitetni shakllantirishga qaratilgan kompleks yondashuvni joriy etish zarur. Bu jarayonda sanogen tafakkur asosida ishlab chiqilgan treninglar, psixologik dasturlar va innovatsion metodikalarning ahamiyati beqiyosdir.

Tadqiqot asosida quyidagi tizimli taklif va tavsiyalar ilgari suriladi:

- umumta’lim muassasalarida “psixologik barqarorlik va raqamli gigiyena”ga oid maxsus modullarni joriy etish;
- o‘smirlar uchun sanogen tafakkurni rivojlantirishga qaratilgan trening dasturlarini ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish;
- ota-onalar va pedagoglar uchun raqamli muhitning psixologik ta’siri bo‘yicha malaka oshirish kurslarini tashkil etish;
- psixologik xizmat faoliyatida sun’iy intellekt asosidagi diagnostika va monitoring vositalaridan samarali foydalanish.

Xulosa qilib aytganda, sanogen tafakkur o‘smirlarning psixologik barqarorligini ta’minlashda strategik ahamiyatga ega bo‘lgan omil sifatida namoyon bo‘ladi. Uni rivojlantirish orqali nafaqat individual darajada, balki jamiyat miqyosida sog‘lom, mustaqil va barqaror fikrlaydigan avlodni shakllantirish mumkin.

Kelgusida ushbu yo‘nalishda empirik tadqiqotlarni kengaytirish, sanogen tafakkurning neyropsixologik asoslarini chuqur o‘rganish hamda uni sun’iy intellekt texnologiyalari bilan integratsiyalash imkoniyatlarini aniqlash muhim ilmiy vazifalardan biri bo‘lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Karimova V. Psixologiya asoslari. – Toshkent, 2022.
2. G‘oziev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2021.
3. Nazarov A. Raqamli psixologiya. – Toshkent, 2023.
4. WHO. Adolescent mental health report. – 2024.
5. OECD Digital Education Outlook. – 2023.
6. Beck J. Cognitive Behavior Therapy Basics. – 2022.
7. Seligman M. Positive Psychology. – 2021.
8. Toshpulatov, A. (2026). O‘SMIRLARNING SANOGEN TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHDA SUN’IY INTELLEKTNING O‘RNI. Общественные науки в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(7), 38–42.
9. Toshpo‘latov , A. (2026). RAQAMLI TRANSFORMATSIYA SHAROITIDA O‘QITUVCHILARNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGINI TA’MINLASHDA SUN’IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARINING O‘RNI. Молодые ученые, 4(20), 163–166.
10. Toshpulatov , A. (2026). O‘SMIRLARDA SANOGEN TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISHDA STRESSGA CHIDAMLILIKNI OSHIRISH. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(6), 71–76.
11. Toshpulatov , A., Bahronova, S. ., & Soliyeva, M. . (2026). OILAVIY MUHITNING BOLA PSIXIKASIGA TA’SIR ETUVCHI PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK ASPEKTLARI. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(5), 62–67.
12. Toshpulatov, A. (2026). MAKTABDA GIPPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHNING SAMARALI USULLARI. B DEVELOPMENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN MODERN SCIENCES (T. 5, Выпуск 2, сс. 87–90).
13. Toshpulatov, A. . (2026). MAKTAB MUASSASALARIDAGI PEDAGOG USTOZLARDA VUJUDGA KELADIGAN KASBIY DEFORMATSIYA VA UNDAN CHIQISH YO’LLARINING MUHIM METODLARI. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 5(5), 34–37.

ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALAR DAVRIDA TA'LIM: GADJETLARDAN TO'G'RI FOYDALANISH YO'LLARI

Turaeva Nigora Shukhratovna
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti magistri

Annotatsiya: Zamonaviy texnologiyalar jadal rivojlanayotgan davrda gadjetlar inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida smartfonlar, planshetlar va kompyuterlardan keng foydalanish ularning rivojlanishi va kundalik faoliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ushbu maqolada gadjetlardan foydalanishning yosh avlod tarbiyasi va shaxsiy rivojiga ta'siri tahlil qilinib, uning ijobiy va salbiy jihatlari yoritiladi. Shuningdek, gadjetlardan to'g'ri va muvozanatli foydalanish strategiyalari ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari, ota-onalar, o'qituvchilar va jamiyatning mas'uliyatli texnologiya foydalanishini yo'lga qo'yishdagi roli muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: *gadjetlar, zamonaviy texnologiyalar, ta'lim, yoshlar, raqamli savodxonlik, rivojlanish, nazorat, muvozanat.*

Kirish. Zamonaviy texnologiyalar inson hayotining deyarli barcha jabhalarini, jumladan ta'lim, muloqot va hordiq chiqarishni tubdan o'zgartirdi. Gadjetlar axborotga oson kirish imkonini berib, o'rganish va rivojlanish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi. Biroq, ularning haddan tashqari va nazoratsiz qo'llanilishi, ayniqsa yoshlar orasida jiddiy muammoga aylanmoqda. Bolalar va o'smirlar kognitiv va emotsional tizimlari hali shakllanish bosqichida bo'lgani sababli, texnologiyaning salbiy ta'sirlariga nisbatan ko'proq moyildirlar. Shu bois gadjetlarning ularning xulq-atvori, sog'ligi va ijtimoiy munosabatlariga qanday ta'sir qilishini o'rganish muhimdir.

Gadjetlarning shaxsiy rivojlanishga ta'siri. Gadjetlarning shaxsiy rivojlanishga ta'siri murakkab va ko'p qirrali. Bir tomondan, ular ta'limiy resurslar, interaktiv o'quv platformalari va global muloqot imkoniyatlarini taqdim etadi. Boshqa tomondan esa, ortiqcha foydalanish diqqat, xotira va tanqidiy fikrlash qobiliyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Uzoq vaqt ekran qarshisida o'tirish diqqatni pasaytiradi va uzoq muddatli vazifalarga e'tibor qaratishni qiyinlashtiradi. Doimiy ravishda ilovalar, bildirishnomalar va onlayn kontent o'rtasida almashib turadigan o'quvchilar chuqur e'tiborni saqlab qolishda qiynaladilar. Bu esa o'qish samaradorligining pasayishiga olib keladi.

Shuningdek, raqamli qurilmalarga haddan tashqari tayanish mustaqil fikrlashni susaytirishi mumkin. Yoshlar muammolarni mustaqil hal qilish o'rniga, tayyor onlayn ma'lumotlarga suyanishga odatlanib qoladilar. Bu esa ijodkorlik va tahliliy fikrlashning rivojlanishiga to'sqinlik qiladi.

Ijtimoiy va psixologik ta'sirlar. Gadjetlardan foydalanishning yana bir muhim jihati — uning ijtimoiy va psixologik farovonlikka ta'siridir. Virtual muhitda ko'p vaqt o'tkazish real hayotdagi muloqotni kamaytiradi. Natijada yoshlar o'z fikrini ifoda etish, munosabatlar qurish va jamiyatda faol ishtirok etishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Ijtimoiy yakkalanish gadjetlardan ortiqcha foydalanishning keng tarqalgan oqibatlaridan biridir. Ijtimoiy tarmoqlar aloqa illyuziyasini yaratsa-da, ular ko‘pincha yuzma-yuz muloqot o‘rnini bosadi. Bu esa yolg‘izlik, past o‘zini baholash va hissiy beqarorlikka olib kelishi mumkin.

Bundan tashqari, onlayn kontentga doimiy ta’sir stress va tashvish darajasini oshirishi mumkin. Boshqalar bilan o‘zini solishtirish, salbiy fikrlar yoki kiberbulling holatlari ruhiy salomatlikka jiddiy zarar yetkazadi.

Jismoniy salomatlikka ta’siri. Gadjetlardan haddan tashqari foydalanish jismoniy salomatlikka ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Uzoq vaqt ekran qarshisida o‘tirish ko‘z charchashi, bosh og‘rig‘i va noto‘g‘ri qomatga olib keladi. Shuningdek, jismoniy faollikning kamayishi ham muhim muammo bo‘lib, bolalar ochiq havoda o‘ynash o‘rniga raqamli o‘yinlarni afzal ko‘rishadi.

Uyqu buzilishi ham keng tarqalgan muammolardan biridir. Kechasi gadjetlardan foydalanish tabiiy uyqu ritmini buzadi va kunduzgi charchoq hamda samaradorlikning pasayishiga olib keladi.

Gadjetlardan foydalanishning ijobiy jihatlari. Shunga qaramay, gadjetlar to‘g‘ri foydalanilganda ko‘plab afzalliklarni taqdim etadi. Ular masofaviy ta’limni qo‘llab-quvvatlaydi, ta’limiy materiallarga kirishni osonlashtiradi va raqamli ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Onlayn platformalar orqali o‘quvchilar yangi tillarni o‘rganishi, texnik ko‘nikmalarni rivojlantirishi va ijodiy qiziqishlarini kengaytirishi mumkin.

Interaktiv ilovalar va multimedia vositalari ta’limni yanada qiziqarli va samarali qiladi. Shu bois gadjetlar to‘g‘ri boshqarilganda kuchli ta’lim vositasi bo‘lishi mumkin.

Gadjetlardan to‘g‘ri foydalanish strategiyalari. Salbiy ta’sirlarni kamaytirish va foydani oshirish uchun gadjetlardan foydalanishda aniq strategiyalarni qo‘llash zarur. Ota-onalar ekran vaqtiga doir aniq qoidalar o‘rnatishlari va farzandlar faoliyatini nazorat qilishlari kerak. Kunlik cheklovlar ortiqcha foydalanishni oldini oladi va muvozanatli turmush tarzini shakllantiradi.

Bolalarni foydali kontentga yo‘naltirish ham muhim. Masalan, onlayn kurslar, elektron kitoblar va ko‘nikmalarni rivojlantiruvchi ilovalardan foydalanish tavsiya etiladi.

Shuningdek, muqobil faoliyatlarni rag‘batlantirish zarur. Sport, kitob o‘qish, san’at va ochiq havodagi o‘yinlar gadjetlarga qaramlikni kamaytiradi hamda umumiy rivojlanishga yordam beradi.

Ta’lim muassasalari esa raqamli savodxonlikni rivojlantirishga e’tibor qaratishlari lozim. Talabalarga texnologiyadan xavfsiz va mas’uliyatli foydalanishni o‘rgatish ularni raqamli dunyodagi muammolarga tayyorlaydi.

Qo‘shimcha muhokama: Raqamli intizom va uzoq muddatli rivojlanish. Raqamli intizom — bu texnologiyadan ongli va mas’uliyatli foydalanish qobiliyatidir. Zamonaviy platformalar tezkor mukofotlar orqali e’tiborni jalb qilishga mo‘ljallangan bo‘lib, bu sabr-toqatni kamaytirishi mumkin.

Buni yengish uchun yoshlar uzoq muddatli sa’y-harakat talab qiladigan faoliyatlar bilan shug‘ullanishlari kerak. Masalan, yangi ko‘nikmalarni o‘rganish,

sport bilan shug‘ullanish yoki loyihalarni yakunlash mas’uliyat va o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

O‘z-o‘zini anglash ham muhim ahamiyatga ega. Inson o‘zining raqamli odatlarini tahlil qilib, texnologiyaning samaradorligi va hissiy holatiga qanday ta’sir qilishini tushunishi kerak.

Raqamli detoks — gadjetlardan vaqtincha voz kechish — ruhiy salomatlikni yaxshilash va muvozanatni tiklashga yordam beradi. Bu davrda inson real hayotdagi muloqot va shaxsiy qiziqishlarga e’tibor qaratadi.

Asosiy maqsad texnologiyani butunlay rad etish emas, balki u bilan sog‘lom munosabatni shakllantirishdir.

Xulosa. qilib aytganda, gadjetlar va zamonaviy texnologiyalar yoshlar hayotida muhim o‘rin tutadi. Ular ta’lim va rivojlanish uchun katta imkoniyatlar yaratadi, biroq ortiqcha foydalanish akademik natijalar, ijtimoiy munosabatlar hamda jismoniy va ruhiy sog‘liqqa salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Shu bois texnologiyadan ongli va muvozanatli foydalanishni targ‘ib qilish zarur. Ota-onalar, o‘qituvchilar va jamiyat birgalikda yosh avlodda sog‘lom raqamli odatlarni shakllantirishlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Егоров А.Ю. Интернет-зависимость: психологический анализ. – Санкт-Петербург, 2007. – 180 с.
2. Пятницкая И.Н. Клиника и профилактика зависимостей. – Москва, 2004. – 300 с.
3. Sharipova D.J. Yoshlar tarbiyasi muammolari. – Toshkent, 2020. – 230 b.
4. Saidov J. Addiktiv xulq va psixologik salomatlik. – Toshkent, 2021. – 180 b.
5. Sharipova D.J. Yoshlar tarbiyasi muammolari. – Toshkent, 2020. – 230 b.

RAQAMLI DUNYODA YOSHLARDA DESTRUKTIV XULQ-ATVORNING SHAKLLANISHI: MUAMMO VA YECHIMLAR

Umarova Gulbaxor Maxamad qizi

Farg‘ona viloyati Marg‘ilon shahar IIB
JXX HPB XQMB katta inspektori

Hozirgi paytga kelib jahonda bo‘lib o‘tayotgan chukur ijtimoiy o‘zgarishlar ilgari yetarli darajada ahamiyat berilmagan bir kator fenomenlarga yangicha nazar bilan qarashni taqozo etmokda. Ulardan biri insonlarning destruktiv faoliyatidir. Inson tabiatining vayronkor jihati ayniksa XX asr oxirlari va XXI asr boshlarida ommaviy qotilliklar, inqiloblar, urushlar, terrorchilik harakatlarida yaqqol namoyon bo‘ldi. Ommaviy axborot vositalarida jahonning eng tinch, osoyishta hisoblangan mamlakatlarida ham sodir etilayotgan jinoyatlar haqida xabar berib borilmoqda. Hech kanday axlokiy, diniy, huquqiy meyorlar insonning destruktiv faoliyatini to‘xtatib qololmayapti. Hatto yashash uchun yaratib berilgan eng qulay shart-sharoitlar xam destruktiv faoliyatni bartaraf eta olmayapti, ayni paytda u nafakat insonlarning bir-biriga, balki tabiatga, madaniy yodgorliklarga, oddiy buyumlarga

nisbatan munosabatida ham aks etmoqda. Texnika va texnologiyaning zamonaviy taraqqiyoti hisobga olinsa, hozirgi davrda destruktiv faoliyat nafaqat aloxida olingan shaxs yoki ijtimoiy guruhga, balki davlatlar, mamlakatlar va butun insoniyatga xavf tug‘dirmoqda. Destruktiv faoliyat fenomenining ilm-fanda deyarli tadkik etilmaganligini aytib o‘tish joiz. Hatto «destruksiya», «destruktivlik», «destruktiv faoliyat» tushunchalariga izoh ham ko‘pchilik lug‘atlarda uchramaydi, uchragan taqdirda ham ularning tarjimasigina keltiriladi (inglizcha «destructive» «yemiruvchi», «vayron kiladigan», «halokatli»). Aksariyat adabiyotlarda destruksiya «biror narsaning tuzilmasini vayron qilish» sifatida sharhlanadi. Ko‘pchilik tadqiqotchilar tomonidan insonning vayronkorlikka moyillik tabiati ta’kidlab o‘tilgan bo‘lsa-da, bu mavzuga Erix Frommning yirik ilmiy ishi «Inson destruktivligi anatomiyasi» kitobigina alohida bag‘ishlangan. Shunga qaramay ba’zi olimlar destruksiyaning xususan, qotillik, suitsid, terrorchilik faoliyati singari turli ko‘rinishlariga e’tibor qaratganlar. Bu hodisalar esa oydinlashtirilishi lozim bo‘lgan umumiy, xususiyat, asoslarga egadir. Bundan tashqari destruktiv faoliyatning ayrim ko‘rinishlari maxsus ixtisoslikka ega mutaxassis (biolog, genetik, psixolog, seksopatolog, tarixchi, huquqshunos)lar tomonidan o‘rganilgan. Birok, ma’lumki, fenomenni fakat bir butun, yaxlit xolda tadqiq etish uning mohiyatini anglashga yordam berishi mumkin. Yoshlar orasida destruktiv xulq-atvorning ko‘payib borishi jinoyatlar, oilaviy ajrimlarning oshishiga va albatta jamiyatning tanazzuliga sabab bo‘ladi. Shu sababli destruksiya muammosni tadqiq etish har qachongidan ham dolzarb bo‘lib bormoqda.

Ahvol shu tarzda davom etsa, madaniyat ommaviy madaniyat tomonidan butkul zabt etilishi, barbod qilinishi mumkin. G‘arb, Yevropa, Rossiya televideniyelaridagi axloqsizlik, behayolikni tashviq etuvchi ko‘rsatuvlar, internetga hech qanday nazoratdan o‘tmay joylashtirilayotgan materiallar insonlarga zararini o‘lchab bo‘lmaydigan darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Bu yoshlar «Men»ining shakli buzilishiga olib kelmoqda, ijtimoiy muhit, sotsiumda o‘z o‘rnini topishiga salbiy ta’sirini namoyon qilmoqda, jiddiy ma’naviy-axloqiy muammolarning yuzaga kelishiga sabab bo‘lmoqda. Ijtimoiy voqealarni individual va ommaviy ong nuqtai nazaridan idrok etishda voqelikning obyektiv mezonlari asosida emas, ataylab, zo‘rlab tiqishtirilgan suggestiv yorliqlar, yasama mezonlar ta’sirida axborot, ma’lumotni qabul qilish, ularga munosabatda bo‘lish kuchaymoqda.

Bashariyatning ushbu muammolarni hamda bema’nilik va destruktivlikni, ijtimoiy-ma’naviy hayot, madaniyatdagi shizoid tendensiyalarni bartaraf etishida; insonning o‘ziga o‘zi bo‘lgan ishonchini, kelajak va yorqin istiqbolga bo‘lgan intilishini oshirishida irodaviy safarbarlikni shakllantirish muhim ahamiyatga molik jihat hisoblanadi. Zero, shaxsda iroda kuchini tarbiyalash ayni paytdagi dolzarb muammolardan sanaladi, chunki inson har qancha iqtidorli, iste’dodli bo‘lmasin, agar o‘zida irodaviy zo‘riqishni, maqsadga muvofiq faollikni namoyon etmasa, o‘rtamiyona, hatto quyi darajadagi kishi sifatida qolaverishi mumkin.

Ma’lumki, hozirgi davrda hukumatimiz tomonidan madaniy merosimizni tiklash va rivojlantirishga alohida e’tibor berilmoqda. Jamiyatimiz taraqqiyotining hozirgi bosqichida har tomonlama rivojlangan shaxsni, barkamol avlodni kamol toptirishda Sharq mutafakkirlari, o‘zbek yozuvchilari, ijodkorlarining ijodiy

merosidan unumli foydalanish, ular ilgari surgan milliy va umuminsoniy qadriyatlarning mazmun-mohiyatini yosh avlod ongiga singdirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Yoshlarda muvaffaqiyatga erishish borasida maqsadga muvofiq stereotiplarni shakllantirishda jamoat tashkilotlari, pedagoglar, ta'lim muassasalari, oila, ommaviy axborot vositalari, ota-onalar tegishli tarzda birgalikda faoliyat olib borishlari lozim. Ota-ona (oila), ta'lim muassasasi va jamoatchilik hamkorligini ta'minlashga yo'naltirilgan pedagogik o'zaro aloqa modeli tizimli yo'lga qo'yilishi zarur. Ushbu model konkret muassasa, tashkilotlar hamda davlat va jamiyatning turli tuzilmalari, bo'g'inlari darajasida faoliyat olib borishi maqsadga muvofikdir. Yoshlarni bo'sh vaqtidan unumli foydalanishga o'rgatish, ilmiy salohiyatni yuksaltirish bo'yicha qo'llab quvvatlash, jinoyat va huquqbuzarlikka moyil yoshlarni keng qamrovli nazorat va tuzatish dasturidan o'tkazish ishlarini tashkillash, yolg'iz yashovchi yoshlarning yashash sharoitini o'rganish va muammolarini bartaraf etish, aloxida otaltiqqa olingan yoshlar bilan tashkillanadigan ishlarni hisobini nazoratga olish va ijobiy natijalarni monitoring qilib borish o'zining samarasini beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasining ta'lim to'g'risidagi qonuni. Toshkent 23.09.2020 O'RQ-637
2. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat yengilmas kuch. Toshkent, «Ma'naviyat», 2008.
3. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. -М.: Республика, 1994
4. Абдураззокова М. Дин ва сиёсат //Фан ва турмуш.-2000.-№2. -510-11.
5. Abduxalilov A. Diniy ekstremizm: kecha va bugun //Jamiyat va boshkaruv.-2002.-№2.-B.66-68.
6. Alimov X. Badiiy adabiyot tarjimonlari yosh davrlarining psixologik xususiyatlari. Psixol.fan, nomz. diss. T.: 1995.
7. Ананьев Б.Г. О принципах современного человекознания. М.: Наука, 1977.
8. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. - СПб.: Питер, 2001.
9. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Ленинградский гос.ун-т 1969 Л.

TA'LIMDA SUN'IY INTELLEKT: IMKONIYATLAR VA PSIXOLOGIK XATARLAR

Xusanov Samariddin Maxmadaminovich

University of Business and Science Toshkent filiali v.b dotsenti, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD). samariddin.hm_90@mail.ru

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimida raqamli texnologiyalar va sun'iy intellekt (SI) elementlarini joriy etishning psixologik jihatlari tahlil qilinadi. Ta'lim jarayonini individuallashtirish, o'quvchilar

motivatsiyasini oshirish imkoniyatlari bilan bir qatorda, raqamli muhitning kognitiv jarayonlarga va muloqot ko‘nikmalariga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, SI texnologiyalaridan foydalanishda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan psixologik to‘siqlar va ularning yechimlari bo‘yicha takliflar berilgan.

Kalit so‘zlar: sun’iy intellekt, raqamli ta’lim, kognitiv jarayonlar, individuallashtirish, raqamli psixologiya, o‘quv motivatsiyasi, pedagogik texnologiyalar.

Bugungi kunda ta’lim tizimining raqamli transformatsiyasi nafaqat texnik yangilanish, balki chuqur psixologik jarayondir. Sun’iy intellekt (SI) tizimlarining ta’limga kirib kelishi an’anaviy "ustoz-shogird" modelini o‘zgartirib, yangi psixologik muhitni yuzaga keltirmoqda.

Sun’iy intellekt (SI) texnologiyalarining ta’lim tizimidagi eng fundamental afzalligi - o‘quv jarayonini chuqur individuallashtirish imkoniyatidir. An’anaviy ta’limdagi "hamma uchun yagona qolip" tamoyilidan voz kechib, SI har bir ta’lim oluvchining shaxsiy ehtiyojlariga moslashadi. Masalan, Khan Academy yoki Duolingo kabi adaptiv o‘quv platformalari algoritmlar yordamida o‘quvchining o‘zlashtirish tezligi, xatolar tabiati va kognitiv uslubini tahlil qiladi hamda shunga mos ravishda kontent taqdim etadi [3, 12-b].

Bu jarayonning psixologik samaradorligi quyidagilarda namoyon bo‘ladi:

Muvaffaqiyat hissi va o‘z-o‘zini baholash: O‘quvchi o‘z darajasiga mos vazifalarni bajarganda, unda "men buni uddalay olaman" degan ishonch shakllanadi. Bu esa o‘z navbatida o‘quvchining subyektiv farovonligini oshiradi va o‘z-o‘zini past baholash bilan bog‘liq to‘siqlarni bartaraf etadi [1, 45-b].

Suniy intellekt yordamida o‘quvchining kuchli va kuchsiz tomonlarini soniyalar ichida diagnostika qilish mumkin. Xatoni o‘sha zahoti tushuntirib berish o‘quvchida "tushunmovchilik xavotiri"ni kamaytiradi va motivatsiyani barqaror ushlab turishga xizmat qiladi [5, 89-b].

Suniy intellekt tizimlari o‘quvchining charchoq darajasi yoki diqqat konsentratsiyasini ham hisobga olgan holda material murakkabligini o‘zgartirishi mumkin, bu esa intellektual salohiyatning maksimal darajada ochilishiga yordam beradi [4, 22-b].

Shu tariqa, SI o‘qituvchining mexanik vazifalarini o‘z zimmasiga olib, ta’limni ko‘proq shaxsga yo‘naltirilgan va psixologik jihatdan qulay muhitga aylantiradi. Psixologik masalalar. Texnologiyalar keng ko‘lamda qo‘llanilishi bilan bir qatorda, bir qator psixologik muammolar ham yuzaga kelmoqda:

Kognitiv yuklama va diqqat tanqisligi. Raqamli ta’lim muhitida axborotning haddan tashqari ko‘pligi (informatsion oqim) va vizual stimullarning yuqori intensivligi o‘quvchining kognitiv tizimiga og‘irlik qiladi. Psixologik nuqtayi nazardan, insonning ishchi xotirasi (working memory) cheklangan hajmdagi ma’lumotni qayta ishlashga moslashgan bo‘lib, SI tomonidan taqdim etilayotgan beto‘xtov ma’lumotlar oqimi "kognitiv o‘ta yuklanish" (cognitive overload) holatini keltirib chiqaradi [2, 56-b].

Bu jarayonning salbiy oqibatlari quyidagilarda aniqroq namoyon bo‘ladi:

"Clip-tafakkur" (parchali fikrlash) shakllanishi: O‘quvchi ma’lumotlarni yaxlit holda emas, balki qisqa, yuzaki va tez o‘zgaruvchan parchalar shaklida qabul

qilishga odatlanadi. Natijada, uzoq vaqt davomida diqqatni bir nuqtaga jamlash (deep concentration) qobiliyati susayadi. Bu esa o‘quvchilarda matnning ichki mantiqiy bog‘liqliklarini anglashda qiyinchiliklar tug‘diradi [4, 42-b].

Mantiqiy xulosalar chiqarishning pasayishi: Tezkor vizual stimullar o‘quvchini chuqur mulohaza yuritishdan ko‘ra, tayyor tayyor vizual obrazlarni iste’mol qilishga undaydi. Bu o‘z navbatida, sabab-oqibat aloqalarini tahlil qilish va murakkab muammolarga kreativ yechim topish kabi yuqori darajadagi kognitiv funksiyalarning tormozlanishiga olib keladi [5, 88-b].

Diqqatning tarqoqligi (multitasking xatosi): Bir vaqtning o‘zida bir nechta raqamli resurslar bilan ishlash o‘quvchida diqqatning barqarorligini (sustained attention) yo‘qotadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, doimiy ravishda bir ilovadan boshqasiga o‘tish intellektual samaradorlikni 40 foizgacha pasaytirishi mumkin [3, 29-b].

Shu sababli, ta’limda SI texnologiyalarini qo‘llashda o‘quvchining yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda "axborot dozirovkasi" va kognitiv tanaffuslarni to‘g‘ri tashkil etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy izolyatsiya: Jonli muloqotning raqamli interfeyslar bilan almashishi o‘smirlarda emotsional intellekt va hamkorlikda ishlash ko‘nikmalarining pasayishiga sabab bo‘lishi xavfi mavjud.

Texnologik xavotir: Pedagoglar va o‘quvchilar o‘rtasida yangi tizimlarga nisbatan qarshilik yoki ularga haddan tashqari bog‘lanib qolish (gadjetga qaramlik) holatlari kuzatilishi mumkin.

Raqamli texnologiyalar va sun’iy intellekt (SI) ta’lim tizimida inson (pedagog) o‘rnini butunlay bosuvchi kuch emas, balki uning intellektual salohiyatini oshiruvchi va metodik imkoniyatlarini kengaytiruvchi samarali yordamchi vositadir [5, 89-b]. Sun’iy intellekt texnik va muntazam takrorlanuvchi vazifalarni (baholash, ma’lumotlarni tahlil qilish, rejalar tuzish) o‘z zimmasiga olib, o‘qituvchiga o‘quvchilar bilan individual ishlash, ularning emotsional holatini tushunish va ijodiy muhit yaratish uchun qo'shimcha vaqt hamda imkoniyat taqdim etadi.

Psixologik jihatdan sog‘lom va samarali ta’lim muhitini yaratish uchun quyidagi fundamental yondashuvlarni uyg‘unlashtirish strategik ahamiyatga ega:

Insoniy aloqa va texnologiya balansi: Hech qanday algoritm o‘qituvchining jonli muloqoti, o‘quvchiga bo‘lgan mehri va pedagogik sezgisini (intuitsiyasini) almashtira olmaydi. Shuning uchun texnologik yutuqlarni insoniy qadriyatlar va an’anaviy metodikalar bilan "gibrid" tarzda qo‘llash zarur [4, 12-b].

O‘quvchilarda texnologik qaramlik va kognitiv yuklamaning oldini olish uchun raqamli resurslardan foydalanishning optimal me’yorlarini belgilash, ularda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish va ma’lumotlarni saralash (filtratsiya) ko‘nikmasini shakllantirish lozim [2, 115-b]. Zamonaviy sharoitda o‘qituvchi shunchaki bilim beruvchi emas, balki o‘quvchining raqamli olamdagi "navigatory" va kouchiga aylanishi talab etiladi. Bu esa pedagoglardan nafaqat IT-savodxonlikni, balki yuqori darajadagi emotsional intellektni ham talab qiladi [6, 38-b].

Xulosa qilib aytganda, raqamli transformatsiya jarayonida asosiy e’tibor texnologiyaning o‘ziga emas, balki u orqali inson kapitalini qanday rivojlantirishga

qaratilishi lozim. Faqat texnologik innovatsiyalar va psixologik metodikalarning oqilona sintezi orqali barkamol avlodni shakllantirish mumkin

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 17.02.2021 y. dagi "Sun'iy intellekt texnologiyalarini jadal joriy etish uchun shart-sharoitlar yaratish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4996-son Qarori (https://lex.uz/docs/-5297046).

2.Sun'iy intellektning afzalliklari va kamchiliklari. https://www.javatpoint.com/advantagesand-disadvantages-of-artificial-intelligence).

3.Sun'iy intellektning ijobiy va salbiy tomonlari: unda ishlashining 15 sababi. (https://livetilesglobal.com/pros-cons-artificial-intelligence-classroom/).

4.Пырнова О.А., Зарипова Р.С. Технологии искусственного интеллекта в образовании // Russian Journal of education and Psychology. 2019, Том 10, – №3. – С. 41–43. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologii-iskusstvennogo-intellekta-vobrazovanii/viewer

5. Mayer, R. E. (2020). Multimedia Learning (3rd ed.). Cambridge University Press. – 410 p.

6. Yusupov, M. (2021). Zamonaviy ta'limda raqamli didaktika. O'qituvchi nashriyoti. – 176 b.

O'QUVCHILARDA O'Z-O'ZINI BAHOLASH VA SHAXSIY RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Yusupova O'g'iloy Bozorovna

Angor tumani 24- umumiy o'rta maktabi amaliyotchi psixologi

Bobomurodova Nodira Abdurasulovna

Angor tumani 14-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya

Ushbu maqolada o'quvchilarda o'z-o'zini baholash va shaxsiy rivojlanishning psixologik asoslari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Ishda o'z-o'zini baholash tushunchasining mazmuni, uning shaxs rivojlanishidagi o'rni hamda motivatsiya va iroda bilan o'zaro bog'liqligi yoritilgan. Shuningdek, o'quvchilarda o'z-o'zini baholashning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar - oilaviy muhit, pedagogik yondashuv, tengdoshlar ta'siri hamda zamonaviy axborot texnologiyalarining psixologik ta'siri ko'rib chiqilgan. Maqolada Albert Bandura, Abraham Maslow, Carl Rogers, Lev Vygotskiy va William James kabi olimlarning ilmiy qarashlari asosida o'quvchilarning shaxsiy rivojlanish mexanizmlari tahlil etilgan. Mazkur ish o'quvchilarda sog'lom o'z-o'zini baholashni shakllantirish va ularning psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: *o'z-o'zini baholash, shaxsiy rivojlanish, motivatsiya, iroda, psixologik omillar, o'quvchilar, ta'lim jarayoni, self-esteem, pedagogik yondashuv, psixologik rivojlanish, ijtimoiy muhit, o'ziga ishonch*

Annotation

This article analyzes the psychological foundations of students' self-esteem and personal development from a scientific and theoretical perspective. The paper highlights the essence of the concept of self-esteem, its role in personality development, and its relationship with motivation and willpower. It also examines the main factors influencing the formation of students' self-esteem, including family environment, pedagogical approaches, peer influence, and the psychological impact of modern information technologies. The article analyzes the mechanisms of students' personal development based on the scientific views of Albert Bandura, Abraham Maslow, Carl Rogers, Lev Vygotsky, and William James. This work has scientific and practical significance in developing healthy self-esteem and supporting the psychological development of students.

Keywords: self-esteem, personal development, motivation, willpower, psychological factors, students, educational process, pedagogical approach, psychological development, social environment, self-confidence.

Аннотация

В данной статье с научно-теоретической точки зрения анализируются психологические основы самооценки и личностного развития учащихся. В работе раскрывается сущность понятия самооценки, её роль в развитии личности, а также взаимосвязь с мотивацией и волевыми качествами. Кроме того, рассматриваются основные факторы, влияющие на формирование самооценки учащихся, включая семейную среду, педагогические подходы, влияние сверстников и психологическое воздействие современных информационных технологий. В статье анализируются механизмы личностного развития учащихся на основе научных взглядов Альберта Бандуры, Абрахама Маслоу, Карла Роджерса, Льва Выготского и Уильяма Джеймса. Данная работа имеет научно-практическое значение в формировании здоровой самооценки и поддержке психологического развития учащихся.

***Ключевые слова**: самооценка, личностное развитие, мотивация, воля, психологические факторы, учащиеся, образовательный процесс, педагогический подход, психологическое развитие, социальная среда, уверенность в себе.*

O‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash shaxsning psixologik tuzilmasida markaziy o‘rin egallovchi, uning xulq-atvori, faoliyati va ijtimoiy munosabatlarini belgilab beruvchi murakkab psixik jarayon hisoblanadi. O‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘z imkoniyatlari, qobiliyatlari, yutuqlari hamda kamchiliklariga bergan ichki subyektiv bahosi bo‘lib, u o‘quvchining o‘ziga bo‘lgan ishonchi, motivatsiyasi va hayotiy maqsadlarini shakllantirishda muhim psixologik asos vazifasini bajaradi. Ta’lim jarayonida o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishi faqat bilim, ko‘nikma va malakalarni o‘zlashtirish bilan cheklanib qolmay, balki ularning shaxs sifatida shakllanishi, o‘zini anglash darajasi hamda ijtimoiy muhitga moslashuvi bilan uzviy

bog‘liqdir. Ayniqsa, maktab yoshidagi davr va o‘smirlik bosqichi o‘z-o‘zini baholash tizimining faol shakllanish davri bo‘lib, bu jarayonda o‘qituvchi, ota-ona hamda tengdoshlar ta’siri hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Albert Bandura o‘zining “o‘ziga ishonch” nazariyasi orqali shaxsning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi uning faoliyati va muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir qilishini asoslab bergan. Uning fikricha, o‘quvchi o‘zini ma’lum vazifani bajara olishiga ishonsa, unda motivatsiya, faollik va o‘z-o‘zini ijobiy baholash darajasi ortadi. Zamonaviy ta’lim muhitida o‘quvchilarning psixologik holati, raqamli texnologiyalar ta’siri, ijtimoiy bosim va kommunikativ muhitning o‘zgarishi ularning o‘z-o‘zini baholash darajasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Past yoki noto‘g‘ri shakllangan o‘z-o‘zini baholash esa o‘quvchilarda motivatsiyaning susayishi, o‘ziga ishonchsizlik, stress va ijtimoiy faollikning kamayishi kabi salbiy holatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu bois, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanishning psixologik asoslarini ilmiy jihatdan o‘rganish, uning shakllanish mexanizmlarini tahlil qilish hamda pedagogik-psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish bugungi ta’lim tizimi uchun dolzarb va amaliy ahamiyatga ega masalalardan biri hisoblanadi.

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya jarayonida ta’lim tizimi nafaqat bilim berishga, balki o‘quvchilarning shaxs sifatida shakllanishi, ularning psixologik barqarorligi va o‘zini anglash darajasini rivojlantirishga ham alohida e’tibor qaratmoqda. Shu nuqtayi nazardan, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanish masalasi zamonaviy psixologiya va pedagogika fanining eng dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Amaliy kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, ayrim o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash darajasining pastligi yoki haddan tashqari yuqoriligi ularning o‘qishga bo‘lgan munosabati, ijtimoiy faolligi hamda shaxslararo munosabatlariga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Past o‘z-o‘zini baholash o‘quvchilarda ishonchsizlik, tashabbussizlik va motivatsiyaning susayishiga olib kelsa, haddan tashqari yuqori baholash esa real imkoniyatlarni noto‘g‘ri baholashga sabab bo‘lishi mumkin. Shuningdek, zamonaviy axborot muhitining kengayishi, ijtimoiy tarmoqlardagi taqqoslash jarayonlari hamda tengdoshlar ta’siri o‘quvchilarning o‘zini idrok etishiga kuchli psixologik ta’sir ko‘rsatmoqda. Bu esa o‘z navbatida ularning shaxsiy rivojlanish jarayonini murakkablashtiradi. Shu sababli, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholashning shakllanish mexanizmlarini o‘rganish, unga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash hamda uni to‘g‘ri rivojlantirish yo‘llarini ishlab chiqish bugungi ta’lim tizimi uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

O‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanish murakkab psixologik jarayon bo‘lib, u ichki va tashqi omillar ta’sirida shakllanadi. Abraham Maslow inson ehtiyojlari ierarxiyasi nazariyasini ishlab chiqqan. Unga ko‘ra, shaxsning o‘zini namoyon qilishi va rivojlantirishi uchun avvalo uning asosiy psixologik va ijtimoiy ehtiyojlari qondirilgan bo‘lishi kerak. O‘quvchilarda hurmat, qo‘llab-quvvatlash va e’tirofga bo‘lgan ehtiyojning qondirilishi o‘z-o‘zini baholashning sog‘lom shakllanishiga yordam beradi.O‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘z imkoniyatlari, qobiliyatlari va yutuqlariga bergan subyektiv bahosi bo‘lib, u o‘quvchining xulq-atvori, o‘qishga munosabati hamda ijtimoiy muhitga moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Birinchidan, o‘z-o‘zini baholashning

shakllanishida oilaviy muhit muhim rol o‘ynaydi. Ota-ona tomonidan beriladigan qo‘llab-quvvatlash va ijobiy munosabat o‘quvchida o‘ziga ishonchni oshiradi. Aksincha, doimiy tanqid yoki befarqlik o‘z-o‘zini past baholashga olib kelishi mumkin. Ikkinchidan, ta’lim jarayonidagi pedagogik yondashuv ham katta ahamiyatga ega. O‘qituvchining rag‘batlantirishi, adolatli baholashi va ijobiy psixologik muhit yaratishi o‘quvchining o‘zini to‘g‘ri baholashiga yordam beradi.

Uchinchidan, tengdoshlar ta’siri ham muhim omildir. Sinf jamoasidagi munosabatlar va ijtimoiy taqqoslashlar o‘quvchining o‘ziga bo‘lgan munosabatini shakllantiradi. Shuningdek, zamonaviy axborot muhitining kengayishi, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlar, o‘quvchilarning o‘zini boshqalar bilan taqqoslashiga olib kelib, ularning o‘z-o‘zini baholash darajasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Bundan tashqari, o‘z-o‘zini baholash, motivatsiya va iroda o‘zaro chambarchas bog‘liq psixologik tushunchalardir. Motivatsiya o‘quvchini faoliyatga undovchi ichki kuch bo‘lib, u yuqori bo‘lsa o‘quvchi o‘z qobiliyatlarini sinab ko‘rib, ijobiy tajriba orttiradi va natijada o‘z-o‘zini baholashi ham mustahkamlanadi. Iroda esa maqsad sari qat’iyat bilan harakat qilishni ta’minlaydi. Kuchli irodaga ega o‘quvchi qiyinchiliklarga qaramay harakatni davom ettiradi va muvaffaqiyatga erishadi, bu esa uning o‘ziga bo‘lgan ishonchini yanada oshiradi. Shu bois, o‘z-o‘zini baholashni shakllantirish va rivojlantirish jarayoni motivatsiya va iroda bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, ularning uyg‘un rivojlanishi o‘quvchining shaxsiy kamoloti va ta’limdagi muvaffaqiyatini ta’minlaydi.

Yuqoridagi ilmiy-nazariy tahlillar asosida shuni ta’kidlash mumkinki, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanish masalasi zamonaviy psixologiya hamda pedagogika fanining eng muhim va dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. O‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘z imkoniyatlari, qobiliyatlari, yutuqlari va kamchiliklariga nisbatan shakllangan ichki munosabati bo‘lib, u o‘quvchining psixologik holati, xulq-atvori, motivatsiyasi va ijtimoiy faoliyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘zini baholashning shakllanishi murakkab va ko‘p omilli jarayon bo‘lib, unda oilaviy muhit, pedagogik yondashuv, tengdoshlar bilan munosabat, ijtimoiy muhit hamda zamonaviy axborot texnologiyalarining ta’siri muhim o‘rin egallaydi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida shaxsning o‘zini anglashi va o‘ziga nisbatan munosabati faol shakllanadi. Mazkur davrda o‘quvchi o‘z imkoniyatlarini boshqalar bilan taqqoslay boshlaydi, ijtimoiy e’tirof va qo‘llab-quvvatlashga ehtiyoj sezadi. Shu sababli, aynan maktab davrida sog‘lom o‘z-o‘zini baholashni shakllantirish shaxsning keyingi rivojlanishi uchun mustahkam psixologik asos bo‘lib xizmat qiladi. Shuningdek, o‘z-o‘zini baholash motivatsiya va iroda bilan uzviy bog‘liq ekanligi ilmiy jihatdan asoslandi. Motivatsiya o‘quvchini ma’lum faoliyatga undovchi ichki psixologik kuch bo‘lsa, iroda shaxsning qiyinchiliklarga qaramay maqsad sari intilish qobiliyatini ifodalaydi. O‘ziga ishongan, ichki motivatsiyasi shakllangan hamda kuchli irodaga ega bo‘lgan o‘quvchilar ta’lim jarayonida faolroq ishtirok etadi, mustaqil qaror qabul qiladi va hayotiy maqsadlariga erishishda qat’iyat ko‘rsatadi. Aksincha, past o‘z-o‘zini baholash o‘quvchilarda ishonchsizlik, qo‘rquv, tashabbussizlik va ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqarishi mumkin.

Albert Bandura, Abraham Maslow, Carl Rogers, Lev Vygotskiy va William James kabi olimlarning ilmiy qarashlari o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanishning psixologik mexanizmlarini chuqur tushuntirib beradi. Xususan, Bandura o‘ziga ishonchning muvaffaqiyatdagi rolini, Maslow shaxs ehtiyojlari va o‘zini namoyon qilishning ahamiyatini, Rogers esa ijobiy psixologik muhitning shaxs rivojlanishidagi o‘rnini alohida ta’kidlagan. Vygotskiy shaxs rivojlanishida ijtimoiy muhitning hal qiluvchi rolini ko‘rsatgan bo‘lsa, William James o‘z-o‘zini baholashni muvaffaqiyat va maqsadlar o‘rtasidagi nisbat bilan bog‘lagan. Bugungi kunda globallashuv va raqamli texnologiyalar taraqqiyoti o‘quvchilarning psixologik rivojlanishiga yangi ta’sir omillarini yuzaga keltirmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, virtual muloqot va axborot oqimining kuchayishi ayrim hollarda o‘quvchilarning o‘zini boshqalar bilan noto‘g‘ri taqqoslashiga, o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga ham sabab bo‘lmoqda. Shu bois, ta’lim jarayonida nafaqat akademik bilim berish, balki o‘quvchilarning psixologik salomatligini qo‘llab-quvvatlash, ularda sog‘lom o‘z-o‘zini baholashni shakllantirish va ijobiy “Men” konsepsiyasini rivojlantirish muhim vazifalardan biri bo‘lib qolmoqda.

Umuman olganda, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanishning psixologik asoslarini chuqur o‘rganish zamonaviy ta’lim tizimining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Mazkur muammoni ilmiy asosda tahlil qilish va samarali pedagogik-psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish o‘quvchilarning intellektual, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini ta’minlashga, shuningdek, ta’lim sifatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Muhamedova, Mullaboyeva, Rasulov Umumiy Psixologiya 2018
2. Vygotskiy L.S. Ta’lim va rivojlanish muammolari. - Moskva: Pedagogika, 1991.
3. Asmolov A.G. Shaxsni rivojlantiruvchi ta’lim tizimini qurish. - M.: Ma’rifat, 2003.
4. Zimnyaya I.A. Pedagogik psixologiya. - Moskva: Logos, 2004.
5. Yusupov E.N. Pedagogik diagnostika. - Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
6. Karimova L.T. (2021). Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.

ИННОВАЦИОННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОО

Исламова Зулфия

Соискатель Узбекского государственного педагогического университета им. Низами

Аннотация. В статье рассматривается влияние инновационной образовательной деятельности на развитие социально-психологической

компетентности воспитателей дошкольных образовательных организаций. Раскрывается значение инновационных технологий в формировании коммуникативных, рефлексивных и профессиональных качеств педагогов.

Ключевые слова: инновационная деятельность, социально-психологическая компетентность, воспитатели ДОО, инновационные технологии, профессиональное развитие, дошкольное образование.

В современных условиях модернизации системы дошкольного образования проблема профессионального развития воспитателей приобретает особую актуальность. В Республике Узбекистан реформирование образовательной системы рассматривается как стратегическое направление государственной политики, что связано с необходимостью повышения качества подготовки педагогических кадров и внедрения инновационных образовательных технологий. В этой связи инновационная образовательная деятельность становится не только условием обновления педагогической практики, но и важным фактором формирования социально-психологической компетентности воспитателей дошкольных образовательных организаций (ДОО).

Исследователи подчеркивают, что современный воспитатель должен обладать не только профессиональными знаниями, но и высоким уровнем коммуникативных, эмоционально-регулятивных и рефлексивных качеств. Г.М. Андреева отмечает, что эффективность педагогической деятельности напрямую зависит от способности педагога к конструктивному взаимодействию и социальному восприятию [1]. Л.А. Петровская рассматривает социально-психологическую компетентность как систему навыков общения, обеспечивающих успешное взаимодействие в профессиональной среде [3].

Инновационная образовательная деятельность, в свою очередь, предполагает постоянное обновление содержания, методов и форм педагогической работы. В.А. Сластенин и Л.С. Подымова определяют инновационную деятельность как целенаправленный процесс преобразования образовательной практики, ориентированный на повышение качества образования [5]. В условиях дошкольного образования инновационная деятельность способствует развитию гибкости мышления, коммуникативной культуры и способности педагога адаптироваться к изменениям.

Цель данного тезиса заключается в анализе инновационной образовательной деятельности как фактора развития социально-психологической компетентности воспитателей ДОО.

Теоретические основы инновационной образовательной деятельности

Инновационная деятельность в системе дошкольного образования представляет собой особую форму профессиональной активности педагога, направленную на внедрение новых методов, технологий и форм взаимодействия. В научной литературе инновация рассматривается как процесс целенаправленного изменения педагогической практики, обеспечивающий повышение эффективности образовательного процесса [2].

Согласно теории диффузии инноваций Э. Роджерса, инновация проходит несколько этапов: возникновение идеи, распространение, внедрение и закрепление [4]. Данный подход позволяет рассматривать инновационную деятельность как последовательный и системный процесс, требующий готовности педагога к изменениям и профессиональному развитию.

М. Фуллан отмечает, что образовательные изменения становятся эффективными только при условии активного участия педагогов и формирования инновационной образовательной среды [6]. Следовательно, инновационная деятельность не ограничивается использованием новых технологий, а включает изменение профессионального поведения воспитателя и его взаимодействия с детьми, коллегами и родителями.

В исследованиях, посвящённых дошкольному образованию, выделяются следующие этапы инновационной деятельности педагога:

- возникновение инновационной идеи;
- проектирование нововведения;
- экспериментальное внедрение;
- оценка эффективности;
- институционализация инновации.

Этапы инновационной деятельности педагога ДОО

Этап	Содержание
Зарождение идеи	Осознание педагогической проблемы
Проектирование	Разработка инновационного решения
Внедрение	Практическая апробация
Оценка результата	Анализ эффективности
Закрепление	Включение инновации в систему работы

Как отмечает В.И. Загвязинский, инновационный процесс носит циклический характер и становится основой профессионального роста педагога [2]. В условиях ДОО инновационная деятельность способствует формированию новой культуры педагогического взаимодействия и развитию профессиональной рефлексии.

Социально-психологическая компетентность воспитателей ДОО

Социально-психологическая компетентность является важнейшим компонентом профессиональной деятельности воспитателя. Она включает способность к эффективному общению, эмоциональной саморегуляции, сотрудничеству и пониманию психологических особенностей участников образовательного процесса.

По мнению Л.А. Петровской, компетентность в общении представляет собой совокупность коммуникативных знаний, навыков и умений, обеспечивающих успешное взаимодействие личности в социальной среде [3]. В педагогической деятельности данная компетентность проявляется в способности воспитателя устанавливать эмоциональный контакт с детьми,

поддерживать благоприятный психологический климат и конструктивно взаимодействовать с родителями.

Г.М. Андреева подчеркивает, что социально-психологическая компетентность формируется в процессе совместной деятельности и межличностного общения [1]. Следовательно, инновационная образовательная деятельность становится средой развития профессиональных коммуникативных качеств воспитателя.

Структура социально-психологической компетентности воспитателя включает:

- коммуникативный компонент;
- эмоционально-регулятивный компонент;
- рефлексивный компонент;
- социально-перцептивный компонент.

Структура социально-психологической компетентности воспитателя ДОО

Коммуникативный компонент → Эмоциональная саморегуляция → Рефлексия → Социальное восприятие

Исследования показывают, что воспитатели, активно участвующие в инновационной деятельности, демонстрируют более высокий уровень профессиональной уверенности, коммуникативной гибкости и способности к сотрудничеству.

Инновационная деятельность как фактор развития компетентности

Инновационная образовательная деятельность оказывает комплексное влияние на профессиональное развитие воспитателей. В процессе внедрения инноваций педагог сталкивается с необходимостью решения новых задач, взаимодействия с коллегами и анализа результатов собственной деятельности. Это способствует развитию коммуникативных навыков и профессиональной рефлексии.

В диссертационном исследовании отмечается, что использование инновационных методов обучения повышает уровень социально-психологической компетентности воспитателей на 27,8%. Кроме того, внедрение цифровых образовательных платформ способствует развитию навыков межличностного взаимодействия и управления конфликтами.

Особое значение имеют следующие инновационные технологии:

- информационно-коммуникационные технологии;
- проектная деятельность;
- игровые технологии;
- здоровьесберегающие технологии;
- технологии индивидуализации обучения.

Влияние инновационных технологий на развитие компетентности воспитателей

Инновационная технология	Профессиональный эффект

ИКТ	Развитие коммуникации и цифровой культуры
Проектная деятельность	Формирование сотрудничества
Игровые технологии	Развитие гибкости общения
Здоровьесберегающие технологии	Эмоциональная устойчивость
Мониторинг развития	Развитие рефлексии

Информационно-коммуникационные технологии расширяют профессиональное взаимодействие воспитателя и способствуют развитию культуры педагогической коммуникации. Проектная деятельность формирует навыки коллективного сотрудничества и совместного принятия решений. Игровые технологии развивают способность педагога быстро реагировать на изменения ситуации и регулировать групповую динамику.

Согласно данным исследования, внедрение цифровых образовательных платформ Moodle и Coursera способствовало улучшению навыков межличностного общения воспитателей на 32,4%. Это подтверждает значимость инновационной образовательной среды как условия профессионального развития педагога.

Кроме того, инновационная деятельность способствует развитию эмоциональной устойчивости воспитателей. Работа в условиях изменений требует высокой саморегуляции, способности преодолевать профессиональные трудности и сохранять психологическую стабильность.

Заключение.

Таким образом, инновационная образовательная деятельность выступает важным фактором развития социально-психологической компетентности воспитателей ДОО. Внедрение инновационных технологий способствует совершенствованию коммуникативных навыков, развитию профессиональной рефлексии и эмоциональной устойчивости педагогов.

Анализ научной литературы показал, что инновационная деятельность представляет собой системный и многоэтапный процесс, обеспечивающий обновление педагогической практики и профессиональный рост воспитателя. Работы Г.М. Андреевой [1], Л.А. Петровской [3], В.А. Сластенина [5], Э. Роджерса [4] и М. Фуллана [6] подтверждают взаимосвязь инновационной активности педагога и формирования его социально-психологической компетентности.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что инновационная образовательная среда способствует развитию профессиональной адаптивности, культуры общения и способности к конструктивному взаимодействию. В современных условиях модернизации дошкольного образования данные качества становятся необходимым условием эффективной профессиональной деятельности воспитателей.

Список литературы

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – Москва: Аспект Пресс, 2001.
2. Загвязинский В.И. Педагогическая инноватика: проблемы стратегии и тактики. – Тюмень, 1990.
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – Москва: МГУ, 1989.
4. Rogers E.M. Diffusion of Innovations. – New York: Free Press, 2003.
5. Сластенин В.А., Подымова Л.С. Педагогика: инновационная деятельность. – Москва: Магистр, 1997.
6. Fullan M. The New Meaning of Educational Change. – New York: Teachers College Press, 2007.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БЕЗОПАСНОСТИ ТЕХНОСФЕРЫ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ

Х.Ф.Абдувоситов

курсант направления военной подготовки Факультет военного образования Ферганский государственный университет

Аннотация. В статье рассматриваются психологические особенности обеспечения безопасности в техносфере в условиях чрезвычайных ситуаций. Анализируются причины возникновения техногенных и природных катастроф, их влияние на психоэмоциональное состояние человека, а также основные поведенческие реакции людей в экстремальных условиях. Особое внимание уделяется факторам, определяющим устойчивость личности к стрессу, роли психологической подготовки и информированности населения. Раскрываются принципы оказания психологической помощи пострадавшим, включая оперативность, доступность и направленность на восстановление психического равновесия. Обосновывается необходимость формирования психологической устойчивости и готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях как важного условия обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Ключевые слова: *техносфера, безопасность жизнедеятельности, чрезвычайные ситуации, техногенные катастрофы, психологическая устойчивость, стресс, страх, психоэмоциональное состояние, психологическая помощь, экстремальные условия, адаптация, профилактика.*

Негативное воздействие факторов окружающей среды в основном проявляется в чрезвычайных ситуациях. Такие ситуации могут возникать как в результате природных катастроф, так и вследствие производственной деятельности человека. Для локализации и ликвидации негативных последствий чрезвычайных ситуаций создаются специальные службы, разрабатываются правовые основы, формируются методы медицинской и психологической защиты.

В Постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан № 455 от 27 октября 1998 года чрезвычайная ситуация определяется как обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии, катастрофы, стихийного бедствия, эпидемии или эпизоотии, которая может повлечь или уже повлекла человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности населения. Чрезвычайные ситуации классифицируются по причинам возникновения, а также по числу пострадавших, размеру материального ущерба и масштабу распространения.

Чрезвычайная ситуация техногенного характера — это неблагоприятная обстановка, возникшая в результате аварии, катастрофы или иного происшествия, связанного с деятельностью человека, и способная привести к человеческим жертвам, ущербу здоровью людей, окружающей среде, значительным материальным потерям и нарушению условий жизнедеятельности. Для отнесения события к техногенной чрезвычайной ситуации необходимы следующие признаки: связь с деятельностью человека, наличие аварии или катастрофы, а также реальная угроза тяжёлых последствий.

Любая техногенная чрезвычайная ситуация имеет свои причины, поражающие факторы и специфические последствия, оказывающие негативное влияние на здоровье человека и экономику. Под воздействием таких факторов изменяется окружающая среда, нарушается стабильность жизнедеятельности, могут происходить необратимые изменения в организме человека. Практика показывает, что полностью устранить негативные воздействия в техногенной среде невозможно. Обеспечение безопасности достигается путём ограничения уровня воздействия вредных факторов и соблюдения допустимых норм с учётом их комплексного влияния. Важнейшим условием является обучение населения правилам поведения в чрезвычайных ситуациях, а также подготовка специалистов в области безопасности жизнедеятельности.

Особые условия, в которых оказывается человек в чрезвычайной ситуации, вызывают значительное психоэмоциональное напряжение. У одних людей это приводит к мобилизации внутренних ресурсов, у других — к снижению работоспособности, ухудшению здоровья и развитию стрессовых реакций. Реакция зависит от индивидуальных особенностей личности, условий воспитания, уровня осведомлённости и понимания степени опасности.

Преодолению страха способствует чувство личной ответственности и осознание значимости выполняемой деятельности. Однако у неподготовленных людей может возникать паника, страх или психологический шок, сопровождающийся нарушением мышления, потерей контроля над поведением и физиологическими реакциями (учащённое сердцебиение, нарушение дыхания, мышечная слабость и др.). Неожиданность опасности, недостаток знаний о её природе и последствиях, отсутствие навыков

поведения в экстремальных условиях и слабая психологическая подготовка являются основными причинами дезадаптивных реакций.

В последние годы возрастает необходимость оказания медицинской и психологической помощи пострадавшим при чрезвычайных ситуациях, что способствует развитию теории реактивных психических расстройств. Отмечается рост пограничных психических состояний, связанных с социально-экономическими изменениями. Особое значение имеет своевременная психологическая помощь пострадавшим. Основными принципами её оказания являются: оперативность, приближённость к месту происшествия, ориентация на восстановление нормального состояния, единство и простота психологического воздействия.

Согласно теории «пирамиды потребностей» А. Маслоу, безопасность является одной из базовых потребностей человека. Стремление к безопасности проявляется в повседневной жизни и обусловлено универсальной уязвимостью человека перед внешними угрозами.

В заключение следует отметить, что для предотвращения тяжёлых психоэмоциональных последствий чрезвычайных ситуаций необходимо: вовлекать пострадавших в активную деятельность, обеспечивать систематическую психологическую подготовку населения и развивать устойчивость к стрессу. Уровень психологической готовности человека является одним из ключевых факторов, определяющих его поведение и эффективность действий в экстремальных условиях.

Литература:

1. Ergashevich, S., Yuldasheva, B., Murodbekovich, A., Malikovich, Y., Suyarovich, K., & Daulet, G. (2024). Reducing pollution with optimal waste recycling. Procedia Environmental Science, Engineering and Management, 11, 323-330.

2. Yuldasheva, M. B. Information technologies in construction, social and economic systems. Воронежский государственный технический университет, 54-57.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MOTIVATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Makhmudova D.A.

Nizami National Pedagogical University of Uzbekistan
Professor, Department of Practical Psychology
ladyorom@mail.ru

Malikova E.T.

Master, Uzbek-Belarusian Faculty "Innovative Pedagogy", Nizami National Pedagogical University of Uzbekistan and Maxim Tank Belarusian State Pedagogical University, Tashkent, Uzbekistan

Abstract: The modern system of higher pedagogical education is developing and functioning in new political and socio-economic conditions, which determine not only the paths and directions of its development, but also the problems associated with it. Improving student preparation in the modern education environment is driven by many factors, among which the motivation for learning among students at pedagogical universities is a key one.

Keywords: status, need, motivation, management, skills, productivity, factor, effectiveness.

Аннотация: Современная система высшего педагогического образования развивается и функционирует в новых политических и социально-экономических условиях, которые определяют не только пути и направления ее развития, но и связанные с этим проблемы. Совершенствование подготовки студентов в условиях современного образования обусловлено многими факторами, среди которых важным является мотивация учебной деятельности студентов педагогического вуза.

Ключевые слова: статус, потребность, мотивация, управление, навыки, продуктивность, фактор, эффективность.

Annotatsiya: Oliy pedagogik ta’limning zamonaviy tizimi nafaqat uning rivojlanish yo‘llari va yo‘nalishlarini, balki u bilan bog‘liq muammolarni ham belgilab beruvchi yangi siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarda rivojlanib, faoliyat ko‘rsatmoqda. Zamonaviy ta'lim muhitida talabalarning tayyorgarligini oshirish ko'plab omillarga bog'liq bo'lib, ular orasida pedagogika oliy o'quv yurtlarida talabalar o'rtasida o'qish motivatsiyasi asosiy hisoblanadi.

The problem of motivation for learning activity is one of the fundamental issues in educational psychology. This status is explained, on the one hand, by the fact that the primary psychological characteristic of any activity, including learning, is its motivation. On the other hand, managing learning motivation (or more precisely, the motivational-needs aspect of learning) allows for the management of the learning process, which is crucial for its success [2].

Numerous studies have been devoted to the study of learning motivation, the results of which are described in the works of B. G. Ananyev, V. G. Aseyev, L. I.

Bozhovich, P. Ya. Galperin, V. V. Davydov, A. N. Leontyev, D. A. Leontyev, A. K. Markova, N. A. Menchinskaya, E. Yu. Patyaeva, D. B. Elkonin, V. A. Yakunin, and others [42]. Academic motivation is defined as a particular type of motivation included in learning activities, educational activities [2]. Being the first component of the structure of educational activity (recall motivation as the first obligatory stage of the step-by-step formation of mental actions according to P. Ya. Galperin), motivation is an essential characteristic of the subject of the activity.

Academic motivation is determined by a number of factors: the educational system, the educational institution where the educational activity is carried out; the organization of the educational process; the subjective characteristics of the student (age, gender, intellectual development, abilities, level of aspirations, self-esteem, his interaction with other students, etc.); the subjective characteristics of the teacher and, above all, the system of his attitudes towards the student, towards the work; the specifics of the academic subject.

Academic motivation is systemic and characterized by direction, stability, and dynamism [5]. E. Yu. Patyaeva differentiates types of academic motivation based on different types of learning situations [5].

Motivation for assigned learning is based on the actions the student is instructed to perform. Assigned learning is characteristic of "performers" who are unable to independently determine the general direction of their actions, reflect on the reasons for their own actions and the actions of others, or engage in productive interaction with others.

The motivation for spontaneous learning is based on students' spontaneous actions, drawing on their natural curiosity. According to E. Yu. Patyaeva, this type of learning can be unstable and unsystematic, as it doesn't teach students to set specific goals and achieve them, or to overcome difficulties along the way. Self-determined learning activity is characterized by a special type of motivation. A student's ability to self-determine includes awareness of their motives and values, the ability to make decisions in situations of conflicting motivations and feelings, the ability to formulate, justify, and defend their position, make decisions taking into account various perspectives, and act voluntarily and purposefully.

Positive and negative cognitive motivations are also distinguished, related to the awareness of the negative consequences that may arise from performing or not performing a certain action. When studying academic motivation, the central question becomes the type of learning motives.

The motive for learning is understood as the focus of the student's activity (activity) on certain aspects of educational activity [4]. There are several classifications of motives for learning. According to L.I. Bozhovich, motives for learning are divided into external (not related to the educational process) and internal (derived from various characteristics of learning) [4]. A.N. Leontiev distinguishes between "motives-stimuli" and "meaning-forming" motives. "Some motives, while stimulating activity, at the same time impart personal meaning to it; we will call them meaning-forming motives.

Others, coexisting with them, acting as motivating factors (positive or negative) – sometimes acutely emotional, affective – are devoid of meaning-forming

function; we will conventionally call such motives "motive-stimuli" (A.N. Leontiev) [5]. A.N. Leontiev also subdivides learning motives into "known" ("understood") and "really effective" ones.

The most comprehensive classification of learning motives was proposed by A.K. Markova. She distinguishes two groups of learning motives: cognitive motives and social motives. Cognitive motives are focused on the process of learning, improving the effectiveness of its results—knowledge, skills, and abilities—as well as on the methods of learning and acquiring knowledge, methods, and techniques of academic work, and on improving the effectiveness of these methods and techniques of learning. Their levels are: broad cognitive motives—focus on knowledge; educational-cognitive motives—focus on methods of acquiring knowledge; self-education motives—focus on methods of independently expanding knowledge.

Social motives characterize a student's activity in relation to various aspects of interaction with another person during learning, to the results of joint activities and methods of these interactions, and to increasing the effectiveness of the results and methods of these interactions. Their levels: broad social motives - duty, responsibility; narrow social or positional motives - the desire for the approval of others; motives of social cooperation - the desire to master methods of interaction with others [4].

A number of researchers (L.I. Bozhovich, P.M. Jakobson) postulate the necessity of both components (cognitive and social motives) for the effectiveness of learning activities General trends in the development of concepts of learning motivation in Russian psychology consist of a gradual transition from an undifferentiated to a differentiated understanding of learning motivation; from the concept of motive as a "driver" preceding activity to its definition as an important, internal psychological characteristic of the activity itself.

A differentiated approach involves identifying the substantive and dynamic characteristics of the psychological motivation being studied. The problem of motivation for learning is one of the fundamental issues in educational psychology. This status is explained, on the one hand, by the fact that the main psychological characteristic of any activity, including learning, is its motivation. On the other hand, managing learning motivation allows us to manage the educational process, which is crucial for its success.

References.

1. Bagdasaryan N.G., Nemtsov A.A., Kansuzyan L.V. Postgraduate Expectations of Student Youth. // Sociological Research. - 2003. - No. 2.

2. Vishtak O.V. Motivational Preferences of Applicants and Students. // Sociological Research. - 2003. - No. 2.

3. Galal Abdo Said Salem. The structure of professional motivation among students of pedagogical universities (an experience of comparative Russian-Yemeni study. - Abstract of Cand. Sci. (Psychology). - St. Petersburg, 2001.

4. Ilyin E.P. Motivation and motives. - St. Petersburg, 2004.

5. Kononova T.A. Psychological means of optimizing motivation for educational activity. - Abstract of Cand. Sci. (Psychology). - Novosibirsk, 2006.

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ В УЧЕБНОЙ СРЕДЕ

Шарипова Муштари

Соискатель Бухарского государственного университета

Аннотация. В данной работе рассматриваются особенности социально-психологической адаптации подростков с психосоматическими нарушениями в учебной среде. Исследование направлено на выявление личностных факторов, влияющих на уровень адаптации подростков, их эмоциональное состояние, самооценку и особенности межличностного взаимодействия. В исследовании приняли участие подростки 14–15 лет с психосоматическими нарушениями и условно здоровые сверстники. В результате исследования установлено, что подростки с психосоматическими нарушениями характеризуются повышенной тревожностью, эмоциональной нестабильностью, сниженной самооценкой и склонностью к конформному поведению. Полученные результаты подчеркивают необходимость разработки психологических программ поддержки и создания благоприятной образовательной среды для успешной адаптации подростков.

Ключевые слова: адаптация, психосоматические нарушения, учебная среда, личностные факторы, пассивное поведение, эмоциональная сфера.

В современных условиях развития системы образования проблема социально-психологической адаптации подростков приобретает особую актуальность. Увеличение учебной нагрузки, высокий уровень эмоционального напряжения, изменение социальных требований и рост психосоматических нарушений среди подростков существенно осложняют процесс их успешной адаптации к учебной среде. Особенно остро данная проблема проявляется у подростков, страдающих психосоматическими нарушениями, поскольку подобные состояния оказывают влияние не только на физическое здоровье, но и на эмоциональную сферу, самооценку, коммуникативные способности и особенности поведения в коллективе.

Подростковый возраст представляет собой один из наиболее сложных периодов развития личности. В это время формируются основные личностные качества, развивается самосознание, происходит становление системы ценностей и межличностных отношений. Наличие психосоматических нарушений может существенно осложнять данный процесс, вызывая повышенную тревожность, эмоциональную нестабильность, снижение стрессоустойчивости и трудности социальной интеграции.

В психологической литературе социально-психологическая адаптация рассматривается как процесс активного взаимодействия личности с социальной средой, направленный на достижение эмоционального комфорта и успешного функционирования в коллективе. Нарушения адаптации могут проявляться в виде эмоционального напряжения, конфликтности,

замкнутости, сниженной учебной мотивации, трудностей межличностного общения и различных психосоматических реакций.

Современные исследования показывают, что подростки с психосоматическими нарушениями чаще испытывают проблемы во взаимодействии со сверстниками, характеризуются неуверенностью в себе, высокой тревожностью и склонностью к пассивному поведению. Именно поэтому изучение особенностей их социально-психологической адаптации является важной задачей современной психологии и педагогики.

Целью данного исследования являлось изучение особенностей социально-психологической адаптации подростков с психосоматическими нарушениями и выявление личностных факторов, влияющих на процесс адаптации к учебной среде.

Эмпирическое исследование проводилось в общеобразовательных школах городов Бухара, Навои и Самарканд в период с 2020 по 2023 годы. В исследовании приняли участие 120 подростков в возрасте 14–15 лет. Испытуемые были разделены на две группы: основную группу составили подростки с психосоматическими нарушениями, контрольную — условно здоровые подростки.

Таблица1. Характеристика выборки исследования

Группа	**Количество участников**	**Возраст**
Подростки с психосоматическими нарушениями	60	14–15 лет
Контрольная группа	60	14–15 лет

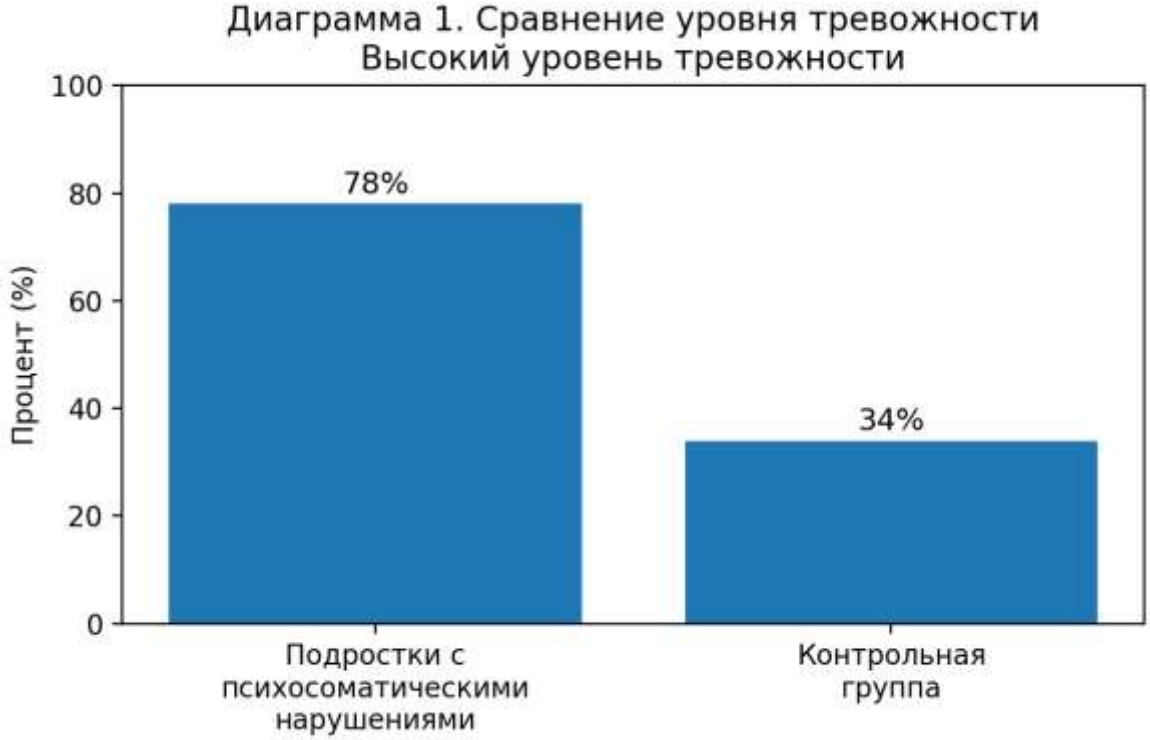
Для изучения личностных особенностей и параметров социально-психологической адаптации были использованы следующие психодиагностические методики: модифицированный опросник FRI, опросник Спилбергера для определения уровня тревожности, методика Дембо–Рубинштейн для изучения самооценки и уровня притязаний, а также личностный опросник К. Томаса для выявления преобладающего стиля поведения в конфликтной ситуации.

Таблица 2. Использованные методики исследования

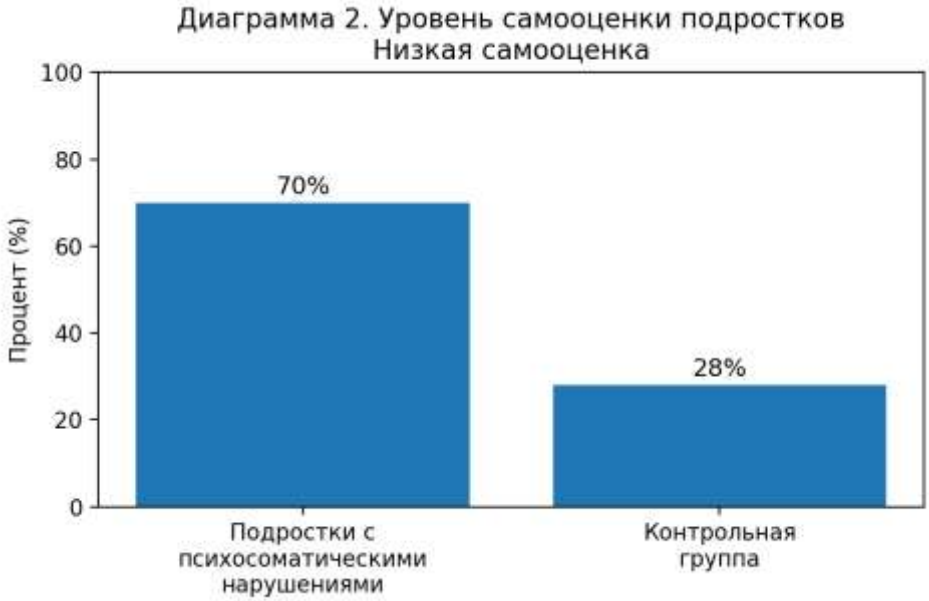
Методика	**Направление исследования**
Опросник Спилбергера	Уровень тревожности
Дембо–Рубинштейн	Самооценка и уровень притязаний
Опросник К. Томаса	Поведение в конфликте
Опросник FRI	Личностные особенности

Результаты исследования показали наличие существенных различий между подростками основной и контрольной групп. У подростков с

психосоматическими нарушениями наблюдался значительно более высокий уровень тревожности, эмоциональной нестабильности и невротизации. Для них были характерны повышенная чувствительность к стрессовым ситуациям, склонность к внутренним переживаниям и трудности эмоциональной саморегуляции.



Исследование самооценки показало, что подростки основной группы чаще демонстрировали заниженную самооценку и нереалистический уровень притязаний. Они были менее уверены в собственных возможностях, испытывали страх оценки со стороны окружающих и проявляли неуверенность в учебной деятельности.



В ходе исследования были выявлены особенности поведения подростков в конфликтных ситуациях. Для подростков с психосоматическими нарушениями наиболее характерным оказался пассивный (конформный) стиль поведения. Они стремились избегать открытых конфликтов, проявляли зависимость от мнения окружающих и испытывали трудности при защите собственной позиции.

Таблица 3. Преобладающие стили поведения в конфликтной ситуации

Стиль поведения	**Основная группа**	**Контрольная группа**
Избегание	42%	18%
Приспособление	31%	16%
Сотрудничество	12%	38%
Соперничество	7%	14%
Компромисс	8%	14%

Полученные результаты свидетельствуют о том, что подростки с психосоматическими нарушениями испытывают выраженные трудности социально-психологической адаптации в школьной среде. У них чаще наблюдаются эмоциональная напряженность, замкнутость, высокий уровень тревожности и неуверенность в межличностном взаимодействии.

Также исследование подтвердило наличие взаимосвязи между высоким уровнем невротичности, депрессивности и снижением эффективности социальной адаптации подростков. Эмоциональная нестабильность отрицательно влияет на учебную деятельность, коммуникативные способности и психологическое благополучие подростков.

Особое значение имеют факторы школьной среды. Повышенные учебные нагрузки, страх неуспеха, недостаточная психологическая поддержка и сложности общения со сверстниками могут усиливать психоэмоциональное

напряжение подростков и способствовать формированию дезадаптации. Полученные данные подтверждают необходимость разработки специальных программ психологической поддержки подростков с психосоматическими нарушениями. Важную роль играют мероприятия, направленные на снижение тревожности, развитие коммуникативных навыков, формирование адекватной самооценки и повышение стрессоустойчивости. Эффективная психологическая помощь позволяет улучшить адаптацию подростков к учебной среде и способствует их успешной социальной интеграции.

Таким образом, результаты исследования показывают, что подростки с психосоматическими нарушениями являются группой повышенного психологического риска. Особенности их эмоциональной сферы, самооценки и межличностного взаимодействия существенно влияют на процесс социально-психологической адаптации. Это требует комплексного подхода со стороны психологов, педагогов и образовательных учреждений, направленного на создание поддерживающей и инклюзивной образовательной среды.

Исследование подтверждает необходимость дальнейшего изучения проблемы психосоматических нарушений у подростков и разработки современных психолого-педагогических технологий сопровождения, обеспечивающих успешную адаптацию и психологическое благополучие учащихся.

Список литературы

1. Л. С. Выготский Психология развития человека. — Москва: Смысл, 2005.
2. А. А. Реан Психология адаптации личности. — Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008.
3. Д. Н. Исаев Психосоматическая медицина детского возраста. — Санкт-Петербург: Речь, 2004.
4. Б. Д. Карвасарский Клиническая психология. — Санкт-Петербург: Питер, 2011.
5. Ф. Данбар Emotions and Bodily Changes: A Survey of Literature on Psychosomatic Interrelationships. — New York: Columbia University Press, 1954.

SUN’IY INTELLEKTNING O‘QUV MOTIVATSIYASINI SHAKLLANTIRISHGA TA’SIRI: PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK YONDASHUV

R.M.Baxtiyorov

Toshkent Davlat Sharqshunoslik universiteti “Pedagogika va psixologiya” kafedrasi katta o’qituvchisi. rafailbaxtiyorov@gmail.com

Annotatsiya

Mazkur maqolada sun’iy intellekt texnologiyalarining o‘quv motivatsiyasini shakllantirishga ta’siri psixologik-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Unda sun’iy intellekt vositalarining ta’limni individuallashtirish, tezkor teskari aloqa berish, o‘quvchilarning bilish faolligi va mustaqil o‘rganishga bo‘lgan qiziqishini oshirishdagi imkoniyatlari yoritiladi. Shuningdek, sun’iy intellektdan foydalanishda mustaqil fikrlash, akademik halollik va pedagogik nazorat masalalariga e’tibor qaratiladi.

Kalit so‘zlar: sun’iy intellekt, o‘quv motivatsiyasi, raqamli ta’lim, bilish faolligi, mustaqil o‘rganish, psixologik-pedagogik yondashuv.

Zamonaviy jamiyat taraqqiyotining hozirgi bosqichi ta’lim tizimi oldiga yangi mazmundagi vazifalarni qo‘ymoqda. Bugungi kunda ta’lim jarayoni faqat tayyor bilimlarni o‘quvchiga yetkazish yoki ma’lum hajmdagi axborotni o‘zlashtirish bilan cheklanib qolmay, balki shaxsning mustaqil fikrlashi, izlanishga intilishi, o‘z-o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyoji va bilishga qaratilgan ichki faolligini shakllantirishga xizmat qilishi zarur. Shu jihatdan o‘quv motivatsiyasi ta’lim samaradorligini belgilovchi muhim psixologik-pedagogik omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

O‘quv motivatsiyasi o‘quvchining ta’lim faoliyatiga nisbatan ichki munosabati, o‘qishga bo‘lgan ehtiyoji, qiziqishi, maqsadga intilishi va bilim olish jarayonida faol ishtirok etishga undovchi psixologik holatlar majmuasidir. Motivatsiya shakllangan taqdirda o‘quvchi ta’lim jarayonida faqat tashqi talab yoki baho olish uchun emas, balki bilimning shaxsiy va ijtimoiy ahamiyatini anglagan holda harakat qiladi. Shu bois o‘quv motivatsiyasini shakllantirish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiyaning dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi [1].

“Motiv” tushunchasi lotincha *moveo* — “harakatga keltiraman”, “faollashtiraman” ma’nolarini anglatadi. Psixologik nuqtai nazardan motiv inson faoliyatini yuzaga keltiruvchi, uni muayyan yo‘nalishga boshlovchi ichki yoki tashqi rag‘batlantiruvchi kuch sifatida talqin qilinadi. Motiv shaxsning ehtiyoji, qiziqishi, qadriyati, maqsadi, istagi va hayotiy yo‘nalishlari bilan bevosita bog‘liqdir. Motivatsiya esa motivlarning oddiy yig‘indisi emas, balki shaxs faoliyatini tartibga soluvchi, uning xatti-harakati va tanlovlariga ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab psixologik tizimdir [2].

Ta’lim jarayonida motivatsiya o‘quvchining o‘zlashtirish faolligi, mustaqil ishlashga tayyorligi, topshiriqlarni bajarishga bo‘lgan mas’uliyati hamda bilim olish jarayonidagi barqaror qiziqishini belgilaydi. O‘quvchi nima uchun o‘qiyotganini, bilim unga nima berishini va o‘z kelajagi uchun qanday ahamiyatga ega ekanini anglab borsa, ta’lim jarayoni uning shaxsiy rivojlanishiga xizmat qiladi. Aksincha, o‘quv motivatsiyasi sust bo‘lgan holatlarda o‘quvchi ta’limni majburiy faoliyat sifatida qabul qiladi, bilim olish jarayonida tashabbuskorlik pasayadi, o‘zlashtirish natijalari esa ko‘pincha tashqi nazoratga bog‘liq bo‘lib qoladi.

Motivatsiya muammosi psixologiya fanida turli nazariy yondashuvlar asosida o‘rganilgan. L.I. Bojovich motivni faoliyat nima uchun amalga oshirilishini ko‘rsatuvchi sabab sifatida izohlagan. Uning fikricha, motivlar tarkibiga tashqi dunyo predmetlari, tasavvurlar, g‘oyalar, his-tuyg‘ular va kechinmalar ham kiradi.

Demak, motiv shaxs ehtiyoji va uning qondirilishi bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan psixologik hodisadir [3]. A.N. Leontyev esa motivni ehtiyojning muayyan predmetda ifodalanishi va faoliyatni shu predmetga yo‘naltiruvchi omil sifatida talqin qiladi [4].

A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasida inson motivatsiyasi bosqichma-bosqich rivojlanadigan ehtiyojlar tizimi orqali tushuntiriladi. Unga ko‘ra, insonda dastlab fiziologik ehtiyojlar, xavfsizlik ehtiyoji, ijtimoiy munosabatlarga ehtiyoj, hurmatga ehtiyoj, keyinchalik esa o‘zini namoyon qilish va o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarish ehtiyoji shakllanadi [5]. Ta’lim jarayonida bu nazariya shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchining o‘qishga bo‘lgan motivatsiyasi uning umumiy psixologik holati, xavfsizlik hissi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlanishi va o‘zini qadrlash tajribasi bilan chambarchas bog‘liqdir.

Z. Freydning psixoanalitik qarashlarida motivatsiya asosan insonning ichki ehtiyojlari va ongsiz mayllari bilan izohlanadi. Bixevioristik yondashuv vakillari — J. Uotson, E. Tolmen, K. Xoll va B. Skinner esa xulq-atvorni tashqi stimul va unga beriladigan javob reaksiyasi asosida tushuntirganlar. Bu yondashuvlarda motivatsiya ko‘proq tashqi rag‘bat, mustahkamlash, mukofot yoki jazoga bog‘liq jarayon sifatida talqin etilgan [6]. Biroq zamonaviy ta’lim jarayonida faqat tashqi rag‘batlarga tayanish yetarli emas. Chunki o‘quvchining barqaror o‘quv faolligi, avvalo, ichki qiziqish, maqsadga yo‘nalganlik va bilim olishga bo‘lgan shaxsiy ehtiyoj bilan bog‘liqdir.

Mamlakatimiz va xorij psixologiyasida motivatsiyani o‘rganishga oid yondashuvlar bir-biridan ma’lum jihatlari bilan farq qiladi. Xorijiy psixologiyada motivatsiya ko‘pincha biologik ehtiyojlar, instinktiv mayllar, shaxsiy muvaffaqiyatga intilish va individual tanlovlar nuqtai nazaridan o‘rganilgan bo‘lsa, mahalliy psixologik maktabda motivatsiyaning ijtimoiy kelib chiqishiga alohida e’tibor qaratilgan. Ya’ni inson motivatsiyasi jamiyat, tarbiya, faoliyat, muloqot va ijtimoiy tajriba bilan bog‘liq holda shakllanishi ta’kidlangan [7].

V.G. Aseyev motivatsiyani shaxsning tashqi va ichki xulq-atvor omillarini bog‘lovchi murakkab mexanizm sifatida izohlaydi. Uning fikricha, motivatsiya faoliyatning paydo bo‘lishi, yo‘nalishi va amalga oshish usullarini belgilaydi. Motivatsion sohaning rivojlanganligi motivlarning xilma-xilligi, ularning iyerarxik tuzilishi, faoliyatning polimotivatsion xususiyati, moslashuvchanlik va ichki-tashqi omillarning uyg‘unligi bilan belgilanadi [8]. Bu yondashuv ta’lim jarayonida o‘quv motivatsiyasini faqat bitta sabab bilan emas, balki ko‘plab ichki va tashqi omillar tizimi orqali tushunish zarurligini ko‘rsatadi.

Ye.P. Ilyin motivatsiyani inson hayotiy faoliyatini tartibga soluvchi, xulq-atvorini belgilovchi, ehtiyoj, motiv, qiziqish, intilish, yo‘nalma va qadriyatlarni o‘z ichiga oluvchi ko‘p bosqichli tizim sifatida talqin qiladi [9]. Ushbu yondashuv o‘quv motivatsiyasini ham murakkab tizim sifatida ko‘rishga asos beradi. Chunki o‘quvchi ta’lim jarayonida faqat bilim olish ehtiyoji bilan emas, balki o‘zini namoyon qilish, tengdoshlari orasida e’tirof etilish, o‘qituvchi tomonidan qo‘llab-quvvatlanish, kelajak kasbiga tayyorlanish va jamiyatda munosib o‘rin egallash kabi ko‘plab motivlar asosida faoliyat yuritadi.

O‘quv motivatsiyasining shakllanishida yosh xususiyatlari alohida ahamiyatga ega. Kichik maktab yoshi bu borada eng qulay va senzitiv davr hisoblanadi. Chunki aynan shu bosqichda o‘quv faoliyati bolaning yetakchi faoliyatiga aylanadi, yangi bilish ehtiyojlari yuzaga keladi, o‘qishga bo‘lgan munosabat shakllanadi va bolaning motivatsion sohasi qayta quriladi. Agar aynan shu davrda o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishga yetarli e’tibor berilmasa, keyingi bosqichlarda ta’limga nisbatan befarqlik, tashqi nazoratga qaramlik, mustaqil o‘qish ko‘nikmalarining sustligi va o‘quv faoliyatidan qoniqmaslik holatlari yuzaga kelishi mumkin.

O‘quv motivatsiyasini shakllantirishda pedagog shaxsining roli nihoyatda muhimdir. O‘qituvchi o‘quvchining individual xususiyatlarini, qiziqishlarini, ehtiyojlarini, oilaviy va ijtimoiy muhitini hisobga olgan holda ta’lim jarayonini tashkil etishi lozim. Agar pedagog o‘quvchilarning motivlarini chuqur anglamasa, ularning ta’lim faoliyatini to‘g‘ri prognoz qilish, samarali metodlarni tanlash va shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvni amalga oshirish imkoniyatidan mahrum bo‘ladi [1]. Shu sababli o‘quv motivatsiyasini rivojlantirish pedagogik faoliyatning markaziy vazifalaridan biri sifatida qaralishi kerak.

O‘quv motivatsiyasining shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni bir necha guruhga ajratish mumkin. Birinchi guruhga shaxsiy-psixologik omillar kiradi. Bular o‘quvchining qiziqishi, o‘ziga ishonchi, muvaffaqiyatga intilishi, emotsional holati, o‘zini baholashi va individual bilish ehtiyojlaridir. Ikkinchi guruhni pedagogik omillar tashkil etadi. Bunga o‘qituvchining kasbiy mahorati, dars metodikasi, topshiriqlarning mazmuni, baholash tizimi, o‘quvchilar bilan muloqot uslubi va ta’lim muhitining psixologik qulayligi kiradi. Uchinchi guruh esa ijtimoiy omillar bo‘lib, oilaviy tarbiya, tengdoshlar guruhi, jamiyatdagi qadriyatlar, axborot muhiti va zamonaviy texnologiyalar ta’sirini o‘z ichiga oladi.

Bugungi kunda raqamli texnologiyalar, ayniqsa, sun’iy intellekt vositalari o‘quv motivatsiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Sun’iy intellekt ta’lim jarayonida shaxsiylashtirilgan ta’lim yo‘nalishlarini yaratish, o‘quvchining bilim darajasiga mos topshiriqlar taklif etish, tezkor teskari aloqa berish, mustaqil o‘rganish imkoniyatlarini kengaytirish va ta’lim mazmunini interaktiv shaklda taqdim etish orqali o‘quvchilarning bilishga bo‘lgan qiziqishini kuchaytirishi mumkin. Shu jihatdan sun’iy intellekt ta’lim jarayonida motivatsion muhitni boyituvchi vosita sifatida qaralmoqda [10].

Sun’iy intellekt tushunchasi insonning bilish funksiyalarini ma’lum darajada taqlid qila oladigan, ma’lumotlarni qayta ishlash, tahlil qilish, o‘rganish va muayyan vazifalarni bajarishda inson aqliy faoliyati natijalariga yaqin yechimlar taklif eta oladigan texnologiyalar majmuasini anglatadi. Bu tushuncha bir vaqtning o‘zida ham ilmiy yo‘nalish, ham amaliy texnologik tizim sifatida talqin qilinadi. Sun’iy intellekt vositalari kompyuter dasturlari, robotlashtirilgan tizimlar, tahliliy platformalar, mashinali o‘rganish algoritmlari va ma’lumotlar asosida qaror qabul qilish tizimlarini o‘z ichiga oladi [10].

Ta’limda sun’iy intellektdan foydalanish o‘quvchilarning o‘quv motivatsiyasiga ikki tomonlama ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bir tomondan, u o‘quv jarayonini qiziqarli, moslashuvchan, tezkor va individual ehtiyojlarga mos holga

keltiradi. Masalan, o‘quvchi o‘z bilim darajasiga mos tushuntirish olishi, xatolarini tezda ko‘rishi, mustaqil mashq qilishi va turli manbalar bilan ishlashi mumkin. Bu esa o‘quv faoliyatida muvaffaqiyat hissini kuchaytiradi va ichki motivatsiyani rivojlantiradi. Ikkinchi tomondan, sun’iy intellektdan noto‘g‘ri foydalanish tayyor javoblarga qaramlik, mustaqil fikrlashning susayishi, ijodiy izlanishning kamayishi va o‘quv jarayonida yuzaki yondashuv xavfini ham keltirib chiqarishi mumkin.

Sun’iy intellektning motivatsion imkoniyatlari, avvalo, uning ta’limni individuallashtirish xususiyatida namoyon bo‘ladi. An’anaviy ta’limda barcha o‘quvchilar bir xil topshiriq, bir xil izoh va bir xil sur’atda ta’lim olishga majbur bo‘lishi mumkin. Sun’iy intellekt esa o‘quvchining bilim darajasi, qiyinchiliklari va qiziqishlariga mos materiallarni taklif etish imkonini beradi. Bu holat o‘quvchida “men buni bajara olaman”, “mening rivojlanishim ko‘rinmoqda”, “ta’lim menga moslashmoqda” degan ijobiy psixologik tajribani shakllantiradi. Bunday tajriba esa o‘quv motivatsiyasining kuchayishiga xizmat qiladi.
Shu bilan birga, sun’iy intellekt o‘quvchining bilish faolligini oshirish uchun faqat texnik vosita sifatida emas, balki pedagogik maqsadga bo‘ysundirilgan didaktik vosita sifatida qo‘llanishi zarur. Agar sun’iy intellekt vositasi o‘quvchini fikrlashga, savol berishga, tahlil qilishga, dalillashga, xatolarini tushunishga va mustaqil xulosa chiqarishga yo‘naltirsa, u motivatsiyani rivojlantiruvchi omil bo‘lib xizmat qiladi. Aksincha, agar u faqat tayyor javob olish vositasiga aylansa, o‘quvchining ichki bilish ehtiyoji emas, balki natijani tez va oson qo‘lga kiritish istagi kuchayadi.

Ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan foydalanishning axloqiy jihatlari ham muhimdir. Sun’iy intellekt etikasi sohasida yagona konseptual asosning yetarli darajada shakllanmaganligi, texnik mutaxassislar, pedagoglar va faylasuflar o‘rtasida umumiy tushunchalarning har doim ham bir xil talqin qilinmasligi muammoli holatlarni yuzaga keltiradi. Ayniqsa, o‘quvchi shaxsiga ta’sir, ma’lumotlar xavfsizligi, akademik halollik, mustaqil fikrlash, mualliflik va mas’uliyat masalalari ta’limda sun’iy intellektdan foydalanishda alohida e’tibor talab qiladi [10].

O‘quv motivatsiyasini sun’iy intellekt sharoitida rivojlantirishda pedagogning vazifasi yanada murakkablashadi. Endilikda o‘qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki o‘quvchini raqamli muhitda yo‘naltiruvchi, sun’iy intellektdan ongli va maqsadli foydalanishga o‘rgatuvchi, tanqidiy fikrlashni qo‘llab-quvvatlovchi hamda motivatsion muhitni boshqaruvchi shaxs sifatida namoyon bo‘ladi. O‘qituvchi o‘quvchilarga sun’iy intellektdan qanday savol so‘rash, olingan javobni qanday tekshirish, ma’lumotni qanday tahlil qilish va o‘z fikrini qanday shakllantirish kerakligini o‘rgatishi zarur.

Sun’iy intellekt vositalari o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishda quyidagi pedagogik shartlar asosida samarali bo‘lishi mumkin: birinchidan, u ta’lim maqsadlariga mos qo‘llanishi; ikkinchidan, o‘quvchining mustaqil fikrlashi va ijodkorligini cheklamasligi; uchinchidan, topshiriqlar shunchaki javob olishga emas, balki tahlil, izoh, taqqoslash, baholash va xulosa chiqarishga yo‘naltirilishi; to‘rtinchidan, o‘qituvchi tomonidan doimiy metodik nazorat va yo‘naltirish amalga oshirilishi; beshinchidan, o‘quvchilar akademik halollik, axborot madaniyati va raqamli mas’uliyat qoidalariga o‘rgatilishi lozim.

O‘quv motivatsiyasini shakllantirishda sun’iy intellektning eng muhim imkoniyatlaridan biri tezkor teskari aloqadir. O‘quvchi bajargan ishining natijasini darhol ko‘rsa, xatosini anglab, uni tuzatish imkoniga ega bo‘lsa, unda o‘z faoliyatiga nisbatan mas’uliyat va qiziqish ortadi. Biroq teskari aloqa faqat “to‘g‘ri” yoki “noto‘g‘ri” degan baho bilan cheklanmasligi kerak. U o‘quvchiga nima uchun xato qilganini, qanday yo‘l bilan yaxshilash mumkinligini va keyingi bosqichda qanday harakat qilish zarurligini ko‘rsatishi lozim. Shundagina sun’iy intellekt motivatsion qo‘llab-quvvatlash vositasiga aylanadi.

Shuningdek, sun’iy intellekt o‘quvchilarning o‘z-o‘zini baholash va refleksiya ko‘nikmalarini rivojlantirishda ham muhim ahamiyatga ega. O‘quvchi o‘z bilim darajasini, kuchli va zaif tomonlarini, qaysi mavzuda ko‘proq qiynalayotganini anglab borsa, uning o‘qishga bo‘lgan munosabati ongli tus oladi. Ongli motivatsiya esa tashqi rag‘batlardan ko‘ra barqarorroq hisoblanadi. Chunki bunday holatda o‘quvchi o‘qishni o‘z shaxsiy rivojlanishi bilan bog‘laydi.

Shu bilan birga, sun’iy intellekt sharoitida o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishda ijtimoiy-muloqot omilini e’tibordan chetda qoldirmaslik lozim. Ta’lim jarayoni faqat texnologiya bilan cheklanmaydi. O‘quvchi uchun o‘qituvchi bilan samimiy muloqot, tengdoshlar bilan hamkorlik, guruhda fikr almashish, o‘z qarashlarini himoya qilish va jamoaviy faoliyatda ishtirok etish ham kuchli motivatsion manba hisoblanadi. Shu sababli sun’iy intellekt pedagogik muloqot o‘rnini bosuvchi emas, balki uni boyituvchi va qo‘llab-quvvatlovchi vosita sifatida qo‘llanishi maqsadga muvofiqdir.

Xulosa qilib aytganda, o‘quv motivatsiyasi ta’lim jarayonining ichki harakatlantiruvchi kuchi bo‘lib, o‘quvchining bilim olishga bo‘lgan munosabati, faolligi, mustaqilligi va shaxsiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Motivatsiya murakkab psixologik tizim sifatida ehtiyoj, qiziqish, maqsad, qadriyat, intilish va ijtimoiy tajriba bilan bog‘liq holda shakllanadi. Zamonaviy raqamli muhitda, ayniqsa sun’iy intellekt vositalari keng qo‘llanilayotgan sharoitda, o‘quv motivatsiyasini rivojlantirishning yangi imkoniyatlari va yangi xavflari yuzaga kelmoqda. Sun’iy intellekt ta’limni individuallashtirish, tezkor teskari aloqa berish, bilish faolligini oshirish va mustaqil o‘rganishni qo‘llab-quvvatlash orqali o‘quv motivatsiyasini kuchaytirishi mumkin. Biroq bu jarayon pedagogik maqsadga muvofiq, axloqiy me’yorlarga asoslangan va o‘quvchining mustaqil fikrlashini rivojlantirishga yo‘naltirilgan holda tashkil etilgandagina samarali natija beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati

1. Бахтиёров Р. М. Талабаларда ўқув мотивациясини шакллантиришнинг ижтимоий-психологик омиллари // Zenodo. – 2023. – DOI: 10.5281/zenodo.8045663.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва : Политиздат, 1975. – 304 с.
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1995. – 352 с.
4. Выготский Л. С. Психология развития человека. – Москва : Смысл ; Эксмо, 2005. – 1136 с.

5. Maslow A. H. Motivation and Personality. – New York : Harper & Row, 1954. – 411 p.
6. Skinner B. F. Science and Human Behavior. – New York : Macmillan, 1953. – 461 p.
7. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. – Москва : Просвещение, 1983. – 96 с.
8. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности. – Москва : Мысль, 1976. – 158 с.
9. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 512 с.
10. Marsovich B. R. Psychological influence of artificial intelligence on personality socialization // ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Vol. 10, № 12. – P. 1727–1730.

АНТИПАТИЯ У ПОДРОСТКОВ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

Остонова Гулчирой Ориф қизи
докторант НПУУ имени Низами

Аннотация

В статье рассматривается феномен антипатии у подростков как значимый социально-психологический фактор, оказывающий непосредственное влияние на эффективность образовательного процесса. Анализируются теоретические подходы отечественных, российских и зарубежных исследователей к пониманию антипатии как устойчивого негативного эмоционально-оценочного отношения к сверстнику или группе. Показано, что антипатия сопровождается снижением учебной мотивации, ухудшением психологического климата в классе, ростом тревожности, социальной изоляцией и падением академической успеваемости. Представлены основные факторы возникновения антипатии в подростковом возрасте: особенности самооценки, дефицит эмпатии, семейные дисфункции, конкурентная среда, буллинг и педагогические ошибки. Предлагаются направления психолого-педагогической профилактики и коррекции.

Ключевые слова: антипатия, подростковый возраст, межличностные отношения, образовательная среда, учебная мотивация, школьная адаптация, буллинг, психологический климат.

Современная система образования ориентирована не только на передачу знаний, но и на создание безопасной и психологически благоприятной образовательной среды. В стратегических документах Республики Узбекистан подчеркивается необходимость укрепления психического здоровья детей и повышения качества воспитательной работы в образовательных организациях. В частности, в Указе Президента Республики Узбекистан № PF–60 от 28 января 2022 года «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022–2026 годы» особое внимание уделено формированию гармонично развитой личности и совершенствованию системы психологической поддержки обучающихся.

Подростковый возраст является критическим этапом развития личности, когда межличностные отношения приобретают особую значимость. Негативные эмоциональные установки по отношению к сверстникам, выражающиеся в антипатии, становятся источником конфликтов, социальной напряженности и снижения эффективности обучения.

Несмотря на значительное количество исследований по проблемам буллинга, агрессии и социальной дезадаптации, антипатия как самостоятельный социально-психологический феномен изучена недостаточно. Между тем именно антипатия часто выступает скрытым механизмом нарушения групповой сплоченности и учебной активности подростков.

Антипатия — это устойчивое отрицательное эмоционально-оценочное отношение к другому человеку, сопровождающееся неприятием, раздражением и стремлением ограничить взаимодействие. По мнению Gordon Allport, негативные установки формируются под влиянием личного опыта, социальных стереотипов и когнитивных искажений. Galina Andreeva рассматривала антипатию как компонент эмоциональной стороны межличностного восприятия.

Антипатия как компонент межличностных отношений

Межличностные отношения строятся на континууме:

Позитивный полюс	Нейтральный	Негативный полюс
Симпатия	Безразличие	Антипатия

Антипатия включает:

- эмоциональный компонент;
- когнитивный компонент;
- поведенческий компонент.

Психологические причины формирования антипатии у подростков

1. Возрастные особенности подростков

Согласно Lev Vygotsky, подростковый возраст характеризуется кризисом идентичности и повышенной чувствительностью к оценке окружающих. Erik Erikson описывал этот период как стадию «идентичность против ролевой неопределенности».

2. Внутренние факторы

- низкая самооценка;
- повышенная тревожность;
- эмоциональная неустойчивость;
- дефицит эмпатии;
- высокий уровень агрессивности.

3. Внешние факторы

- неблагоприятный семейный климат;
- педагогическая несправедливость;
- конкуренция в классе;
- буллинг;

- социальные сети и кибербуллинг.

Влияние антипатии на эффективность обучения

1. Психологические механизмы влияния

Антипатия вызывает:

- снижение концентрации внимания;
- эмоциональное напряжение;
- избегание учебного взаимодействия;
- снижение мотивации достижения;
- ухудшение памяти и мышления в стрессовой ситуации.

2. Влияние на образовательные показатели

Показатель	При низкой антипатии	При высокой антипатии
Учебная мотивация	Высокая	Низкая
Участие в уроках	Активное	Пассивное
Успеваемость	Стабильная	Снижается
Тревожность	Умеренная	Высокая
Социальный статус	Благоприятный	Изолированный

Антипатия и школьная дезадаптация

По данным UNESCO и UNICEF, негативные отношения со сверстниками повышают риск:

- пропусков занятий;
- эмоционального выгорания;
- депрессивных состояний;
- отказа от обучения.

Эмпирическая модель взаимосвязи

Антипатия

↓

Эмоциональный стресс

↓

Снижение самооценки

↓

Падение учебной мотивации

↓

Снижение успеваемости

↓

Социальная дезадаптация

Психолого-педагогическая профилактика и коррекция

Работа школьного психолога

- социометрическая диагностика;

- тренинги эмпатии;
- развитие эмоционального интеллекта;
- когнитивно-поведенческая коррекция;
- арт-терапия;
- медиативные техники.

Работа педагога

- создание атмосферы психологической безопасности;
- предупреждение стигматизации;
- развитие сотрудничества;
- групповые проекты.

Работа с родителями

- психопросвещение;
- консультирование;
- оптимизация внутрисемейного общения.

Антипатия не является просто субъективной неприязнью. Она представляет собой комплексный социально-психологический феномен, влияющий на когнитивную, эмоциональную и мотивационную сферы подростка. При устойчивой антипатии образовательная среда воспринимается как источник угрозы, что снижает вовлеченность в учебную деятельность. Результаты согласуются с концепциями Henri Tajfel, John Turner, Kenneth Dodge и Nicki Crick.

Антипатия у подростков является значимым социально-психологическим фактором, снижающим эффективность обучения и препятствующим гармоничному развитию личности. Она влияет на учебную мотивацию, эмоциональное благополучие, межличностные отношения и академическую успеваемость.

Своевременная диагностика и коррекция антипатии позволяют:

- улучшить психологический климат;
- повысить мотивацию;
- предотвратить буллинг;
- укрепить психическое здоровье подростков;
- повысить качество образования.

Список литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан № PF–60 от 28.01.2022.
2. Allport G. W. The Nature of Prejudice. Boston: Addison-Wesley, 1954.
3. Andreeva G. M. Социальная психология. Москва: Аспект Пресс, 2020.
4. Vygotsky L. S. Психология развития человека. Москва: Эксмо, 2005.
5. UNESCO. Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying. Paris, 2019.
6. UNICEF. Adolescent Development and Participation. New York, 2021.
7. Moos R. H., Moos B. S. Family Environment Scale Manual. Palo Alto, 2009.
8. Нишонова З. Т. Ёш ва педагогик психология. – Тошкент: Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти нашриёти, 2018. – 320 б.
9. Нишонова З. Т. Ривожланиш психологияси. – Тошкент: Тафаккур, 2020. – 356 б.

SUN'IY INTELLEKT VOSITALARI ASOSIDA TALABA-QIZLARNING TANQIDIY FIKRLASHINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK JIHATLARI

Xaydarova Ra'no Anvarovna

Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti
«Pedagogika va psixologiya» kafedrasi katta o'qituvchisi.
rkhaydarova7@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada oliy ta'lim tizimini modernizatsiya va transformatsiya qilish sharoitida sun'iy intellekt vositalaridan foydalanishning talaba-qizlar tanqidiy fikrlashini rivojlantirishdagi psixologik-pedagogik imkoniyatlari yoritiladi. Unda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish texnologiyasining nazariy asoslari, "chaqiruv - anglash - refleksiya" bosqichlari hamda klaster, insert, konseptual jadval, "Baliq skeleti", sabab-oqibat tahlili, munozara, esse va muammoli savollar kabi metodlarning sun'iy intellekt vositalari bilan integratsiyalashuvi tahlil qilinadi. Maqolada sun'iy intellekt talabalarning axborotni izlash, tahlil qilish va qayta ishlash imkoniyatlarini kengaytirishi bilan birga, undan maqsadsiz foydalanish tayyor javobga qaramlik, yuzaki o'zlashtirish va akademik halollik bilan bog'liq muammolarni keltirib chiqarishi mumkinligi asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: sun'iy intellekt, tanqidiy fikrlash, talaba-qizlar, oliy ta'lim, raqamli ta'lim, pedagogik texnologiya, psixologik-pedagogik yondashuv, axborotni tahlil qilish, refleksiya.

Bugungi kunda O'zbekistonda oliy ta'lim tizimi modernizatsiya va transformatsiya qilinayotgan sharoitda ta'lim jarayonini raqamlashtirish, innovatsion pedagogik texnologiyalarni joriy etish hamda talabalar, xususan, talaba-qizlarning mustaqil va tanqidiy fikrlash salohiyatini rivojlantirish muhim vazifalardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Bu jarayonda sun'iy intellekt vositalari ta'limning mazmuni, shakli va metodlarini takomillashtirish bilan birga, talabalarning bilish faolligi, tahliliy yondashuvi va intellektual mustaqilligini rivojlantirishga xizmat qiluvchi muhim omil sifatida qaralmoqda [1]. Mavzuda aynan talaba-qizlarga e'tibor qaratilishi ularning oliy ta'lim jarayonida kasbiy bilimlarni o'zlashtirish bilan birga, raqamli muhitda mustaqil fikrlaydigan, axborotni tanqidiy baholaydigan va mas'uliyatli qaror qabul qila oladigan shaxs sifatida shakllanish zarurati bilan izohlanadi.

Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish texnologiyasi xalqaro ta'lim amaliyotida, ayniqsa, "Reading and Writing for Critical Thinking" - "O'qish va yozish orqali tanqidiy fikrlashni rivojlantirish" loyihasi asosida keng tarqalgan. Ushbu loyiha J. Stil, K. Meredit, Ch. Templ va S. Volter kabi mutaxassislar nomi bilan bog'liq bo'lib, unda ta'lim jarayoni talabani tayyor bilimni qabul qiluvchi passiv obyekt emas, balki axborotni izlovchi, qayta ishlovchi, savol beruvchi va o'z nuqtayi nazarini asoslay oluvchi faol subyekt sifatida shakllantirishga qaratilgan. Mazkur yondashuvda

“chaqiruv – anglash – refleksiya” bosqichlari alohida ahamiyatga ega bo‘lib, ular talabaning kognitiv faoliyatini bosqichma-bosqich tashkil etishga xizmat qiladi [4].

Tanqidiy fikrlash tushunchasi psixologiya va pedagogikada turli jihatlardan izohlanadi. D. Halpern tanqidiy fikrlashni maqsadga yo‘naltirilgan, mantiqiy asoslangan va zarur natijaga erishish ehtimolini oshiradigan kognitiv ko‘nikmalar majmui sifatida tavsiflaydi [5]. Bunday fikrlash muammoni hal qilish, xulosa chiqarish, ehtimollarni baholash va qaror qabul qilish jarayonlarida namoyon bo‘ladi. Demak, tanqidiy fikrlash oddiy fikr bildirish emas, balki ma’lumotni dalillar asosida ko‘rib chiqish, uning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash hamda asoslangan pozitsiyani shakllantirish jarayonidir.

Sun’iy intellekt vositalari keng qo‘llanilayotgan hozirgi sharoitda tanqidiy fikrlash texnologiyalarining ahamiyati yanada ortadi. Chunki sun’iy intellekt talabaga qisqa vaqt ichida katta hajmdagi ma’lumotni taqdim etishi, matn tuzishi, tahlil variantlarini taklif qilishi, savollarga javob berishi va turli g‘oyalarni shakllantirishi mumkin. Biroq bu imkoniyatlar talabaning mustaqil fikrlashini avtomatik ravishda rivojlantirib yubormaydi. Aksincha, sun’iy intellektdan maqsadsiz foydalanish tayyor javobga qaramlik, yuzaki o‘zlashtirish, fikrlash jarayonining qisqarishi yoki akademik halollik bilan bog‘liq muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. UNESCO tomonidan tayyorlangan generativ sun’iy intellekt bo‘yicha qo‘llanmada ham ta’limda SI vositalaridan foydalanish inson markazli yondashuv, pedagogik maqsad va mas’uliyatli boshqaruv bilan uyg‘un bo‘lishi zarurligi ta’kidlanadi [6].

Shu jihatdan, klaster, insert, konseptual jadval, “Baliq skeleti”, sabab-oqibat tahlili, munozara, esse, muammoli savollar, taqqoslash va umumlashtirish kabi usullar sun’iy intellekt vositalari bilan birgalikda qo‘llanilganda ularning didaktik imkoniyati ancha kengayadi. Bu usullar talabani SI tomonidan berilgan ma’lumotni oddiygina ko‘chirib olishga emas, balki uni tahlil qilish, qayta ishlash, savol ostiga qo‘yish va shaxsiy pozitsiya bilan boyitishga yo‘naltiradi. Masalan, talaba sun’iy intellektdan muayyan mavzu bo‘yicha ma’lumot olganida, o‘qituvchi undan ushbu ma’lumotni klasterda tizimlashtirishni, insert usuli orqali ma’lum va yangi ma’lumotlarni ajratishni, “Baliq skeleti” yordamida muammoning sabablarini topishni yoki konseptual jadvalda turli yondashuvlarni taqqoslashni talab qilishi mumkin.

Klaster usuli sun’iy intellekt bilan ishlashda, avvalo, axborotni vizual tarzda tashkil etish vositasi sifatida ahamiyatlidir. Talaba ma’lum bir mavzu bo‘yicha SIdan dastlabki tushunchalar, asosiy atamalar yoki yo‘nalishlar haqida ma’lumot olishi mumkin. Biroq bu bosqichda asosiy vazifa tayyor ro‘yxatni qabul qilish emas, balki uni qayta tartiblash, markaziy tushuncha atrofida mazmuniy bog‘lanishlarni aniqlash va har bir tarmoqning ahamiyatini izohlashdan iborat bo‘ladi. Masalan, “sun’iy intellekt va tanqidiy fikrlash” mavzusida klaster tuzilganda markazga “SI vositalari” tushunchasi joylashtirilib, uning atrofida “axborot manbai”, “tahlil vositasi”, “muammoli savollar generatori”, “refleksiya yordamchisi”, “xavflar”, “akademik halollik” kabi yo‘nalishlar ajratilishi mumkin. Keyin talaba har bir yo‘nalishni dalillar, misollar va manbalar bilan asoslaydi. Bu jarayonda SI faqat yordamchi manba bo‘lib qoladi, asosiy fikriy ish esa talabaning o‘zi tomonidan bajariladi.

Insert usuli sun’iy intellektdan olingan ma’lumotni tanqidiy o‘qish va belgilash uchun qulay metodlardan biridir. An’anaviy shaklda insert usulida talaba matnni o‘qish jarayonida “bilaman”, “yangi ma’lumot”, “tushunarsiz”, “qo‘shimcha tekshirish kerak” kabi belgilar orqali axborotga munosabat bildiradi. SI bilan ishlashda esa bu usul yanada zarur bo‘ladi, chunki generativ sun’iy intellekt ba’zan to‘g‘ri, ba’zan umumiy, ba’zan esa tekshirishni talab qiladigan ma’lumotlarni bir matnda aralash holda berishi mumkin. Shu sababli talabaga “SI bergan javobni insert belgilash tizimi asosida tahlil qiling” degan topshiriq berilsa, u ma’lumotni ko‘r-ko‘rona qabul qilmaydi. Masalan, talaba “tanqidiy fikrlash metodlari” haqida SIdan javob olsa, undagi avvaldan ma’lum jihatlarni alohida, yangi ma’lumotlarni alohida, shubhali yoki manba talab qiladigan fikrlarni alohida belgilaydi. Bu esa axborotga nisbatan ongli va mas’uliyatli munosabatni kuchaytiradi.

Konseptual jadval usuli sun’iy intellektdan olingan ma’lumotlarni taqqoslash, tizimlashtirish va baholash imkonini beradi. Masalan, talaba-qizlarga “Klaster”, “Insert”, “Baliq skeleti”, “Munozara”, “Esse” kabi usullarni maqsadi, o‘quv jarayonidagi vazifasi, tanqidiy fikrlashga ta’siri, SI bilan integratsiya qilish imkoniyati, ehtimoliy xavfi va kutilgan natijasi bo‘yicha taqqoslash topshirilishi mumkin. Bu jarayonda sun’iy intellekt jadval uchun dastlabki variant taklif qilishi mumkin, lekin talaba uni to‘ldirishi, qayta ishlashi, kamchiliklarini aniqlashi va o‘z misollari bilan boyitishi lozim. Bunday yondashuv talabani tayyor ma’lumot iste’molchisi emas, balki ma’lumotni qayta tuzuvchi va baholovchi subyektga aylantiradi.

“Baliq skeleti” usuli, ayniqsa, sun’iy intellektdan foydalanish bilan bog‘liq muammolarni tahlil qilishda samaralidir. Bu usulda muammoning asosiy sabablari va oqibatlari vizual tarzda ko‘rsatiladi. Masalan, “Talabalarning SIga haddan tashqari tayanishi” muammosi olinganda, uning sabablari sifatida vaqt tejash istagi, mustaqil izlanish ko‘nikmasining yetarli emasligi, o‘quv topshiriqlarining reproduktiv xarakteri, baholash mezonlarining aniq emasligi va raqamli savodxonlikning pastligi ko‘rsatilishi mumkin. Oqibatlar sifatida esa yuzaki bilim, mustaqil xulosa chiqarishning susayishi, akademik halollik muammosi, manbalar bilan ishlash madaniyatining pasayishi qayd etiladi. Talaba bu tahlilni sun’iy intellekt yordamida boshlashi mumkin, ammo yakuniy sxema uning tanlovi, tahlili va dalillari asosida shakllanishi kerak.

Sabab-oqibat tahlili ham SI bilan ishlashda muhim metodik vosita hisoblanadi. Masalan, o‘qituvchi talaba-qizlarga “Sun’iy intellektdan foydalanish talaba mustaqil fikrlashiga qanday ta’sir ko‘rsatadi?” degan muammoli savolni berishi mumkin. Bu savolga javob berishda talaba bir tomonlama xulosaga kelmasligi lozim. U ijobiy va salbiy ta’sirlarni ajratishi, har bir ta’sirning sababini ko‘rsatishi va uning ehtimoliy oqibatlarini tushuntirishi kerak. Ijobiy jihat sifatida SI murakkab mavzularni soddalashtirish, qo‘shimcha misollar berish, individual o‘rganish sur’atini qo‘llab-quvvatlash imkonini beradi. Salbiy jihat sifatida esa talabada tayyor javobga tayanish, o‘z fikrini mustaqil shakllantirmaslik, manbani tekshirmaslik kabi holatlar paydo bo‘lishi mumkin. UNESCO ham sun’iy intellekt ta’limda foydali bo‘lishi bilan birga, uning xavflari va cheklovlarini hisobga olish zarurligini qayd etadi [6].

Sun’iy intellekt vositalari bilan integratsiya qilingan tanqidiy fikrlash texnologiyasi talaba-qizlarning psixologik xususiyatlarini ham hisobga olishi kerak. Oliy ta’lim davrida talaba-qizlar kasbiy o‘zini anglash, mustaqil qaror qabul qilish, ijtimoiy faollik va shaxsiy mas’uliyatni shakllantirish bosqichida bo‘ladilar. Bu jarayonda ularda o‘z fikrini erkin ifodalash, savol berishdan cho‘chimaslik, xatoni tahlil qilish va o‘z qarashini asoslash ko‘nikmalarini rivojlantirish muhimdir. Tanqidiy fikrlash metodlari aynan shu psixologik jihatlarni qo‘llab-quvvatlaydi. Masalan, guruhli munozara talabada ijtimoiy faollikni, esse refleksiyani, “Baliq skeleti” muammoni tizimli ko‘rishni, konseptual jadval esa taqqoslash va baholash ko‘nikmasini rivojlantiradi.

Bunday yondashuvda o‘qituvchining roli ham o‘zgaradi. U faqat axborot beruvchi emas, balki talabani fikrlashga yo‘naltiruvchi, savollar orqali izlanishga undaydigan, sun’iy intellektdan foydalanish madaniyatini shakllantiradigan fasilitator sifatida namoyon bo‘ladi. O‘qituvchi talabaga “SIdan foydalanma” deb cheklov qo‘yish o‘rniga, “SIdan qanday foydalanding?”, “Qaysi javobni tekshirding?”, “Qaysi manba bilan solishtirding?”, “Qanday xulosaga o‘zing kelding?” kabi savollar orqali uning fikriy faoliyatini nazorat qilishi maqsadga muvofiqdir. Bu yondashuv sun’iy intellektni taqiqlash emas, balki uni tanqidiy va mas’uliyatli o‘quv vositasiga aylantirish imkonini beradi.

Shuni alohida ta’kidlash kerakki, sun’iy intellekt vositalarini tanqidiy fikrlash texnologiyalari bilan bog‘lashda topshiriqlarning xarakteri hal qiluvchi ahamiyatga ega. Agar topshiriq “mavzu bo‘yicha ma’lumot toping” yoki “esse yozing” kabi umumiy berilsa, talaba SIdan tayyor matn olib, uni deyarli o‘zgartirmasdan taqdim etishi mumkin. Agar topshiriq “SI bergan javobni uchta manba bilan solishtiring”, “javobdagi kuchli va zaif tomonlarni aniqlang”, “javob asosida muammoli savollar tuzing”, “SI javobiga qarshi dalillar keltiring”, “mustaqil xulosangizni yozing” kabi shaklda berilsa, talaba axborotni qayta ishlashga majbur bo‘ladi. Demak, SIdan foydalanish natijasi uning o‘ziga emas, balki o‘qituvchi tomonidan berilgan metodik topshiriq mazmuniga bog‘liq.

Sun’iy intellekt bilan ishlashda tanqidiy fikrlash texnologiyalarini qo‘llash talaba-qizlarda axborot iste’molchisi emas, balki axborot tahlilchisi pozitsiyasini shakllantiradi. Bu juda muhim psixologik-pedagogik natijadir. Chunki raqamli muhitda yoshlar katta hajmdagi ma’lumotlarga duch keladilar, lekin ularning barchasi ham ishonchli, ilmiy asoslangan yoki maqsadga muvofiq bo‘lmasligi mumkin. Agar talaba axborotni faqat qabul qilsa, u tashqi manbaga qaram bo‘lib qoladi. Agar u axborotni savol ostiga qo‘ysa, manba bilan solishtirsa, dalil talab qilsa, muqobil nuqtayi nazarlarni ko‘rib chiqsa, unda intellektual mustaqillik shakllanadi. Tanqidiy fikrlashning asosiy mohiyati ham aynan shu - ma’lumotni qabul qilishdan oldin uni anglash, baholash va o‘zlashtirishdir.

Shu bilan birga, sun’iy intellektni tanqidiy fikrlashni rivojlantiruvchi vositaga aylantirish uchun baholash mezonlari ham qayta ko‘rib chiqilishi kerak. Agar o‘qituvchi faqat yakuniy matnni baholasa, talaba uchun SIdan tayyor javob olish qulay bo‘lib qoladi. Agar o‘qituvchi jarayonni - savol berish sifati, manbalar bilan solishtirish, dalillardan foydalanish, mustaqil xulosa, refleksiya va og‘zaki himoyani baholasa, talaba haqiqiy fikrlash faoliyatiga jalb etiladi. Shu sababli SI integratsiya

qilingan topshiriqlarda baholash mezonlari “ma’lumot topdi” degan natijadan ko‘ra “ma’lumotni qanday tahlil qildi?” degan savolga asoslanishi kerak.

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy pedagogik texnologiyalar sun’iy intellekt vositalari bilan uyg‘unlashtirilganda talaba-qizlarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirish uchun samarali pedagogik imkoniyat yaratadi. Bu usullar SIni tayyor javob manbai emas, balki fikrlashni faollashtiruvchi, savol berishga undaydigan, tahlil va refleksiyani kuchaytiradigan vosita sifatida qo‘llashga yordam beradi. Bunday yondashuvda talaba axborotni ko‘chiruvchi emas, balki uni tahlil qiluvchi, qayta ishlovchi, baholovchi va mustaqil xulosa chiqaruvchi subyekt sifatida shakllanadi. Aynan shu holat oliy ta’limni modernizatsiya va transformatsiya qilish sharoitida talaba-qizlarning intellektual mustaqilligi, raqamli madaniyati va tanqidiy tafakkurini rivojlantirishning muhim sharti hisoblanadi.

Adabiyotlar.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi PF–5847-son “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi Farmoni // URL: https://lex.uz/docs/-4545884
2. Steele J. L., Meredith K. S., Temple C. A Framework for Critical Thinking Across the Curriculum. Guidebook I. Reading and Writing for Critical Thinking Project. – New York : Open Society Institute, 1998. – 81 p.
3. Halpern D. F. Thought and Knowledge: An Introduction to Critical Thinking. – 5th ed. – New York : Psychology Press, 2014. – 654 p.
4. Khaydarova R. A. Critical Thinking In The System Of Developing Civic And Patriotic Identity Of Female Students // International Journal Of European Research Output. – 2025. – Vol. 4, № 8. – P. 66–72.
5. Holmes W., Bialik M., Fadel C. Artificial Intelligence in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning. – Boston : Center for Curriculum Redesign, 2019. – 242 p.

III. RAQAMLASHTIRISH SHAROITIDA OILANING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI, DEVIANT VA DELIKVENT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI

OILANING YOSHLARGA TA'SIRI VA OILA NAZARYALARI

Panjiyeva Nargiza Botirovna

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabasi

Annotasiya:

Ushbu maqolada oilaning yoshlar shaxsiyati shakllanishidagi o'rni, ularning ijtimoiylashuvi va psixologik rivojiga ko'rsatadigan ta'siri yoritilgan. Oilaning ijtimoiy institut va psixologik makon sifatidagi ahamiyati tahlil qilinib, an'anaviy va zamonaviy oila nazariyalari qiyosiy o'rganilgan. Shuningdek, ota-ona va farzand o'rtasidagi emotsional munosabatlarning yoshlarning o'zini baholashi, hayotiy qarorlari hamda jamiyatga moslashuviga ta'siri ochib berilgan. Maqolada oilaning ishonch va muloqotga asoslangan modeli yoshlar tarbiyasida eng samarali yondashuv sifatida asoslab berilgan.

Kalit so'zlar*:oila, yoshlar, tarbiya, ijtimoiylashuv, oila nazariyalari, psixologik muhit, ota-ona va farzand munosabatlari, qadriyatlar, shaxs shakllanishi*

Annotation

This article examines the role of the family in shaping young people's personality and its influence on their socialization and psychological development. The family is analyzed as both a social institution and a psychological environment through the lens of traditional and modern family theories. Particular attention is paid to emotional relationships between parents and children and their impact on self-esteem, life choices, and social adaptation of young people. The article emphasizes that a family based on trust, respect, and open communication plays a crucial role in fostering positive values and the harmonious development of youth.

Keywords*: family, youth, upbringing, socialization, family theories, psychological environment, parent-child relationships, values, personality development.*

Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda yoshlar tarbiyasida oilaning o'rni yanada muhim ahamiyat kasb etmoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy madaniyat yoshlarning dunyoqarashi va qadriyatlariga kuchli ta'sir ko'rsatayotgan bir paytda, oiladagi sog'lom ma'naviy va psixologik muhit ularning to'g'ri shakllanishida asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa, milliy qadriyatlarni asrab-avaylash, yoshlarning ruhiy barqarorligini ta'minlash hamda ularni turli zararli g'oyalardan himoya qilishda oilaning tarbiyaviy vazifasi muhimdir. Oila o'z farzandlarini tarbiyalab, ularga umuminsoniy qadriyatlarni singdirish bilan ularga boshlang'ich ijtimoiy yo'nalish beradi. O'z farzandlarini katta oqimga - jamiyatga qo'shish bilan esa oila, jamiyat yo'nalishi, iqtisodiyoti, madaniyati va ma'rifatini ham belgilashga o'z ta'sirini ko'rsatadi. Shuning uchun ham Sharqda oila qadim-qadimdan muqaddas qo'rg'on hisoblanib kelingan. Xususan, o'zbek oilalarining serildizlik, serbutoqlik xususiyatlari hozir ham saqlanib turibdi. O'zbeklarda oilalarning muayyan turmush tarzi shakllanib hayotiy

tajriba orttirib borishi, tejamli va sarishta ro‘zg‘or tutishi, farzandlarni odobli, ma’naviy yetuk bo‘lib kamol topishida keksalar, ota-onaning roli katta.

Oila - har bir insonning birinchi ijtimoiy makoni, shaxsiyat shakllanishining boshlang’ich maydoni hisoblanadi. Yoshlar oilada o‘zaro munosabat, mehr-muhabbat, hurmat va mas’uliyatni o‘rganadi. Oilaning ijtimoiy, ma’naviy va psixologik ta’siri yoshlar ongida qadriyatlarning asosini yaratadi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, oilaning harakatlari, qarashlari yoshlarning hayotiy qarorlariga, ijtimoiy moslashuviga va axloqiy me’yorlarga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Har qanday jamiyat taraqqiyotida oilalaming, oilalar mustahkamligining o‘rni beqiyosdir. Chunki tirik organizmning salomatligi uni tashkil qiluvchi har bir hujayraning sog’lomligiga bog’liq bo‘lganidek, butun organizm o‘z faoliyatini maqsadga muvofiq amalga oshirishida har bir hujayraning munosib o‘rni bo‘lganidek, oila ham davlat, jamiyat deb atalgan butun bir organizmni tashkil etuvchi hujayradir. Mavzuning dolzarbligi shundaki, bugungi kunda oilaviy ajrimlar sonining ortishi, migratsiya jarayonlari va virtual muloqotning kuchayishi yoshlar tarbiyasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Natijada ayrim yoshlarda ijtimoiy moslashuv muammolari, stress, emotsional beqarorlik va qadriyatlardagi o‘zgarishlar kuzatilmoqda. Shu sababli oilaning psixologik muhiti, ota-ona va farzand o‘rtasidagi emotsional yaqinlik hamda oila nazariyalarini zamonaviy yondashuv asosida o‘rganish muhim ilmiy va ijtimoiy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Oila - bu shunchaki qarindoshlik asosidagi birlik emas, balki yosh insonning dunyoni qanday qabul qilishini belgilab beradigan asosiy muhitdir. Yoshlar hayotga qanday nigoh bilan qarashi, odamlarga ishonishi yoki ishonmasligi, mas’uliyatni his qilishi yoki undan qochishi ko‘p jihatdan oiladagi munosabatlar orqali shakllanadi. Oila yosh avlodga hayotiy xulosalarni tayyor holda bermaydi, aksincha, fikrlash va tahlil qilishni o‘rgatadi. Shu sababli oilaning ta’siri ko‘rinmas, lekin chuqur va uzoq muddatli bo‘ladi.

Oiladagi ijtimoiy va iqtisodiy muhit yoshlarning shaxs sifatida shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Moddiy va ma’naviy barqaror oilada ulg’aygan yoshlarning o‘ziga bo‘lgan ishonchi yuqori bo‘lib, ular hayotiy maqsadlarini aniq belgilay oladi. Psixolog Jon Bowlbyning “bog’lanish nazariyasi”ga ko‘ra, bolalik davrida ota-ona mehrini his qilgan farzandlarda emotsional barqarorlik va ijtimoiy moslashuv kuchliroq rivojlanadi. Shuningdek, Albert Banduraning ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga asosan, yoshlar ota-onaning xatti-harakatlarini kuzatish orqali muomala madaniyati va ijtimoiy xulq-atvorni o‘zlashtiradi.

Bundan tashqari, oilada kitobxonlik muhitining mavjudligi yoshlarning tafakkuri va intellektual salohiyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Aksincha, oiladagi doimiy nizolar, zo‘ravonlik yoki befarqlik yoshlarning ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Zamonaviy oilalarda ochiq muloqot va o‘zaro ishonchga asoslangan tarbiya usuli yoshlarning mustaqil fikrlashi, mas’uliyat hissi va ijtimoiy faolligini oshirishda samarali omil hisoblanadi.

Yoshlar uchun oila – birinchi “ijtimoiy tajriba maktabi”. Agar bu muhitda hurmat va muloqot ustuvor bo‘lsa, yosh inson jamiyatga moslashishda qiynalmaydi. Aksincha, bosim, befarqlik yoki haddan tashqari nazorat hukmron bo‘lgan oilada ulg’aygan yoshda ichki qarama-qarshiliklar ko‘proq uchraydi. Demak, oila faqat

tarbiya bermaydi, balki yoshning ichki dunyosini shakllantiradi. Oila munosabatlari, ularning samarali yechimito‘g’risida ham turli xil nazariyalar ishlab chiqilgan. Oila nazariyalariga an’anaviy qarashlarda oila ko‘proq “ijtimoiy institut” sifatida talqin qilinadi. Ammo zamonaviy yondashuvda oila - bu psixologik makon. Psixologik nazariyalarga ko‘ra, ota-ona va farzand o‘rtasidagi emotsional aloqalar yoshlarning o‘ziga bo‘lgan bahosini belgilaydi. O‘zini qadrlashni oilada o‘rganmagan yosh buni jamiyatdan qidiradi, ba’zan esa noto‘g’ri yo‘llar orqali to‘ldirishga urinadi. Strukturaviy-funksional oila nazariyasi ko‘ra oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy institutlaridan biri bo‘lib, u jamiyat barqarorligini ta’minlaydi, ya’ni oilaning har bir a’zosiga ijtimoiy rol yuklatiladi. Parsons fikricha, oila bolani jamiyat qoidalariga moslashtiradi va uni kelajakdagi ijtimoiy hayotga tayyorlaydi .

Sotsiologik nazariya oilani jamiyat modeli sifatida ko‘radi. Bu yondashuvda yoshlar oilada jamiyatning kichik nusxasini ko‘radi: rollar, mas’uliyat, qoidalar va murosalar. Agar oilada adolat va ochiq muloqot mavjud bo‘lsa, yosh inson jamiyatdagi muammolarga ham ongli yondashadi. Bu esa ijtimoiy barqarorlikning asosi bo‘lib xizmat qiladi. Yangicha yondashuv shundaki, bugungi yoshlar oilaning ta’sirini passiv qabul qilmaydi. Ular solishtiradi, baholaydi va tanlaydi. Ya’ni, zamonaviy yosh uchun oila – buyruq beruvchi emas, balki yo‘naltiruvchi bo‘lishi kerak. Oila majburlash orqali emas, ishonch orqali ta’sir o‘tkazgandagina yoshlar ongida haqiqiy qadriyat sifatida shakllanadi.

Xulosa qilib aytganda, oila yoshlarga faqat kim bo‘lishni emas, qanday inson bo‘lishni o‘rgatadi. Oila nazariyalari esa bu jarayonni tushunish uchun vosita bo‘lib, ularning zamonaviy talqini yoshlar ruhiyatini anglashda muhim ahamiyat kasb etadi. Oila yoshlar hayotida nafaqat tarbiya beruvchi muhit, balki shaxsiy va ijtimoiy kamolotning asosiy omili hisoblanadi. Oiladagi munosabatlar, emotsional yaqinlik va muloqot sifati yoshlarning dunyoqarashi, axloqiy qarashlari hamda jamiyatdagi o‘rnini belgilab beradi. Zamonaviy oila nazariyalari oilaning majburlovchi emas, balki yo‘naltiruvchi va qo‘llab-quvvatlovchi rolini ta’kidlaydi. Shu bois, sog’lom, mehr-muhabbat va ishonchga asoslangan oila muhiti yoshlarning barkamol shaxs bo‘lib shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Oila yoshlarning ma’naviy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishida hal qiluvchi o‘rin tutadi. Oiladagi mehr-muhabbat, ishonch va ochiq muloqot yoshlarning barkamol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Sog’lom oilaviy muhit nafaqat yoshlarning bugungi hayotiga, balki ularning kelajakdagi oilaviy munosabatlari va jamiyatdagi o‘rniga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois zamonaviy tarbiya yondashuvlarini milliy qadriyatlar bilan uyg’unlashtirish orqali yosh avlodni har tomonlama yetuk inson qilib voyaga yetkazish muhim vazifa hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2021.
2. Blumer H. Symbolic Interactionism: Perspective and Method. – Englewood Cliffs: Prentice-Hall., 1969.
3. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice. – New York: Jason Aronson, 1978.

4. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya., 2018.[1]
5. Malinowski B. The Family among the Australian Aborigines. – London: University of London Press, 1913.
6. Parsons T. The Social System. – New York: Free Press, 1951.[2]
7. Rizouddin ibn Faxriddin. Oila. – Toshkent, 1991.

YOSH OILALARDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA PSIXOLOGIK MOSLASHUV OMILLARI

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

Annotatsiya. Mazkur maqolada yosh oilalarda stressga bardoshlilikning darajasi, psixologik moslashuvning shakllanish mexanizmlari hamda ularni belgilovchi omillar tahlil qilinadi. O‘tkazilgan tadqiqotlarda stressga bardoshlilikni oshiruvchi psixologik himoya mexanizmlari, moslashuv strategiyalari va ularning samaradorligi nazariy hamda empirik manbalar asosida yoritib beriladi.

Kalit so‘zlar: yosh oila, stressga bardoshlilik, psixologik moslashuv, emotsional barqarorlik, oilaviy kommunikatsiya, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov.

Kirish. Yosh oila jamiyatning eng dinamik va bir vaqtning o‘zida eng zaif bo‘g‘inlaridan biridir. Oila a’zolari turmushning dastlabki yillarida turli psixologik, iqtisodiy va ijtimoiy moslashuv vazifalariga duch keladilar - yangi rollarni qabul qilish, bir-birining xarakteri va qadriyatlariga moslashish, iqtisodiy mustaqillikka erishish, ota-onalik mas’uliyati va boshqalar. Ushbu jarayonlarda stressning ta’siri kuchayadi va oilaviy muhitda kelishmovchiliklar paydo bo‘lishi ehtimoli ortadi. Yangi O‘zbekistonda davlat siyosatining muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida oila institutini har tomonlama mustahkamlashga qaratilgan ishlar olib borilmoqda [1]. Zamonaviy psixologiyada yosh oilalardagi stressga bardoshlilik oilaning barqaror faoliyatini ta’minlovchi asosiy psixologik omillardan biri sifatida qaraladi. Oila psixologiyasining dolzabr muammolaridan biri yosh oilalarda psixologik moslashuvning asosiy mexanizmlarini aniqlash, stressga bardoshlilikni belgilovchi omillarni tahlil qilish va ularning oila barqarorligiga ta’sirini yoritishdir.

Adabiyotlar tahlili va nazariy asoslar. Kanadalik olim **Gans Selye** stressni organizmning tashqi yoki ichki talablar, ta’sirlar, bosimlar va o‘zgarishlarga **umumiy, maxsus bo‘lmagan** javobi deb ta’riflagan [2]. Uning fikricha, har qanday xavf, talab yoki o‘zgarish organizmda **adaptatsion javob**ni ishga tushiradi. Bu jarayon fiziologik, emotsional va kognitiv omillarning birgalikdagi ishlashini talab qiladi. Nazariyaga ko‘ra, stressning rivojlanishi **uch bosqichdan** iborat, birinchi bosqich **signal (alarm) bosqichi** – organizm xavfni sezadi va himoya mexanizmlarini ishga tushiradi, ikkinchi bosqich **moslashuv (resistance) bosqichi** – organizm stressor (stress manbayi) bilan kurashish uchun resurslarni safarbar

qiladi, uchinchi bosqich **charchash (exhaustion) bosqichi** – resurslar tugaydi, organizmning kuchi kamayadi, charchoq va kasalliklar paydo bo‘lishi mumkin. G.Selye stressning ijobiy va salbiy shakllarini farqlagan. Ijobiy stress rivojlantiruvchi, rag‘batlantiruvchi bo‘lsa, salbiy stress zo‘riqish, xavf soluvchi, sog‘liqqa zarar yetkazuvchi stress hisoblanadi. **R.Lazarus** esa stressni **kognitiv-baholash nazariyasi** asosida quyidagicha izohlaydi: *“Stress insonning vaziyatni qanday baholashi bilan belgilanadi” [2]. Unga ko‘ra,* stressni vaziyatning o‘zi emas, **shaxsning uni qanday talqin qilishi** belgilaydi. Agar inson vaziyatni xavfli, og‘ir yoki boshqara olmaydigan deb baholasa stress kuchli bo‘ladi. Agar inson vaziyatni boshqarish mumkin deb hisoblasa stress kamayadi. Stressni baholash esa ikki turda amalga oshiriladi: **birlamchi baholashda** vaziyat tahdidlilik, zarar yoki imkoniyat sifatida ko‘riladi. **Ikkilamchi baholashda stressni** yengish uchun resurslar, qo‘llab-quvvatlash, bilim, o‘ziga ishonchning yetarlimi yoki yetarli emasligi baholanadi. Shuning uchun R.Lazarus stressni **psixologik va subyektiv** jarayon sifatida talqin qiladi. Yosh oilalar misolida stressning manbalari iqtisodiy qiyinchiliklar, turmush tarzining o‘zgarishi, rol to‘qnashuvlari, qarindosh-urug‘lar bilan munosabatlar, farzand tarbiyasi bilan bog‘liq mas’uliyatlar hisoblanadi.

Oilaviy moslashuvning eng mashhur modellari biri Olsonning “Aylanasimon struktura” modeli bo‘lib, oiladagi moslashuvchanlik, yaqinlik va kommunikatsiya darajalari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni aylanaviy tuzilma asosida modellashtiruvchi tizim hisoblanadi [2]. Bunda **moslashuvchanlik -** vaziyatga mos ravishda rollar va qoidalar o‘zgarishi, **yaqinlik -** a’zolar o‘rtasidagi emotsional bog‘liqligi, k**ommunikatsiya -** oila ichidagi muloqotning samaradorligi yuqori barqarorlikka ega oila mustahkam oila deb belgilanadi.

Yana bir model McCubbin va Pattersonga tegishli bo‘lib, “Stress va moslashuvning tizimli yondashuvi (Double ABCX)” modeli deb nomlanadi [2]. Unda stress manbayi, resurslar, kognitiv baholash va moslashuv strategiyalarining integral tizimi taklif qilinadi. Bu modellarga ko‘ra, yosh oilalarda moslashuvning muvaffaqiyati oilaviy kommunikatsiya sifati, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov, shaxsiy psixologik resurslar, konfliktlarni konstruktiv hal etish qobiliyati bilan belgilanadi. Bu model oilaning stressga qanday javob berishini quyidagi komponentlar orqali tushuntiradi: **A -** stress manbai, ya’ni vaziyatning o‘zi, **B -** oilaning psixologik, ijtimoiy, iqtisodiy resurslari, **C -** vaziyatning kognitiv baholanishi, ya’ni oilaning vaziyatni qanday talqin qilishi, **X -** oilaning moslashuv darajasidir. “Double ABCX” modeli oiladagi stressni kompleks tarzda ko‘rib chiqib, resurslar va baholash jarayoni moslashuvning hal qiluvchi omili ekanini ta’kidlaydi.

Taqdiqotchilar Vaillant, Freyd, Bandura yosh oilalarda bir nechta moslashuv strategiyalarining samarali ekanini ko‘rsatadi [3]. Bularga muammoni hal qilishga qaratilgan faol strategiyalar, emotsional qo‘llab-quvvatlash izlash, ijobiy qayta baholash, stressni kamaytiruvchi psixologik himoya mexanizmlari kiradi. A.Bandura, R.Lazarus va ko‘plab zamonaviy kognitiv-psixologik yondashuv vakillariga ko‘ra, yosh oilalarda eng samarali moslashuv strategiyalaridan biri faol harakatga asoslangan coping strategiyadir. Ushbu strategiya muammoning sabablarini aniqlashga, rejalar tuzish va aniq qadamlar belgilashga, iqtisodiy, emotsional yoki maishiy qiyinchiliklarga tizimli yondashishga, mas’uliyat hissini

oshishiga, o‘zaro ayblash yoki qochish o‘rniga konstruktiv muloqotni kuchaytiishga, oilaviy nizolarni o‘z vaqtida hal qilishga yordam beradi. Z.Freyd va V.Frankl izohlaganidek, insonning emotsional barqarorligi ko‘p jihatdan yaqin munosabatlarda iliqlik, mehr va qo‘llab-quvvatlash borligiga bog‘liq. Bunda turmush o‘rtog‘idan hissiy madad olish, ota-onalar, do‘stlar yoki mutaxassis bilan maslahatlashish, ijtimoiy aloqalar orqali tanglikni kamaytirish stressning emotsional yukini yengillashtiradi, o‘zini yolg‘iz his qilishning oldini oladi va ijobiy muloqot orqali o‘zaro ishonchni mustahkamlaydi. R.Lazarusning kognitiv baholash nazariyasiga ko‘ra, stressning kuchi obyektiv vaziyatga emas, balki shaxsning vaziyatni qanday talqin qilayotganiga bog‘liq. Nazariyada muammoni imkoniyat sifatida ko‘rish, qiyinchiliklardan o‘sish, tajriba olish, turmushdagi salbiy voqealarni ijobiy ma’no bilan to‘ldirish stress omilining subyektiv og‘irligini kamaytiradi, mehr-muhabbat, sabr, bir-birini tushunish kabi fazilatlarning o‘sishiga xizmat qiladi hamda murakkab davrlarni yumshatadi, umid tuyg‘usini kuchaytiradi.

Stressga bardoshlilikni ta’minlashda uni kamaytiruvchi psixologik himoya mexanizmlari ham muhim ahamiyat kasb etadi. Z.Freyd va G.Vaillant ta’riflagan psixologik himoya mexanizmlari shaxsni keskin hissiy yukdan himoya qiladi [3]. Psixologik himoya mexanizmlarini ikki turga bo‘linadi. Kamol topgan himoyalar - sublimatsiya, hazil, intellektualizatsiya, altruism bo‘lsa, kamroq adaptiv himoyalar inkor etish, repressiya, proyeksiyalar hisoblanadi. Umuman olganda, himoya mexanizmlari hissiy bosimni yengillashtiradi, ruhiy muvozanatni vaqtincha bo‘lsa-da saqlab turadi hamda keskin stressda shaxsning psixik barqarorligini qo‘llab-quvvatlaydi. Yosh oilalar uchun kamol topgan himoya mexanizmlari samarali bo‘lib, ular nizolarni konstruktiv yo‘lga buradi, o‘zini ham, turmush o‘rtog‘ini ham tushunishga yordam beradi, oilaviy moslashuvni mustahkamlaydi. Masalan, sublimatsiya yordamida stressni sport, ijod yoki ishga yo‘naltirish; hazil yordamida konfliktni yumshatish orqali emotsiyani boshqarish, intellektualizatsiyaorqali voqeani hissiyot emas, mantiq bilan tushuntirish misol bo‘la oladi.

Muhokama. Yosh oilalarda stressga bardoshlilik ko‘plab omillar bilan belgilanadi, biroq ilmiy manbalarda eng ko‘p tilga olinadigan uchta asosiy omil ajratiladi: shaxsiy psixologik resurslar, oilaviy kommunikatsiya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov. Yosh er-xotinlarda motivatsiya, oilani saqlab qolish istagi, o‘z-o‘zini nazorat qilish, emotsional intellekt, moslashuvchanlik kabi shaxsiy psixologik resurslar stressga bardoshlilikni oshiradi. Tadqiqotlarga ko‘ra, emotsional intellekti past bo‘lgan oila a’zolari stress vaziyatlarini ko‘proq konflikt bilan yakunlaydi [4]. Oilaviy kommunikatsiya sifati bo‘yicha o‘tkazilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ochiq dialog, faol tinglash, konstruktiv fikr bildirish yosh oilalarning stress bilan kurashish darajasini keskin oshiradi. Yomon kommunikatsiya esa shubhalar, tushunmovchiliklar, psixologik uzoqlashuv kabi oqibatlarga olib keladi. Shuningdek, ota-ona, do‘stlar, qarindoshlar, hamkasblar tomonidan ko‘rsatilgan, emotsional, instrumental, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov oilaviy stressni sezilarli kamaytiradi. Yosh oilalarda stressga bardoshlilikni shakllantirishda faol moslashuv strategiyalaridan foydalanish, masalan, muammoni birgalikda hal qilish oilaviy barqarorlikni oshiradi, passiv strategiyalar – muammodan qochish yoki inkorqilish esa stressni kuchaytiradi.

Xulosa. Yosh oilalarda stressga bardoshlilik psixologik moslashuvning eng muhim ko‘rsatkichlaridan biridir. Stressni boshqarishning muvaffaqiyati oilaviy kommunikatsiya sifati, shaxsiy psixologik resurslar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov darajasi hamda konstruktiv moslashuv strategiyalaridan foydalanishga bog‘liq. Yosh oilalar hayotidagi stress va moslashuv jarayonlari murakkab, ko‘p omilli bo‘lgani sababli ularga ta’sir etuvchi psixologik mexanizmlar ham xilma-xildir. Xulosa o‘rnida shuni aytish mumkinki, **faol muammoni hal qilish** oilaviy barqarorlikning eng kuchli omilidir, **emotsional qo‘llab-quvvatlash** stressning salbiy ta’sirini kamaytiradigan asosiy omildir, i**jobiy qayta baholash** shaxsning kognitiv moslashuvchanligini oshiradi, **kamol topgan psixologik himoya mexanizmlari** esa munosabatni buzmasdan stressni boshqarishga xizmat qiladi. Bu yondashuvlar **yosh oilalarning psixologik moslashuvi, barqarorligi va sog‘lom munosabatlari**ni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Yosh oilalarni qo‘llab-quvvatlashning psixologik mexanizmlarini chuqur o‘rganish jamiyatda barqaror oilaviy muhitni yaratishga, ajralishlar sonini kamaytirishga va oila institutining mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev ta’kidlaganidek, “Eng katta baxt, men buni ming marta qaytarishdan charchamayman, oilamiz tinch bo‘lsin! Oila kichik vatan, oila tinch bo‘lsa, baxtli bo‘lsa, vatan tinch bo‘ladi” [1].

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Mirziyoyev Sh.M. Respublika Ma’naviyat va ma’rifat kengashining kengaytirilgan yig‘ilishidagi nutqi. Toshkent.: 22.12.2023-y.
2. Atadjanov M.Y., Xaydaraliyev A.U. “Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat” darslik. Farg‘ona davlat universiteti nashriyoti. Farg‘ona.: 2025-y. 240 b.
3. Atadjanov M.Y. “Xavfsizlik psixologiyasi” darslik. Farg‘ona davlat universiteti nashriyoti. Farg‘ona.: 2024-y. 235 b.
4. Bahodirova M.T. Ayollarda vatanparvarlik tuyg‘usining psixologik namoyon bo‘lishi. Farg‘ona davlat texnika universiteti anjuman to‘plami. 2026-y.

O‘SMIRLARDA DEVIANT XULQ-ATVOR NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li

Nizomiy nomidagi O’zbekiston Milliy pedagogika universiteti, “Amaliy psixologiya” kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari doktori (DSc)
e-mail: azimbek_qurbonboyev@mail.ru

Annotatsiya. Mazkur tezisda o‘smirlik davrida deviant xulq-atvorning psixologik xususiyatlari, uning shakllanish omillari va namoyon bo‘lish mexanizmlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, tezisda deviant xulq-atvorning oldini olish va korreksiya qilishning psixologik usullari yoritiladi.

Kalit so‘zlar: deviant xulq-atvor, o‘smirlik davri, ijtimoiy norma, psixologik omillar, ijtimoiylashuv, emotsional beqarorlik, xulq buzilishlari, moslashuv.

O‘smirlik davri shaxs rivojlanishining murakkab va ziddiyatli bosqichi bo‘lib, bu davrda biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘zaro ta’sirda namoyon bo‘ladi. Ushbu davrda biologik, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar jadallik bilan kechadi. Bu esa o‘smir shaxsida ichki ziddiyatlar va tashqi muhit bilan munosabatlarda muammolar yuzaga kelishiga olib keladi. Aynan shu jarayonlar fonida deviant xulq-atvor shakllanishi ehtimoli ortadi.

Deviant xulq-atvor deganda jamiyatda qabul qilingan ijtimoiy normalardan og‘ishgan, shaxs va jamiyat rivojiga salbiy ta’sir ko‘rsatadigan xatti-harakatlar tushuniladi. L.Vigotskiy ta’kidlaganidek, shaxs rivojlanishi ijtimoiy muhit bilan o‘zaro aloqada kechadi va aynan ijtimoiy munosabatlar tizimi o‘smir xulq-atvorining shakllanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu sababli o‘smirlik davrida yuzaga keladigan deviant xulq-atvorni ijtimoiy kontekstdan ajratib o‘rganish mumkin emas [8].

Deviant xulq-atvor jamiyatda qabul qilingan ijtimoiy normalardan og‘ishgan xatti-harakatlar majmuasi sifatida talqin qilinadi. E.Durkgeym o‘zining anomiya nazariyasida ijtimoiy normalarning zaiflashuvi yoki buzilishi shaxs xulqida og‘ishlarni keltirib chiqarishini asoslab bergan. Bu holat ayniqsa o‘smirlik davrida yaqqol namoyon bo‘ladi, chunki o‘smirlar hali barqaror qadriyatlar tizimini shakllantirib ulgurmagan bo‘ladi [3].

O‘smirlarda deviant xulq-atvorning psixologik xususiyatlari, avvalo, emotsional sohadagi o‘zgarishlar bilan bog‘liqdir. Bu davrda o‘smirlar ko‘pincha hissiy jihatdan beqaror bo‘lib, tez jahllanish, agressiv reaksiyalar, impulsiv qarorlar qabul qilish kabi holatlar kuzatiladi. Emotsional nazoratning yetarli darajada shakllanmaganligi ularning xatti-harakatlarida keskinlik va noaniqlikni keltirib chiqaradi. Shu bilan birga, o‘z-o‘zini baholashdagi nomutanosiblik, ya’ni o‘zini past yoki aksincha haddan tashqari yuqori baholash holatlari ichki konfliktlarning kuchayishiga sabab bo‘ladi. E.Erikson nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davrida “identifikatsiya inqirozi” yuzaga keladi, ya’ni shaxs “men kimman?” degan savolga javob izlaydi. Ushbu inqiroz muvaffaqiyatli hal etilmasa, o‘smirda ichki ziddiyatlar kuchayib, bu deviant xulq shakllarida namoyon bo‘lishi mumkin [4].

Shuningdek, o‘z-o‘zini baholashdagi nomutanosiblik ham muhim omillardan biridir. K.Rojers insonning “real men” va “ideal men” o‘rtasidagi tafovut kuchayganda psixologik muammolar yuzaga kelishini ta’kidlaydi. O‘smirlarda bu tafovut kattalashganda ular o‘zini tasdiqlashning salbiy yo‘llariga murojaat qilishi mumkin [7].

Mazkur davrda ijtimoiy omillarning ta’siri ham nihoyatda kuchli bo‘ladi. O‘smir uchun tengdoshlar guruhi muhim referent guruhga aylanadi va ularning fikri, qadriyatlari hamda xulq me’yorlari o‘smir xatti-harakatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Agar o‘smir salbiy ijtimoiy muhitga tushib qolsa, unda deviant xulq shakllanish ehtimoli yanada ortadi. Shuningdek, oiladagi nosog‘lom psixologik muhit, ota-ona nazoratining sustligi yoki ortiqcha qat’iyligi ham deviant xulqning shakllanishida muhim omillardan biri hisoblanadi. A.Bandura nazariyasiga ko‘ra, inson xulqi kuzatish va taqlid qilish orqali shakllanadi. Agar o‘smir atrofida deviant xulq namunalarini ko‘rsa va bu xatti-harakatlar jazolanmasa yoki hatto rag‘batlantirilsa, ularni o‘zlashtirish ehtimoli ortadi [1].

Bundan tashqari, Robert K.Merton deviant xulqni ijtimoiy struktura bilan bog‘lab, jamiyatdagi maqsadlar va ularga erishish vositalari o‘rtasidagi nomuvofiqlik deviant xatti-harakatlarga olib kelishini ta’kidlaydi. O‘smirlar orasida bu holat o‘z imkoniyatlarini cheklangan deb his qilganlarda ko‘proq uchraydi [6].

Oila va ijtimoiy muhit ham hal qiluvchi omillardan biridir. U.Bronfenbrenner ekologik tizimlar nazariyasida shaxs rivojlanishini mikro (oila, maktab), mezo va makro tizimlar ta’sirida izohlaydi [2]. Nosog‘lom oila muhiti, e’tiborsizlik yoki ortiqcha nazorat o‘smirda deviant xulqning shakllanishiga zamin yaratadi. Ilmiy yondashuvlarga ko‘ra, deviant xulq-atvorning shakllanishi ko‘p jihatdan o‘rganish va taqlid qilish mexanizmlariga asoslanadi. Ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga muvofiq, o‘smirlar atrofdagilarning xatti-harakatlarini kuzatish va ularni takrorlash orqali ma’lum xulq shakllarini egallaydi. Agar bu xatti-harakatlar ijobiy baholansa yoki jazolanmasa, ular mustahkamlanib boradi. Shu sababli, deviant xulq-atvor ko‘pincha ijtimoiy muhitdagi salbiy namunalarning natijasi sifatida qaraladi.

Deviant xulq-atvorning oldini olish va korreksiya qilish kompleks yondashuvni talab etadi. Bu jarayonda psixologik maslahat, oila bilan ishlash, ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish va emotsional intellektni oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. A.Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasiga ko‘ra [5], shaxsning asosiy ehtiyojlari qondirilganda u ijtimoiy jihatdan maqbul xulqni namoyon etadi. Aks holda, ehtiyojlarning qondirilmasligi deviant xulqning shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlarda deviant xulq-atvor murakkab va ko‘p omilli psixologik hodisa bo‘lib, uning shakllanishida shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy muhit va tarbiyaviy ta’sirlar o‘zaro uyg‘unlashadi. Yetakchi olimlarning nazariyalari shuni ko‘rsatadiki, deviant xulqni tushunish va oldini olish uchun kompleks, tizimli va ilmiy asoslangan yondashuv zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Bandura A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977.
2. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
3. Durkheim É. Suicide: A Study in Sociology. New York: Free Press, 1951.
4. Erikson E.H. Identity: Youth and Crisis. New York: W.W.Norton & Company, 1968.
5. Maslow A.H. Motivation and Personality. New York: Harper & Row, 1954.
6. Merton R.K. Social Theory and Social Structure. New York: Free Press, 1968.
7. Rogers C. R. On Becoming a Person: A Therapist’s View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
8. Выготский Л.С. «Психология развития человека». — Москва: Эксмо, 2005. — С. 1–912

OILA BOLA HAYOTINING ENG MUHIM IJTIMOIY INSTITUTI SIFATIDA

Abdullayeva Aropatxon Rustamovna

Farg‘ona Davlat universiteti Psixologiya kafedrasi katta o ‘qituvshi

Annotatsiya . Mazkur maqolada oila muhitini bola xayotida yetakchi omil ekanligi ,oiladagi er-xotin munosabatarini va sog‘lom muhitni bola ruhiy salomatligiga ta’siri, bolaning ruhiy salomatligi mezonlar orqali namoyon bo‘lishi borasida fikrlar berilgan

Kalit so‘zlar.Oila ,konstitutsiya, salomatlik, psixologiya, ijtimoiy, modda,rol,madaniyat,tarbiya aqliy.

Annotation. This article presents ideas on the importance of the family environment as a leading factor in a child's life, the impact of marital relations in the family and a healthy environment on the child's mental health, and the manifestation of the child's mental health through criteria.

Keywords. Family, constitution, health, psychology, social, material, role, culture, education, mental.

Kirish.Bolani komil etib shakllantirishga zamin yaratishda oilaning o‘rni va roli beqiyosdir. Oilada bolani komil inson qilib tarbiyalashga zamin yaratish ota-onalar zimmasiga yuklatilgan. Bu haqda O‘zbekiston Respublikasi Konstitusiyasi 64-moddasida «Ota-onalar o‘z farzandlarini voyaga yetgunlariga qadar boqish va tarbiyalashga majburdir» va O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksining 73 moddasi «Ota-ona o‘z bolalarini tarbiyalash huquqiga ega va tarbiyalashi shart. Ota-ona o‘z bolalarining tarbiyasi va kamoloti uchun javobgardir. Ular o‘z bolalarining sog‘ligi, jismoniy, ruhiy, ma’naviy va axloqiy kamoloti haqida g‘amxo‘rlik qilishlari shart. Ota ona o‘z bolalarining qonun hujjatlarida belgilangan zarur darajada ta’lim olishni ta’minlashi shart»deb belgilab ko‘rsatilib, ota onalarga ijtimoiy psixologik talablar qo‘yadi. Oila jamiyatning asosiy bo‘g‘inini tashkil qiladi, oila tarbiyasini to‘g‘ri tashkil qilmay, oilalarning barqarorligini va mustahkam bo‘lishini hamda jamiyatning ijtimoiy rivojlanishini ta’minlash mumkin emas. Shu nuqtai nazardan yondashganda oila sharoitida ota-onalarning tarbiyachilik madaniyatini tashkil qilish, to‘ldirib borish va takomillashtirish bag‘oyat muhim oilaviy pedagogik muammolardandir.

Oilada bolalarni komil inson etib shakllantirish uchun ularning aqliy tarbiyasini maqsadli tashkil etish pedagogika va psixologiya mutaxassislari, ota-onalarining asosiy vazifasi hisoblanadi. Chunki, aqliy tarbiyani to‘g‘ri tashkil qilish tarbiyaning boshqa tarkibiy qismlarining muvaffaqiyatli ta’minlanishiga xizmat qiladi. Bolaga aqliy tarbiya bermay turib uni oila va ijtimoiy xayotga tayyorlab bo‘lmaydi. Oilada bolalarning bilimli bo‘lishi haqida O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksining 73-moddasida «Ota-onalar bolalarining bilim olishlari uchun mas’uldirlar” deb belgilangan. Demak, oilada ota-onalar o‘z farzandlarining umumiy o‘rta, o‘rta maxsus va oliy ta’lim olishlari uchun g‘amxo‘rlik ko‘rsatishlari

va qulay shart-sharoit yaratib berishlari lozim. Shunday sharoitni yaratishda oilada sog ‘lom muhit asosiy omil hisoblanib, bolani ruhiy salomatligini ta’minlaydi.

Adabiyotlar tahlili .Ruhiy salomatlik — bu shaxsning nisbatan barqaror psixologik holati bo‘lib, unda inson o‘zini, atrofdagilarni va jamiyatni adekvat idrok etadi, hissiy, shaxsiy va ijtimoiy jihatdan muvozanatda bo‘ladi. Ruhiy jihatdan sog‘lom bola o‘z qobiliyatlari va salohiyatidan samarali foydalana oladi, hayot talablariga moslashadi, ijtimoiy munosabatlarda faol ishtirok etadi hamda o‘z xulq-atvorini nazorat qila oladi. Bunday holat bolaning shaxs sifatida yaxlitligi, ichki tinchligi va psixologik barqarorligida namoyon bo‘ladi.

Ruhiy salomatlik odatda ikki asosiy yo‘nalishda o‘rganiladi:

1. **Nazariy-ilmiy yo‘nalish** — shaxs, ehtiyoj va motivlar, ruhiy kasalliklarning sabablari va belgilari, psixologik himoya mexanizmlari, moslashuv jarayonlari, shuningdek, psixologik ongni shakllantirish va noto‘g‘ri tushunchalarni tuzatish masalalarini qamrab oladi.
2. **Amaliy yo‘nalish** — ruhiy buzilishlarning oldini olish, ularni tashxislash, psixologik va psixoterapevtik yordam ko‘rsatish bilan bog‘liq.

Oila bola hayotining eng muhim ijtimoiy instituti hisoblanadi. Aynan oila bolaning birlamchi ehtiyojlarini — xavfsizlik, mehr, g‘amxo‘rlik, oziq-ovqat va boshpana bilan ta’minlaydi. Oila tomonidan yaratilgan qo‘llab-quvvatlovchi muhit bo‘lmasa, bolaning ruhiy barqarorligi va baxtli hayoti jiddiy xavf ostida qoladi.

Bolaning ruhiy salomatligi oila bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, oiladagi munosabatlar sifati uning hissiy holati, o‘ziga bo‘lgan ishonchi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Iliq, mehrga boy va barqaror oilaviy muhit bolaga xavfsizlik hissini beradi, uning shaxs sifatida sog‘lom shakllanishiga zamin yaratadi.

Ota-ona va boshqa oila a’zolari bilan o‘rnatilgan hissiy aloqalar bolaning ichki dunyosini boyitadi, mustahkam psixologik xotiralar shakllanishiga yordam beradi. Ushbu tajribalar kelajakda bolaning stressga bardoshliligi, muammolarni hal qilish qobiliyati va shaxslararo munosabatlarida namoyon bo‘ladi.

Bolalarning dastlabki yillarida ularni turli oilaviy vaziyatlar bilan tanishtirish muhim hisoblanadi. Masalan, oilaviy mavzudagi filmlar va ko‘rsatuvlar, turli ijtimoiy kelib chiqishga ega tengdoshlar bilan muloqot, hayotiy muammolar (ajralish, yo‘qotish, kasallik) bilan turli oilalarning qanday munosabatda bo‘lishini kuzatish bolalarning psixologik dunyoqarashini kengaytiradi. Bu jarayon shartli ravishda “oilaviy psixologik tayyorgarlik” vazifasini bajaradi.

Shu bilan birga, oila ba’zan bola uchun stress manbai ham bo‘lishi mumkin. Ota-onalar o‘rtasidagi nizolar, e’tiborsizlik, haddan tashqari talabchanlik yoki befarqlik bolada xavotir, agressiya va ruhiy beqarorlikni keltirib chiqaradi. Ayniqsa, ota-onalar tomonidan bolaning ruhiy holatiga yetarlicha e’tibor berilmasligi uning psixologik muammolarini chuqurlashtiradi.

Bolaning ruhiy salomatligini mustahkamlashda turli psixologik aralashuvlar muhim ahamiyatga ega. Jumladan, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) va oilaviy terapiya boladagi salbiy fikrlar, hissiy buzilishlar va xulq-atvor muammolarini kamaytirishda samarali hisoblanadi. Biroq, ushbu usullarning natijadorligi asosan oiladagi munosabatlar sifatiga bog‘liq bo‘ladi.

Bolaning ruhiy salomatligi quyidagi mezonlar orqali namoyon bo‘ladi:

- psixologik funksiyalar o‘rtasidagi izchillik;
- hissiy muvozanat va barqarorlik;
- aqliy faoliyatning yetarli darajada rivojlanganligi;
- ijtimoiy moslashuvchanlik;
- shaxsiy energiya va yutuqlar o‘rtasidagi uyg‘unlik.

Shaxsning barcha psixik jarayonlari o‘zaro bog‘liq bo‘lgani sababli, ulardan birida yuzaga kelgan buzilish butun shaxs rivojiga ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois ruhiy salomatlikni saqlash — shaxsning yaxlitligi va jamiyat talablariga mos ravishda rivojlanishini ta’minlaydi.

Ruhiy salomatlik tushunchasi psixologiya fanida turli ilmiy maktablar tomonidan turlicha talqin qilingan. **Zigmund Freyd** ruhiy salomatlikni shaxs ichki ziddiyatlarining muvozanati sifatida ko‘rib chiqqan. Uning fikricha, bolalik davrida ota-ona bilan munosabatlar “Men”, “U” va “Super-Men” tuzilmalari shakllanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Oiladagi konfliktlar keyinchalik nevrotik buzilishlar manbai bo‘lishi mumkin deb hisoblagan.

Karl Yung oilani shaxs arxetiplarining faollashuvi uchun muhim muhit sifatida talqin qilgan. Uning nazariyasiga ko‘ra, ota-ona obrazlari bolaning kollektiv ongsizligida chuqur iz qoldiradi. Bunda maktabgacha yosh davri muhim davr hisoblanadi.

Lev Semenovich Vigodskiy bolaning ruhiy rivojlanishini ijtimoiy muhit bilan uzviy bog‘liq holda o‘rgangan. Uning madaniy-tarixiy nazariyasiga ko‘ra, barcha oliy psixik funksiyalar (nutq, tafakkur, xotira) avval ijtimoiy faoliyatda, so‘ngra individual darajada shakllanadi. Oila esa bolaning birinchi ijtimoiy muhiti bo‘lib, ruhiy salomatlikning poydevori aynan shu yerda yaratiladi.

Vygodskiy ta’kidlagan **“yaqin rivojlanish zonasi”** tushunchasi ota-onaning bola rivojlanishidagi faol rolini ilmiy asoslab beradi.

Aleksandr Romanovich Luriya bolalar ruhiy salomatligini miya faoliyati bilan bog‘liq holda o‘rganib, neyropsixologiya faniga asos solgan. U psixik funksiyalar tizimli xarakterga ega ekanini isbotlagan. Luriya fikricha, oiladagi stress, emotsional beqarorlik bolaning miya funksional bloklari faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Luriya shuningdek, **mahalliy miya shikastlanishlari** fonida shaxs va xulq-atvordagi o‘zgarishlarni o‘rganib, oilaviy qo‘llab-quvvatlash reabilitatsiyada muhim ekanini ko‘rsatgan.

Jon Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan **attachment (bog‘lanish) nazariyasi** bolaning ruhiy salomatligi oiladagi emotsional yaqinlik bilan bevosita bog‘liq ekanini ilmiy asoslab berdi. Bowlby bolalikda onaga xavfsiz bog‘lanish shakllanmasa, shaxsda xavotir, depressiya va ijtimoiy moslashuv muammolari yuzaga kelishini ko‘rsatgan.

Meriy Ainsworth esa “begona vaziyat” metodi orqali xavfsiz, xavotirli va befarq bog‘lanish turlarini empirik jihatdan isbotlagan. Va bu davrda oilaviy bola va ota-ona bilan bog’lanish sifatli bo’lsa maktabgacha yosh davrida ruhiy salomatligi barqaror bo’ladi.

Erik Erikson bolalik va o‘smirlik davrida ruhiy salomatlikning asosiy mezonlarini aniqlagan, bunda oilaning roli va ahamiyati haqida gapiradi. Unga

ko‘ra, har bir rivojlanish bosqichi muayyan psixologik inqiroz bilan kechadi. Agar oila bolaning ehtiyojlariga mos munosabat bildirmasa, salbiy shaxsiy sifatlar shakllanadi (ishonchsizlik, tashabbussizlik, past o‘zini baholash).

Abraham Maslou ruhiy salomatlikni inson ehtiyojlari ierarxiyasi bilan bog‘lagan. Unga ko‘ra, bolaning xavfsizlik, muhabbat va hurmat ehtiyojlari oilada qondirilmasa, yuqori darajadagi ruhiy salomatlikka erishib bo‘lmaydi.

Murray Boven oilani yagona tizim sifatida ko‘rib, oiladagi emotsional muvozanat buzilishi bolaning ruhiy holatiga bevosita ta’sir qilishini isbotlagan. **Salvador Minuchin** esa oilaviy struktura nazariyasini ishlab chiqib, chegaralarning buzilishi bolalarda psixologik muammolarni keltirib chiqarishini ko‘rsatgan.

Diana Baumrind ota-onalik tarbiya uslublarini (avtoritar, liberal, demokratik) ilmiy tasniflab, demokratik uslub bolaning ruhiy salomatligi uchun eng qulay ekanini empirik tadqiqotlar orqali asoslab bergan.

Xulosa qilib aytadigan bo’lsak, Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, bolaning ruhiy salomatligi masalasi psixologiya fanining deyarli barcha yo‘nalishlarida markaziy o‘rin egallaydi. Klassik va zamonaviy olimlar ishlari oilaning bolaning psixik rivojlanishidagi yetakchi rolini bir ovozdan tasdiqlaydi. Oila — bu nafaqat biologik, balki kuchli psixologik va ijtimoiy institut bo‘lib, bolaning ruhiy salomatligi aynan shu muhitda shakllanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi O‘zbekiston, 2010. Konstitutsiyasi. - Toshkent:
2. O‘zbekiston Respublikasining Oila kodeksi: (2012 yil 1-maygacha bo‘lgan o‘zgartish va qo‘shimchalar bilan) - Toshkent: «Adolat», 2012 y. -192 b.
3.Odam va uning salomatligi. O’qituvchi matbaa ijodiy uy.Toshkent 2006 3 bett.
4.Изард К .Э. Психология эмоций .- СПБ ..Питер,1999
5.“Tibbiyot psixologiyasi” Z.Ibodullayev Toshkent 2009 Yangi asr avlodi.

KASBIY KARERASINI SHAKLLANTIRAYOTGAN AYOLLARDA OILAVIY VA KASBIY ROLLARDA PSIXOLOGIK MOSLASHUVI

Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna

Farg‘ona davlat universiteti,Pedagogika - psixologiya va san’atshunoslik fakulteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti. Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), bonu_dilya84@mail.ru https://orcid.org/0000-0003-2975-6840

Abdumalikova Madina Zayniddin qizi

Farg‘ona davlat universiteti Psixologiya yo‘nalishi 1-bosqich magistranti

Annotatsiya. Mazkur maqolada kasbiy karerasini shakllantirayotgan ayollarda oilaviy va kasbiy rollar konflikti hamda psixologik moslashuv o‘rtasidagi bog‘liqlik ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotning dolzarbligi zamonaviy jamiyatda xotin-qizlarning kasbiy faolligi ortib borishi, mehnat

faoliyatiga qo‘yilayotgan talablarning murakkablashuvi va oilaviy majburiyatlar bilan kasbiy vazifalar o‘rtasidagi ichki ziddiyatlarning kuchayib borayotgani bilan izohlanadi.

Kalit so‘zlar: *kasbiy karera, ayollar psixologiyasi, oilaviy rol, kasbiy rol, rol konflikti, psixologik moslashuv, ish va oila muvozanati, ichki zo‘riqish, pedagogik faoliyat, ijtimoiy-psixologik bog‘liqlik.*

Zamonaviy jamiyatda xotin-qizlarning kasbiy faolligi ortib borishi ularning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy mavqei va iqtisodiy mustaqilligini ta’minlashda muhim omil bo‘lib xizmat qilmoqda. Ayolning mehnat faoliyatidagi ishtiroki bugungi kunda faqat iqtisodiy zarurat yoki kasbiy o‘sish masalasi emas, balki shaxsiy o‘zini namoyon qilish, jamiyatdagi o‘rnini mustahkamlash va ijtimoiy faollikni kengaytirish jarayoni sifatida ham qaralmoqda. Shu bilan birga, ayolning kasbiy faoliyati oilaviy rollar, farzand tarbiyasi, uy-ro‘zg‘or mas’uliyati, turmush o‘rtoq va yaqinlar bilan munosabatlar tizimi bilan birgalikda kechadi. Natijada ayol shaxsi bir vaqtning o‘zida bir nechta ijtimoiy rolni bajarishga majbur bo‘ladi. Ushbu rollar o‘zaro uyg‘unlashganda ayolning shaxsiy va kasbiy rivojlanishi uchun qulay psixologik sharoit yuzaga keladi. Ammo oilaviy va kasbiy rollar talablari bir-biriga mos kelmaganda ichki zo‘riqish, vaqt tanqisligi, hissiy charchoq, aybdorlik hissi va psixologik moslashuvdagi qiyinchiliklar kuchayadi.

Yevropa mamlakatlarida ayollarning mehnatdagi ishtiroki yuqori bo‘lsa-da, erkaklar va ayollar bandligi o‘rtasidagi tafovut hanuz saqlanib qolmoqda. Yevrostat ma’lumotlariga ko‘ra, 2024-yilda Yevropa Ittifoqida 20–64 yoshdagi erkaklarning bandlik darajasi 80,8 foizni, ayollarning bandlik darajasi esa 70,8 foizni tashkil etgan; gender bandlik tafovuti 10,0 foiz punktiga teng bo‘lgan [6.1–3]. Ushbu raqamlar ayollarning kasbiy hayotga keng kirib borayotganini ko‘rsatsa-da, mehnat bozori, oilaviy majburiyatlar, bola parvarishi va ijtimoiy rollar taqsimoti bilan bog‘liq muammolar hanuz dolzarb ekanini anglatadi.

AQSH tajribasida ham ayollar mehnat bozorining muhim qismini tashkil etadi. AQSH Mehnat statistikasi byurosi ma’lumotlariga ko‘ra, 2024-yilda ayollarning bandlik-aholi nisbati 55,2 foizni, erkaklarda esa 65,2 foizni tashkil etgan [7.1–2]. Bu tafovut ayollarning ish, oila va shaxsiy hayot o‘rtasida muvozanat topish masalasi dolzarbligicha qolayotganini ko‘rsatadi.

MDH mamlakatlarida mazkur muammo gender rollar, oilaviy mas’uliyat, kasbiy rivojlanish va ijtimoiy moslashuv doirasida talqin qilinadi. Post-sovet ijtimoiy-madaniy muhitida ayollarning mehnatdagi faolligi tarixan shakllangan bo‘lsa-da, oilaviy vazifalarning katta qismi ko‘pincha ayollar zimmasida qoladi. Shu bois kasbiy faol ayollarda “ikki tomonlama yuklama” — kasbiy samaradorlik va oilaviy mas’uliyatni bir vaqtda bajarish zarurati kuchli namoyon bo‘ladi.

O‘zbekiston sharoitida xotin-qizlarning ijtimoiy va kasbiy faolligini oshirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Rasmiy demografik ma’lumotlarga ko‘ra, 2025-yil 1-yanvar holatiga respublikamiz doimiy aholisi 37 543,2 ming kishini tashkil etgan, shundan ayollar soni 18 638,7 ming nafar bo‘lgan [3.2–3]. Bu ko‘rsatkichlar xotin-qizlarning salohiyatini ro‘yobga chiqarish, ularning mehnatdagi ishtiroki, oilaviy barqarorligi va ruhiy farovonligini ta’minlash mamlakat taraqqiyoti uchun muhim ijtimoiy masala ekanini ko‘rsatadi.

Mamlakatimizda xotin-qizlarning huquqlari, qonuniy manfaatlari va mehnatdagi teng imkoniyatlarini ta’minlash bo‘yicha mustahkam huquqiy asoslar yaratilgan. O‘zbekiston Respublikasining “Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to‘g‘risida”gi Qonunida iqtisodiy, ijtimoiy va mehnat munosabatlari sohalarida xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari belgilangan [1.20–21]. Ushbu qonun ayolning kasbiy faoliyatda teng ishtirok etishini huquqiy jihatdan mustahkamlash bilan birga, uning jamiyatdagi faolligi, mehnatdagi mavqei va ijtimoiy himoyasini kuchaytirishga xizmat qiladi.

“O‘zbekiston — 2030” strategiyasini amalga oshirish bo‘yicha davlat dasturlarida ham xotin-qizlar bandligini ta’minlash, ular o‘rtasida tadbirkorlikni rivojlantirish, kasb-hunarga o‘qitish va o‘zini o‘zi band qilishni qo‘llab-quvvatlash masalalari alohida belgilangan [2.66]. Bu esa xotin-qizlarning iqtisodiy faolligini qo‘llab-quvvatlash bilan bir qatorda, ularning oilaviy va kasbiy rollarini uyg‘unlashtirish, kasbiy faoliyat jarayonida ruhiy barqarorligini saqlash va psixologik moslashuvini mustahkamlash masalasini ham dolzarb ilmiy yo‘nalishga aylantiradi.

Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev xotin-qizlarning jamiyatdagi o‘rni, oiladagi mavqei va sog‘lom muhitni shakllantirishdagi ahamiyatiga doimiy e’tibor qaratib kelmoqdalar. Davlatimiz rahbari “Ayollar sog‘lom bo‘lsa – oila mustahkam bo‘ladi, ularda ma’naviy muhit, ishchanlik kayfiyati yuksaladi, kelajakka ishonch ortadi”, deya ta’kidlaganlar [5.1–4]. Ushbu fikr ayolning ruhiy salomatligi, oiladagi barqarorligi va kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyati jamiyat taraqqiyoti bilan uzviy bog‘liq ekanini yaqqol ko‘rsatadi.

Ayol o‘qituvchilar faoliyati kontekstida ushbu nazariyalar yanada aniqroq mazmun kasb etadi. O‘qituvchilik kasbi tashqi tomondan aniq ish vaqti bilan chegaralangandek ko‘rinsa-da, amalda darsga tayyorgarlik, daftar va topshiriqlarni tekshirish, hujjatlar yuritish, ota-onalar bilan ishlash, sinf rahbarlik vazifalari va ma’naviy-ma’rifiy tadbirlar ko‘pincha ish vaqtidan tashqarida ham davom etadi. Bu holat pedagogik faoliyatni yuqori hissiy va tashkiliy yuklama talab qiladigan kasbga aylantiradi.

Tadqiqot obyekti sifatida kasbiy faoliyat yuritayotgan ayollarning oilaviy va kasbiy hayotdagi psixologik holati belgilandi. Tadqiqot predmeti esa kasbiy karerasini shakllantirayotgan ayollarda oilaviy-kasbiy rol konflikti darajasi bilan psixologik moslashuv ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlikdan iborat bo‘ldi. Tadqiqotning asosiy maqsadi oilaviy va kasbiy rollar o‘rtasidagi ziddiyat ayollarning psixologik moslashuviga qanday ta’sir ko‘rsatishini empirik jihatdan aniqlashdan iboratdir.

Tadqiqot tanlanmasini umumta’lim maktablarida faoliyat yuritayotgan 23–45 yosh oralig‘idagi 43 nafar ayol o‘qituvchi tashkil etdi. Respondentlar kamida bir yillik pedagogik ish tajribasiga ega, oilaviy va kasbiy rollarni bir vaqtda bajaruvchi ayollardan iborat bo‘ldi. Tanlanmada yosh, oilaviy holat, farzand mavjudligi va ish tajribasi ko‘rsatkichlari hisobga olindi. Yosh bo‘yicha respondentlarning 14 nafari 23–30 yosh, 17 nafari 31–38 yosh, 12 nafari esa 39–45 yosh guruhiga mansub bo‘ldi. Oilaviy holat bo‘yicha 34 nafar respondent turmush qurgan, 5 nafari turmush

qurmagan, 4 nafari esa ajrashgan yoki yolg‘iz farzand tarbiyalayotgan ayollar sifatida belgilandi. Farzand mavjudligi bo‘yicha 32 nafar respondent farzandli, 11 nafari farzandsiz ayollar guruhiga kiritildi.

Tanlanma sifatida aynan ayol o‘qituvchilarning tanlanishi tadqiqot mavzusining mazmuniga mos keladi. Chunki o‘qituvchilik kasbi intellektual, tashkiliy va hissiy yuklamani talab etadi; ayol o‘qituvchilar esa bu vazifalar bilan bir qatorda oilaviy mas’uliyat, farzand tarbiyasi va yaqinlar bilan munosabatlarni ham muvozanatlashtirishga harakat qiladilar.

Tadqiqotda birinchi metodika sifatida “Oilaviy va kasbiy rollar konflikti darajasini aniqlash so‘rovnomasi”dan foydalanildi. Mazkur so‘rovnoma kasbiy faoliyatning oilaviy hayotga ta’siri, oilaviy majburiyatlarning ish jarayoniga ta’siri hamda ikki rolni bir vaqtda bajarishda yuzaga keladigan ichki zo‘riqishni aniqlashga qaratildi.

Ikkinchi metodika sifatida “Psixologik moslashuv darajasini aniqlash so‘rovnomasi” qo‘llanildi. Ushbu metodika respondentlarning stressli vaziyatlarda o‘zini boshqara olishi, o‘z rollarini qabul qilishi, ichki muvozanatni saqlashi va muammolarni hal qilishga yo‘nalganligini baholashga qaratildi.

Ushbu bo‘limda tadqiqot davomida olingan natijalar tavsiflovchi statistika, guruhlararo taqqoslash hamda korrelyatsion tahlil asosida bayon qilinadi. Tahlil jarayonida asosiy e’tibor ikki ko‘rsatkichga qaratildi: oilaviy va kasbiy rollar konflikti hamda psixologik moslashuv. Tadqiqotning asosiy farazi shundan iborat ediki, oilaviy va kasbiy rollar konflikti kuchaygani sari ayollarda psixologik moslashuv darajasi pasayadi.

1-jadval. Tanlanmaning umumiy tarkibi

Ko‘rsatkich	Soni	Foiz
Umumiy respondentlar	43	100 %
23–30 yosh	14	32,6 %
31–38 yosh	17	39,5 %
39–45 yosh	12	27,9 %
Turmush qurgan	34	79,1 %
Turmush qurmagan	5	11,6 %
Ajrashgan yoki yolg‘iz farzand tarbiyalayotgan	4	9,3 %
Farzandi bor	32	74,4 %
Farzandi yo‘q	11	25,6 %
1–5 yil ish tajribasi	13	30,2 %
6–10 yil ish tajribasi	16	37,2 %
11 yil va undan yuqori ish tajribasi	14	32,6 %

1-jadvaldan ko‘rinadiki, tanlanmaning asosiy qismini turmush qurgan va farzandli ayol o‘qituvchilar tashkil etadi. Bu holat tadqiqot mavzusiga mos keladi, chunki oilaviy va kasbiy rollar konflikti aynan oilaviy mas’uliyat bilan kasbiy vazifalar bir vaqtda bajariladigan sharoitda aniqroq namoyon bo‘ladi.

Respondentlarning yosh va ish tajribasi bo‘yicha nisbatan muvozanatli taqsimlangani esa rol konflikti va psixologik moslashuvning turli hayotiy bosqichlarda qanday namoyon bo‘lishini tahlil qilish imkonini beradi.

2-jadval. Asosiy ko‘rsatkichlar bo‘yicha tavsiflovchi statistika

Ko‘rsatkich	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Minimal	Maksimal
Oilaviy va kasbiy rollar konflikti	40,3	8,4	22	56
Psixologik moslashuv	50,1	9,6	29	70

2-jadval natijalariga ko‘ra, respondentlarda oilaviy va kasbiy rollar konflikti o‘rtacha darajada namoyon bo‘lgan. Bu shuni anglatadiki, ayol o‘qituvchilarning katta qismi oilaviy va kasbiy vazifalarni birgalikda bajarishda ma’lum darajada ichki zo‘riqish, vaqt tanqisligi va mas’uliyatlar to‘qnashuvini his qilmoqda. Psixologik moslashuv ko‘rsatkichi ham o‘rtacha diapazonda joylashgan bo‘lib, respondentlarning bir qismi ish va oilaviy hayot talablariga moslasha olayotganini, biroq ayrimlarida moslashuv qiyinchiliklari mavjudligini ko‘rsatadi.

Tadqiqot natijalari kasbiy karerasini shakllantirayotgan ayollarda oilaviy va kasbiy rollar konflikti psixologik moslashuv bilan bevosita bog‘liq ekanini ko‘rsatdi. Ayniqsa, oilaviy-kasbiy rol konflikti kuchaygani sari psixologik moslashuv ko‘rsatkichlarining pasaygani mazkur muammoning shunchaki tashkiliy yoki vaqt taqsimoti bilan bog‘liq masala emasligini, balki ayolning ichki ruhiy holati, hissiy barqarorligi va o‘zini boshqarish imkoniyatlariga ta’sir qiluvchi murakkab psixologik jarayon ekanini tasdiqlaydi.

Olingan natijalarni tahlil qilar ekanmiz, avvalo, oilaviy va kasbiy rollar konflikti ayol hayotida ikki muhim soha — oila va ish o‘rtasidagi oddiy tanlov emasligini ta’kidlash lozim. Bu konflikt ko‘pincha bir vaqtning o‘zida bir nechta mas’uliyatni bajarishga majbur bo‘lish, o‘z vaqtini yetarli taqsimlay olmaslik, oilaviy vazifalar sabab ishda, ishdagi charchoq sabab oilada yetarli darajada faol bo‘la olmaslik holatlarida namoyon bo‘ladi.

Netemeyer, Bouls va Makmyurrian tomonidan ajratilgan ish-oila va oila-ish ziddiyati yo‘nalishlari ham tadqiqot natijalarini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega [10.400–410]. Ayol o‘qituvchilar misolida bu ikki yo‘nalish bir-biridan ajralgan holda emas, balki bir-birini to‘ldiruvchi jarayon sifatida ko‘rinadi. Maktabdagi hujjatlar, darsga tayyorgarlik, o‘quvchilar va ota-onalar bilan ishlash oilaviy vaqtni qisqartiradi. Ayni paytda farzand tarbiyasi, uy-ro‘zg‘or ishlari yoki oilaviy muammolar ishdagi diqqat, ruhiy tayyorgarlik va kasbiy samaradorlikka ta’sir ko‘rsatadi.

Psixologik moslashuv ko‘rsatkichlarining rol konflikti yuqori bo‘lgan guruhda pastroq chiqishi Rojers va Daymondning moslashuv haqidagi qarashlari bilan ham izohlanadi [12.101–115]. Agar ayol o‘zining oilaviy va kasbiy rollarini

doimiy qarama-qarshilik manbai sifatida qabul qilsa, u o‘zini ichki jihatdan bosim ostida his qiladi. Bunday holatda moslashuv jarayoni tabiiy ravishda qiyinlashadi.

Farzandi bor respondentlarda rol konflikti yuqoriroq, psixologik moslashuv esa pastroq chiqqani ham hayotiy va psixologik jihatdan tushunarli. Farzand tarbiyasi ayoldan doimiy vaqt, e’tibor, hissiy ishtirok va mas’uliyat talab qiladi. Ayniqsa, o‘qituvchilik kasbida ish ko‘pincha maktab binosi bilan tugamaydi: dars rejalari, daftar tekshirish, ota-onalar bilan aloqa, sinf ishlari, tadbirlarga tayyorgarlik kabi vazifalar uy sharoitida ham davom etishi mumkin.

Ish tajribasi yuqoriroq respondentlarda psixologik moslashuvning nisbatan yaxshi bo‘lishi ham alohida e’tiborga loyiq. Bu holat tajriba ortishi bilan ayol o‘qituvchilarda kasbiy vazifalarni rejalashtirish, sinfdagi muammolarni oldindan ko‘ra olish, hujjatlar bilan ishlashga moslashish, ota-onalar bilan muloqot qilish va hissiy zo‘riqishni boshqarish ko‘nikmalari shakllanishi bilan izohlanadi.

Muhokama jarayonida yana bir jihatni alohida ta’kidlash zarur: oilaviy-kasbiy rol konflikti ayolning individual zaifligi yoki mas’uliyatsizligi natijasi sifatida talqin qilinmasligi kerak. Aksincha, bu holat ko‘pincha ijtimoiy kutuvlar, mehnat yuklamasi, oiladagi vazifalar taqsimoti, qo‘llab-quvvatlash darajasi va shaxsiy resurslarning o‘zaro nomuvofiqligi natijasida yuzaga keladi. Shuning uchun ushbu muammoni hal qilishda faqat ayolning o‘ziga “vaqtingizni to‘g‘ri taqsimlang” deyish yetarli emas.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasining “Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-562-son, 02.09.2019 y. // Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. — Lex.uz.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston — 2030” strategiyasini “Yoshlar va biznesni qo‘llab-quvvatlash yili”da amalga oshirishga oid davlat dasturi to‘g‘risida”gi Farmoni. PF-37-son, 21.02.2024 y. // Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. — Lex.uz.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Statistika agentligi. O‘zbekiston Respublikasining demografik holati. 2024-yil yanvar-dekabr. — Toshkent, 2025.

4. O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senatining “2030-yilga qadar O‘zbekiston Respublikasida gender tenglikka erishish strategiyasini 2025-yilda amalga oshirish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar dasturi to‘g‘risida”gi qarori. SQ-102-V-son, 18.03.2025 y. // Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi. — Lex.uz.

5. Mirziyoyev Sh.M. Xotin-qizlar kuni munosabati bilan o‘tkazilgan tantanali marosimdagi nutq. — Toshkent, 2025.

6. Eurostat. Women at work: a snapshot of EU’s gender employment gap. — Brussels: European Commission, 2026.

7. U.S. Bureau of Labor Statistics. Women in the labor force: a databook. — Washington, 2024.

OILADA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK INDIKATORLARI

Bekmirzayeva Shaxnoza Shuxrat qizi

Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston Milliy Universiteti 1-kurs magistri:

Annotatsiya: Mazkur tezisda oilada shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy-psixologik indikatorlari tahlil qilinadi. Oila shaxs shakllanishining muhim ijtimoiy instituti sifatida qaralib, undagi emotsional iqlim, muloqot sifati, o‘zaro ishonch darajasi, konfliktlarni hal qilish usullari, rollar taqsimoti hamda psixologik qo‘llab-quvvatlash kabi omillarning ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, mazkur indikatorlar orqali oilaviy muhitning sifatini baholash va shaxsning psixologik rivojiga ta’siri ochib berilgan. Tadqiqot natijalari oilada sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: oila, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy-psixologik indikatorlar, psixologik iqlim, emotsional yaqinlik, o‘zaro ishonch.

Abstract: This thesis examines the socio-psychological indicators of interpersonal relationships within the family. The family is considered as an important social institution in the formation of personality, and special attention is given to such factors as emotional climate, quality of communication, level of mutual trust, conflict resolution strategies, role distribution, and psychological support. The study also reveals the role of these indicators in assessing the quality of the family environment and their impact on an individual’s psychological development. The results of the research are significant for fostering a healthy socio-psychological climate within the family.

Oila shaxs shakllanishida muhim rol o‘ynab, jamiyatning asosiy ijtimoiy instituti hisoblanadi. Unda yuzaga keladigan shaxslararo munosabatlar bevosita insonning psixologik rivoji emotsional barqarorligi, hamda ijtimoiylashuviga ta’sir ko‘rsatadi. Psixologik adabiyotlarda keltirilishicha, oiladagi sog‘lom muhit shaxsning ijtimoiy moslashuvini osonlashtiradi va uning ruhiy salomatligini mustahkamlaydi [4]. Shu sababdan oilada shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy-psixologik indikatorlarini o‘rganish dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi.

Oila a’zolari o‘rtasidagi emotsional, kommunikativ va ijtimoiy aloqalar tizimi jamlanib, oiladagi shaxslararo munosabatlar tushunchasini hosil qiladi. Bu munosabatlar esa o‘zaro hurmat mehr-muhabbat va e’tibor mas’uliyat eng muhimi ishonch kabi omillar asosida shakllanadi. G‘ozievning fikriga ko‘ra, shaxslararo munosabatlar inson faoliyatining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, u ijtimoiy tajriba va muloqot jarayonida rivojlanadi [6]. Ayniqsa, hayotimizga kelajagimizga kuchli ta’sir ko‘rsatishi mumkin bo‘lgan muhim hodisa bu oila muhitida shakllangan munosabatlardir.

Ijtimoiy-psixologik indikatorlar esa oiladagi munosabatlarning sifatini baholashga xizmat qiluvchi mezon hisoblanadi. Ijtimoiy-psixologik indikatorlar guruh ichidagi munosabatlarning holatini, kommunikatsiya darajasini va emotsional

muhitni aniqlash imkonini beradi deb Andreeva o‘z fikrini bildirib o‘tgan [1]. Ushbu indikatorlar orqali oilada shaxslarning ijtimoiy rollarni bajarish xususiyatlari, oiladagi psixologik iqlim, o‘zaro ta’sir darajasi tahlil qilinadi.

Oiladagi eng muhim indikatorlardan biri bu emotsional iqlimdir. Emotsional iqlim oila a’zolari o‘rtasidagi umumiy ruhiy holatni ifodalaydi. Karimovaning ta’kidlashicha, ijobiy emotsional muhit o‘zaro hurmat, mehr va qo‘llab-quvvatlash bilan belgilanadi hamda shaxsning psixologik barqarorligini ta’minlaydi[4]. Salbiy emotsional iqlim esa oilada ziddiyatlar, tushunmovchilik, befarqlik, hurmatsizliklar bilan tavsiflanib, shaxs rivojiga ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Yana bir muhim ijtimoiy-psixologik indikatorlardan biri muloqot sifati hisoblanadi. Muloqot orqali oila a’zolari o‘z fikr va his-tuyg‘ularini ifoda etadi. Konning fikriga ko‘ra, samarali muloqot o‘zaro tushunishning asosiysharti bo‘lib, u ijtimoiy aloqalarningbarqarorligini ta’minlaydi [5]. Agar oilada ochiqva samimiy muloqot mavjud bo‘lsa, uyerda, albatta, o‘zaro ishonch mustahkam bo‘ladi va nizolar kamroq yuzaga keladi.

Oilaviy munosabatlarning asosiy bo‘lagi bu o‘zaro ishonch darajasidir. Ishonch mavjud bo‘lgan muhitda oila a’zolari o‘zlarini xavfsiz his qiladilar va bir-biriga suyanadilar. J. Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasiga ko‘ra, bolalik davrida shakllangan ishonchli munosabatlar shaxsning keying hayotidagi ijtimoiy aloqalariga asos bo‘ladi [3]. Demak, shaxs rivojida oiladagi ishonch darajasi muhim ahamiyatga egadir.

Ijtimoiy-psixologik indikator sifatida alohida ahamiyat kasb etuvchi uslub bu konfliktlarni hal qilish hisoblanadi. Har qanday oilada katta-kichik ziddiyatlar mavjud bu tabiiy jarayon sifatida ko‘rinmoqda, ammo ularni hal qilish usuli hozirda dolzarb muommolardandir. Ainsworth tadqiqotlarida ko‘rsatilishicha, konstruktiv muloqot va o‘zaro tushunish asosida hal qilingan nizolar shaxsning emotsional rivojiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi [2]. Destruktiv usullar esa stress va psixologik zo‘riqishni kuchaytiradi. Bundan ko‘rinadiki oila a’zolari bir birlariga bo‘lgan hurmat e’tiborini mehr va tushunish orqali aks etirishi lozim ekanligini.

Bu indikator orqali oiladagi rollar va mas’uliyat taqsimoti ham oila a’zolari o‘rtasidagi munosabatni aniqlash borasida muhim sanalishini ko‘rishimiz mumkin.

Har bir oila a’zosi o‘zining ijtimoiy roliga ega bo‘lib, ushbu rollarning muvozanatli taqsimlanishi oilaviy barqarorlikni ta’minlaydi. Andreeva bu jarayonni ijtimoiy tizim doirasida ko‘rib, har bir a’zoning roli umumiy tizimning samaradorligiga ta’sir qilishini ta’kidlaydi [1].

Bundan tashqari, yana bir muhim indikatorlar psixologik qo‘llab-quvvatlash va oila a’zolarining qoniqish darajasi hisoblanadi. Karimovaning fikricha, oila ichidagi qo‘llab-quvvatlash shaxsning stressga chidamliligini oshiradi va uning ruhiy salomatligini mustahkamlaydi [4]. Oila a’zolarining o‘z oilasidan qoniqish darajasi esa ularning umumiy baxtlilik hissini ifodalaydi.

Xulosa qilib aytganda, oilada shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy-psixologik indikatorlari oila muhitini baholashda muhim ilmiy mezonlar tizimini tashkil etadi. Indikatorlar o‘zi ko‘rsatkich hisoblanib, ularga: emotsional iqlim, muloqot sifati, ishonch darajasi, konfliktlarni hal qilish usullari, rollar taqsimoti va psixologik qo‘llab-quvvatlash kabi darajalar kiradi. Bular esa oilaning barqarorligi

va farovonligini belgilaydi. Ushbu indikatorlarni chuqur o‘rganish sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi hamda oiladagi muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etishda muhim ahamiyat kasb etadi. “Mustahkam oila — mustahkam jamiyatdir.” Uni vaqtida qadrlab, asrab avaylang. Eskidan bir naql ham bordir, ,,Ko‘zingni o‘yilmasidan oldin asra" .

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. – Moskva: Aspekt Press,.
2. Ainsworth M.D.S. Patterns of Attachment. – Hillsdale: Erlbaum, 1978.
3. Bowlby J. Attachment and Loss. – New York: Basic Books, 1982.
4. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
5. Kon I.S. Sotsialnaya psixologiya lichnosti. – Moskva, 2005
6. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston, 2012.

MAKTAB O‘QUVCHILARIDA DEVIANT XULQ ATVOR SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Bobomurodova Nodira. Abdurasulovna

Angor tumani 14-umumiy o‘rta ta’lim maktabi psixologi

Yusupova O‘g‘iloy Bozorovna

Angor tumani 24- umumiy o‘rta maktabi amaliyotchi psixologi

Annotatsiya

Mazkur maqolada maktab o‘quvchilarida deviant xulq-atvorning shakllanishi va uning psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Deviant xulq-atvorning ijtimoiy me’yorlardan og‘ish sifatida namoyon bo‘lishi, uning kelib chiqishiga ta’sir etuvchi asosiy omillar oilaviy muhit, tengdoshlar guruhi, maktabdagi pedagogik sharoit hamda individual-psixologik xususiyatlar yoritilgan. Shuningdek, o‘smirlik davrining psixologik jihatdan sezgir bosqich ekani va aynan shu davrda xulq-atvor buzilishlarining kuchayishi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: *deviant xulq-atvor, o‘smirlik davri, psixologik xususiyatlar, ijtimoiy me’yorlar, oilaviy muhit, tengdoshlar guruhi, maktab muhiti, pedagogik ta’sir, emotsional beqarorlik.*

Abstract

This article analyzes the formation of deviant behavior among school students and its psychological characteristics. It discusses the manifestation of deviant behavior as a deviation from social norms, as well as the main factors influencing its development, including the family environment, peer group, school pedagogical conditions, and individual psychological characteristics. It is also substantiated that adolescence is a sensitive stage of psychological development, during which behavioral disorders tend to intensify.

Keywords: *deviant behavior, adolescence, psychological characteristics, social norms, family environment, peer group, school environment, pedagogical influence, emotional instability.*

Bugungi kunda ta’lim tizimida o‘quvchilar xulq-atvoridagi o‘zgarishlar, xususan deviant xulq-atvor muammosi dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Maktab yoshidagi bolalar va o‘smirlar shaxs sifatida shakllanish jarayonida bo‘lib, bu davr ularning psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida muhim bosqich sanaladi. Aynan shu davrda tashqi muhit ta’siri, oilaviy munosabatlar, tengdoshlar bilan aloqalar hamda maktabdagi pedagogik sharoitlar o‘quvchining xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Deviant xulq-atvor jamiyatda qabul qilingan axloqiy, huquqiy va ijtimoiy me’yorlardan chetga chiqadigan xatti-harakatlar majmuasini anglatadi. Bunday xulq shakllanishi o‘quvchining shaxsiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, uning ta’lim jarayonidagi muvaffaqiyatini pasaytirishi va ijtimoiy moslashuviga to‘sqinlik qilishi mumkin. Shu sababli maktab o‘quvchilarida deviant xulq-atvor shakllanishining psixologik omillarini o‘rganish, ularning kelib chiqish sabablarini aniqlash hamda profilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqish bugungi psixologiya va pedagogika fanining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Bugungi kunda jamiyatda yoshlar, xususan maktab o‘quvchilari o‘rtasida deviant xulq-atvor holatlarining kuzatilishi dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Globallashuv jarayonlarining jadallashuvi, axborot oqimining ortishi hamda ijtimoiy muhitdagi o‘zgarishlar o‘quvchilarning shaxs sifatida shakllanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu bois, ularning xulq-atvorida ijtimoiy me’yorlardan og‘ish holatlarining yuzaga kelish mexanizmlarini o‘rganish muhim ahamiyat kasb etadi.

Maktab davri shaxs rivojlanishining eng sezgir bosqichlaridan biri bo‘lib, aynan shu davrda bolaning qadriyatlari, xulqiy modeli va ijtimoiy munosabatlari shakllanadi. Shu nuqtayi nazardan, deviant xulq-atvorning paydo bo‘lishiga ta’sir etuvchi psixologik omillarni aniqlash va ularni tahlil qilish ta’lim-tarbiya jarayonini takomillashtirishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Shuningdek, maktab o‘quvchilari o‘rtasida kuzatilayotgan intizom buzilishi, agressiv xatti-harakatlar, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi holatlar nafaqat ta’lim samaradorligiga, balki shaxsning keyingi ijtimoiy hayotiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli deviant xulq-atvorning psixologik xususiyatlarini o‘rganish orqali erta profilaktika choralarini ishlab chiqish bugungi kunning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Bolalardagi itoatsizlik, o‘smirlardagi intizomsizlik - odatiy va ajablanarli bo‘lmagan holatlardir. Xulq-atvor buzilishlarining eng yuqori shakllari esa umumqabul qilingan axloqiy me’yorlardan chetga chiqadi. Bunday holatda deviant (og‘uvchi) xulq-atvor haqida gapiriladi. Agar atrofdagi kattalar befarq bo‘lsa, ijtimoiy buzilishlar kriminal shakllarga yoki ruhiyatning barqaror buzilishlariga aylanishi mumkin. Egoizm darajasining yuqoriligi, ijtimoiy majburiyatlardan voz kechish kuzatiladi. Inson majburiyatlarni rad etishga intiladi, biroq shu bilan birga o‘z imtiyoz va huquqlarini saqlab qolishga harakat qiladi.

14 yoshdan boshlab yoshlarni jamiyatdagi ijtimoiy tabaqalanish va elita ta'limining hammaga ham bir xil emasligi kuchli tashvishga sola boshlaydi. Aynan shu yoshda o'smirlardagi deviant xulq-atvorning barcha omillari birlashadi va salbiy xatti-harakatlar haqiqatga aylanadi. O'smirlarning deviant xulq-atvori psixologiyasi psixiatriya va klinik psixologiya kesishgan nuqtada o'rganiladi. Psixologlar bunday o'zini namoyon qilish usullarini me'yorning chekka holati deb hisoblaydilar va uni tuzatish mumkinligini ta'kidlaydilar. Psixiatr shifokorlar esa deviant xulq-atvorni ruhiy kasallik mezonlariga kiritib, dori vositalari bilan davolash zarur deb hisoblaydilar.

Maktab o'quvchilarida deviant xulq-atvorning shakllanishi murakkab ko'p omilli psixologik jarayon sifatida tavsiflanadi. Ushbu jarayon ijtimoiy, psixologik va pedagogik omillarning o'zaro integratsiyasi natijasida yuzaga kelib, o'quvchining xulq-atvorida ijtimoiy me'yorlardan og'ish holatlarini keltirib chiqarishi bilan izohlanadi.

Birinchi navbatda, oilaviy muhit deviant xulq shakllanishida asosiy ijtimoiy-psixologik omillardan biri hisoblanadi. Oila shaxsning birlamchi ijtimoiylashuv instituti sifatida bolaning shaxsiy va emotsional rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oiladagi emotsional beqarorlik, doimiy nizoli vaziyatlar, ota-onalar tomonidan nazorat va e'tiborning yetishmasligi yoki haddan tashqari avtoritar tarbiya uslubi bola psixikasida barqarorlikning buzilishiga olib kelishi mumkin. Natijada, bunday sharoitda shakllangan shaxsda agressiv reaktsiyalar, ijtimoiy ishonchsizlik hamda moslashuv jarayonining qiyinlashuvi kabi xulqiy og'ishlar namoyon bo'ladi. Tengdoshlar guruhining ta'siri alohida ahamiyatga ega. O'smirlik davrida individning referent guruhga psixologik bog'liqligi kuchayadi va ijtimoiy identifikatsiya jarayoni faollashadi. Guruh ichidagi konformizm, ijtimoiy bosim hamda qabul qilinish ehtiyoji o'quvchini ba'zan ijtimoiy jihatdan nomaqbul xatti-harakatlarga undashi mumkin. Salbiy yo'nalishga ega tengdoshlar guruhi ta'sirida dars qoldirish, intizom buzilishi va boshqa deviant xulq shakllarining shakllanish ehtimoli ortadi.

Individual-psixologik xususiyatlar muhim rol o'ynaydi. Shaxsning temperament tipi, emotsional barqarorlik darajasi, o'z-o'zini baholash ko'rsatkichi hamda frustratsiyaga chidamlilik darajasi deviant xulq shakllanishining ichki determinantlari sifatida ko'riladi. Yuqori darajadagi impulsivlik, emotsional regulyatsiyaning sustligi va past o'z-o'zini baholash ijtimoiy moslashuv jarayonini murakkablashtiruvchi omillar sifatida namoyon bo'ladi. O'smirlardagi deviant xulq-atvor muammolarini hal qilishni ruhiy salomatlik sohasidagi tajriba va bilimga ega mutaxassisga topshirish kerak. Muammoni yashirish uning oqibatlarini yanada kuchaytiradi hamda jamiyatda yashash uchun katta qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi. Maktab va pedagogik muhitning ta'siri e'tiborga olinadi. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlardagi nomutanosiblik, o'quv faoliyatidagi surunkali muvaffaqiyatsizliklar hamda sinf jamoasiga integratsiya jarayonidagi qiyinchiliklar o'quvchida psixologik noqulaylik va ijtimoiy begonalashuv holatini yuzaga keltirishi mumkin. Bu esa o'z navbatida deviant xulq shakllarining paydo bo'lishiga zamin yaratadi.

Shuningdek, psixoemotsional stress va doimiy psixologik bosim ham muhim omil sifatida qaraladi. Uzoq muddatli emotsional zo‘riqish, ichki konfliktlar va ularni konstruktiv tarzda ifoda eta olmaslik shaxsda psixologik disbalansni kuchaytiradi hamda xulq-atvorda ijtimoiy me’yorlardan og‘ish ko‘rinishida namoyon bo‘ladi. Tibbiy tasnifga ko‘ra, anomaliyalarga quyidagi turlar kiradi:

Oiladagi xulq-atvor buzilishlari. Qo‘pol va tajovuzkor harakatlar uy sharoitida sodir bo‘ladi hamda faqat oila a’zolariga ta’sir qiladi. Ota-ona va farzand o‘rtasidagi oddiy kelishmovchilik hali tashxis hisoblanmaydi. Kasallik haqida esa shafqatsizlik, mulkka zarar yetkazish yoki oiladan ketib qolish kabi og‘ir holatlarda gapiriladi.

Ijtimoiylashmagan xulq-atvor buzilishi. Barqaror agressiya o‘z tengdoshlari bilan muloqot qilishdagi qiyinchiliklar bilan birga kuzatiladi.

Maktab o‘quvchilarida deviant xulq-atvorning shakllanishi shaxs rivojlanishining murakkab psixologik jarayoni bo‘lib, u bir nechta ijtimoiy va psixologik omillarning o‘zaro ta’siri natijasida yuzaga keladi. Mazkur holat alohida bir sabab bilan emas, balki ichki psixologik xususiyatlar hamda tashqi muhit o‘rtasidagi nomutanosiblik natijasida shakllanishi bilan tavsiflanadi. Avvalo, oilaviy muhit bolaning shaxs sifatida shakllanishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Oiladagi emotsional beqarorlik, tarbiya jarayonidagi nomutanosib yondashuvlar hamda yetarli darajadagi psixologik qo‘llab-quvvatlashning yo‘qligi bolaning xulq-atvor rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi va uning ijtimoiy moslashuvini qiyinlashtiradi. Shuningdek, o‘smirlik davrida tengdoshlar guruhi ta’siri sezilarli darajada kuchayadi. Referent guruhga moslashish ehtiyoji va ijtimoiy qabul qilinish istagi ba’zan shaxsni ijtimoiy me’yorlardan og‘ishga undashi mumkin. Natijada salbiy yo‘nalishga ega guruhlar ta’sirida deviant xulq shakllari paydo bo‘lish ehtimoli ortadi.

Individual-psixologik xususiyatlar ham bu jarayonda muhim o‘rin egallaydi. Emotsional barqarorligi past, impulsivligi yuqori hamda o‘z-o‘zini baholash darajasi beqaror bo‘lgan shaxslar stressli vaziyatlarga nisbatan zaif bo‘lib, bu holat ularning xulq-atvorida salbiy og‘ishlarga sabab bo‘lishi mumkin. Bundan tashqari, ta’lim muassasasi va pedagogik muhit ham o‘quvchi xulq-atvorining shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. O‘qituvchi va o‘quvchi munosabatlaridagi murakkabliklar, o‘quv jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar hamda sinf jamoasiga moslashuvdagi qiyinchiliklar o‘quvchida psixologik noqulaylik va ijtimoiy begonalashuv holatini kuchaytiradi. Umuman olganda, deviant xulq-atvorning shakllanishi kompleks xarakterga ega bo‘lib, uni bartaraf etishda oila, maktab va psixologik xizmatlar o‘rtasidagi o‘zaro hamkorlikni kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu orqali o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvini ta’minlash va xulq-atvoridagi og‘ishlarning oldini olish mumkin bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. “O‘smirlar va yoshlarning deviant xulq-atvori: shakllari, sabablari, profilaktikasi” / O‘quv-uslubiy qo‘llanma. – Krasnodar, 2020. – 100 bet.[1]
2. Девиантное поведение подростков и молодежи: формы, причины, профилактика – Xagurov T.A., Chepeleva L.M., Ryabchenko N.A., Rakachev V.N.[2]

3. Психология девиантного поведения – Levshunova J.A. “Deviant xulq-atvor psixologiyasi” / O‘quv-uslubiy qo‘llanma. – Krasnoyarsk: Sibir Federal Universiteti, 2013. – 114 bet.[3]
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent.
5. Davletshin M.G. Ta’lim psixologiyasi. – Toshkent.
6. http://journal-web.uz/article/download. [4]

DEVIANT XULQ-ATVORNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI.

Boqiyeva Sabohat Sobitjonovna

Toshkent Xalqaro Moliyaviy boshqaruv va texnologiyalar universiteti 4-bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada deviant xulq-atvorning shakllanishi va namoyon bo‘lishida psixologik hamda ijtimoiy omillarning o‘rni tizimli ravishda tahlil qilingan. Shaxsning ichki dunyosi, o‘zini past baholashi, ehtiyojlarning qondirilmaganligi (Maslou piramidasiga ko‘ra), impulsivlik va oilaviy muhitning salbiy ta’siri deviant xatti-harakatlarni yuzaga keltiruvchi asosiy determinonlar sifatida ko‘rib chiqilgan. Shuningdek, maqolada deviant xulq-atvorning jinoyatchilik, subkulturalar, agressiya hamda zararli moddalarni suiiste’mol qilish kabi yetakchi shakllari keltirilib, ular E. Durkheim, R. Merton, H. Beker va Z. Freydning sotsiologik hamda psixologik nazariyalari prizmasi orqali yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Deviant xulq-atvor, anomiya, tamg‘alash nazariyasi, impulsivlik, ijtimoiy tengsizlik, agressiya, subkultura, oilaviy muhit, motivatsiya, psixologik xavfsizlik.

Deviant xulq-atvorni tushunishda psixologik omillarni o‘rganish ham muhimdir. Shaxsning ichki dunyosi, uning motivatsiyalari, hissiyotlari va ijtimoiy xavotirlari deviant xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin.[1]

Shaxsning o‘ziga bo‘lgan munosabati: O‘zini past baholash, o‘zini o‘zgalar bilan solishtirish va o‘zidan norozi bo‘lish deviant xulq-atvorni yuzaga keltirishi mumkin.

Motivatsiya va ehtiyojlar: Masalan, Maslouning ehtiyojlar piramidasida ehtiyojlar yetarli darajada qondirilmaganida, bu shaxsning deviant xatti-harakatlarga moyilligini oshiradi.

Shaxsiy xususiyatlar: Bunday xususiyatlar orasida impulsivlik, xavotir, depressiya yoki boshqarilmaydigan agresivlik kabi psixologik holatlar muhim rol o‘ynaydi. Masalan, impulsiv yoki yuqori darajadagi xavotirga ega bo‘lgan shaxslar ko‘pincha deviant xatti-harakatlar ko‘rsatishi mumkin, chunki ular o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishda qiynaladi[2].

Oilaviy omillar: Oilaviy sharoitlar, ota-onaning tarbiya uslubi, va oila ichidagi munosabatlar ham deviant xulq-atvorni shakllantirishda katta ta'sirga ega. Ayniqsa, ota-onaning tajovuzkor xatti-harakatlari yoki oiladagi beqarorlik bolalarning psixologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Sotsial o'zgarishlar va stress: Yoshlar o'zlarining shaxsiyatini shakllantirish jarayonida turli ijtimoiy bosimlar va stresslarga duch keladilar. Bu omillar ko'pincha deviant xatti-harakatlarga olib keladi, chunki individlar ijtimoiy me'yorlarga mos kelishda qiyinchiliklarga duch keladi[3].

Emotsional barqarorlik va xavfli moddalar: Yoshlar orasida emotsional barqarorlik yetishmovchiligi yoki psixotrop moddalarni iste'mol qilish ham deviant xatti-harakatlarni kuchaytirishi mumkin. Bu omillar shaxsning o'z-o'zini nazorat qilish qobiliyatini pasaytiradi va xulq-atvorni boshqarishni qiyinlashtiradi.

Deviant xulq-atvorning ijtimoiy sabablari ko'p bo'lib, ular orasida iqtisodiy tengsizlik, ta'lim tizimidagi muammolar, oila va jamiyatdagi o'zgarishlar mavjud.

Kambag'allik va notenglik: Kambag'allik va ijtimoiy notengliklar deviantizmni kuchaytiradi, chunki odamlar imkoniyatlar cheklanganida, o'zlarini boshqacha tutishga intilishadi.

Oilaviy ta'lim va tarbiya: Oilaviy muhitning ta'siri ham deviantizmning rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Oila tarbiyasi va o'zaro munosabatlar deviant xulq-atvorni yuzaga keltirishi mumkin.

Ichki konfliktlar: Shaxsning o'z-o'zini anglashidagi qarama-qarshiliklar, o'ziga bo'lgan ishonchsizlik va past baholash deviant xulq-atvorni keltirib chiqarishi mumkin.

Stress va travmalar: Jismoniy yoki ruhiy travmalar, yoki jiddiy stress xatti-harakatlar orqali, deviantizmga olib kelishi mumkin.

Deviant xulq-atvorning turli shakllari mavjud. Har bir shakl jamiyatda turli ijtimoiy guruhlar, ma'lum davrlar yoki hududlarga xos bo'lishi mumkin. Quyidagi shakllarni ko'rib chiqish mumkin:

1.1 Jinoyat (Kriminalizm). Jinoyat bu deviant xulq-atvorning eng keng tarqalgan shaklidir va qonunga zid bo'lgan har qanday xatti-harakatni o'z ichiga oladi. Jinoyatlar turli xil bo'lishi mumkin, masalan, o'g'irlik, qotillik, jinoyat sodir etish, narkoqarshi huquqbuzarlik va boshqalar.

Ijtimoiy nazariyalar: Jinoyatchilikni tushuntirishda ko'plab nazariyalar mavjud. Durkheimning "anomiya" nazariyasiga ko'ra, jinoyat jamiyatdagi ijtimoiy normalar o'zgarishi yoki yo'qolishi bilan yuzaga keladi. Mertonning "struktural anomiya" nazariyasi esa ijtimoiy tuzilmada ijtimoiy normalarga erishishning adolatsiz usullari jinoyatni kuchaytiradi deb ta'kidlaydi.

1.2 Subkulturaviy deviantizm. Subkulturaviy deviantizm- ijtimoiy guruhlar yoki subkulturalarda namoyon bo'ladigan xulq-atvor. Subkulturaviy deviantizmda guruhlar yoki ijtimoiy guruhlarning o'ziga xos qadriyatlari va qoidalari mavjud bo'lib, ular ijtimoiy normalar bilan to'qnash keladi. Bunga yoshlar orasida uchraydigan subkulturaviy xatti-harakatlar (misol uchun, hip-hop, pank, qattiq subkultura vakillari) kiradi.

Bekerning "labelling" nazariyasi: Hovard Bekerning bu nazariyasiga ko'ra, ijtimoiy guruhlar o'zlarini deviant sifatida ko'rsatib, jamiyatning "normal" belgilariga qarshi kurashishga kirishadilar. Ular bunday subkulturaviy qoidalar orqali jamiyatdagi muayyan normallikni o'zlariga moslashtiradilar.

1.3 Agressiv xulq-atvor. Agressiv xulq-atvor bu boshqa odamlarni jismoniy yoki ruhiy zo'ravonlikka olib keladigan xatti-harakatlardir. Ular jismoniy hujumlar, tahdidlar, xavf-xatarlar, yoki boshqa odamlarni ruhiy jihatdan zo'rlashni o'z ichiga oladi.

Freydning psixoanalitik nazariyasi: Zigmund Freyd agressiyani odamning ichki, qo'zg'ovchi hissiyotlari va instinktlariga (agressiya instinkti) asoslaydi. Agressiya, u tomonidan, insonlarning o'z hissiyotlarini ichkariga yutib qo'yishi yoki stressning natijasi sifatida ko'rsatiladi.

1.4 Alkogol va narkotik moddalarni suiiste'mol qilish. Deviantizmning boshqa bir shakli- bu alkogol va narkotik moddalarni suiiste'mol qilish. Bu holat, xususan, yoshlar orasida tez-tez uchraydi va jamiyatda keng tarqalgan deviantizm shakli sifatida tanilgan.

Dofamin va mukofotlash tizimi: Alkogol yoki narkotiklar, asosan, miyada dofamin chiqishini rag'batlantirib, vaqtinchalik xursandchilikni yaratadi. Ammo, bu ijtimoiy me'yorlarga zid bo'lgan xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin.

1.5 Seksual deviantizm. Seksual deviantizm- bu jamiyatda qabul qilinmagan yoki normativ deb hisoblanmagan jinsiy xatti-harakatlar va orientatsiyalarni o'z ichiga oladi. Bunga, masalan, jinsiy zo'ravonlik, pedofiliya va boshqalar kiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Умаров Б.М. Очиқ ахборот тизимларида ахборот-психологик хавфсизлик. Ўқув қўлланма. Т.: 2013. - 225 б
2. Самаров Р. Ахборот хавфсизлигининг назарий ва методологик асослари. Т.: "Академия", 2010. - 116 б.
3. Доценко Е.Л. Психологические манипуляции. М.: ЧеРо, 1997. - 294с.
4. Дрепа М.И. Психологическая профилактика Интернет –зависимости у студентов. М. 2010. - 156 с.
5. Ёқубова М. Ахборот технологияларнинг фалсафий асослари. Услубий қўлланма. -Т.: Стар Полиграф, 2008. -224 б.
6. Жичкина А.С. Социально-психологические аспекты общения в Интернете. -М.: Дашкол, 2004. -274 с.

O'ZBEK-QIRG'IZ QIZLARINI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNING ETNOPSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Djuxonova Noxida Xayotjonovna

Farg'ona davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasi dotsenti (PhD)

Annotasiya: Ushbu maqolada oila tushunchasi va uning milliy-psixologik nuqtai nazardan o'zbek hamda qirg'iz qizlari tasavvurida ifodalanishi masalalari nazariy jihatdan asoslangan. Shuningdek oilaviy qadriyatlarning etnopsixologik

xususiyatlarini aniqlash maqsadida o‘tkazilgan ijtimoiy-psixologik so‘rovnoma natijalari tahlil qilingan.

***Tayanch iboralar**: Jinsiy va huquqiy etuklik, fiziologik etuklik, oila-nikox munosabatlari, oilada tarbiya, oilaviy qadriyatlar, oilada halollik, oilada munosabat.*

“Ma’lumki, yosh avlod tarbiyasi hamma zamonlarda ham muhim va dolzarb ahamiyatga ega bo‘lib kelgan. Ammo biz yashayotgan XXI asrda bu masala haqiqatan ham hayot-mamot masalasiga aylanib bormoqda", — deb aytib o‘tgan edi Prezidentimiz Sh.Mirziyoev yoshlar tarbiyasiga bag‘ishlangan o‘z ma’ruzasida. Prezidentimiz so‘zini davom ettirar ekan, donishmandlar bisotidan iqtibos keltirib o‘tgan edi. Ya’ni, "Tarbiya qancha mukammal bo‘lsa, xalq shuncha baxtli yashaydi", deydi donishmandlar. Tarbiya mukammal bo‘lishi uchun esa bu masalada bo‘shliq paydo bo‘lishiga mutlaqo yo‘l qo‘yib bo‘lmaydi", — deb e’tiqod, oilaviy qadriyatlarga putur etkazayotgan xavflarni sanab o‘tgan edi.

Respublikamizda ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy jabhalarda amalga oshirilayotgan tub islohotlar jarayonida oila, onalik va bolalikni ijtimoiy muhofaza etish masalalari davlat siyosati darajasiga ko‘tarildi. Davlatimiz konstitutsiyasiga binoan «Onalik va bolalik davlat tomonidan muhofaza qilinadi» (65-modda).

Shu bilan birga davlatimizning oilani axloqiy, ma’naviy-ruhiy barkamolligini mustahkamlash borasida amalga oshirayotgan sa’y-harakatlari ham kun sayin ortib bormoqda. Chunki, shaxs ma’naviyati, uning dunyoqarashi, insonning tasavvuri va e’tiqodiga aloqador ko‘nikmalar majmui asosan oilada shakllanadi. Shu ma’noda, oila-haqiqiy ma’naviyat o‘chog‘i, tarbiya omili, muhitidir. Binobarin, milliy mafkuramizga xos ilk tushunchalar inson qalbi va ongiga avvalo oila muhitida singadi.

Darhaqiqat, oila jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy va xuquqiy rivojlanishiga poydevor bo‘ladigan asosiy ijtimoiy institut hisoblanadi. Oilaning jamiyat ma’naviy hayoti, uning barqarorligidagi o‘rni va nufuzi haqida davlatimiz rahbari SH.Mirziyoev so‘zlagan nutqlarida “Oila men uchun muqaddas. Muqaddasligi shuki avvalambor qaerda ishlashidan qat’iy nazar agar oilada tarbiya, oilada muhit, oilada halollik, munosabat, tarbiyaga alohida e’tibor bermasa, hech qachon natija bo‘lmaydi. SHuning uchun men farzandlarimning tarbiyasiga juda katta e’tibor beraman. Har bir farzandimga ham, nevaramga ham alohida o‘zimning munosabatim bor. Har bir nevaramning alohida xarakterini bilaman, orzusini istagini bilaman”. “Odam baxtliman deyishga qanchalik haqqi bor? Agar oilang bilan sen baxtli bo‘lsang, baxtliman deyishga haqqing bor. Faqat oilam emas, xalqim baxtli bo‘lsa men o‘zimni baxtli deb bilaman”,-deya ta’kidladilar.

Hayot tajribasining ko‘rsatishicha, jamiyatning ravnaqi, gullab yashnashi, farovon hayotning asosiy mezoni axloq-odob hisoblanadi. SHuning uchun ota-bobolarimiz farzand tarbiyasiga, uning ma’naviy kamoliga katta e’tibor berib kelganlar. Mustaqil O‘zbekistonimizda barkamol avlod tarbiyasida jismoniy, aqliy, ma’naviy kabi uch asosiy jihatga e’tibor berilishi dolzarb masala bo‘lib, ijtimoiy jarayonlarning faol kechishida muhim omillardan hisoblanmoqda. Ta’lim-tarbiyada oila va ta’lim muassasalarining o‘rni hamda ta’siri beqiyosdir. Mustaqillik yillarida

ushbu institutlar tizimi va hayotida tub o‘zgarishlar sodir bo‘ldi. Ushbu o‘zgarishlar bugun ta’lim-tarbiya jarayonini yangi davr nuqtai nazaridan tashkil qilishga va barkamol shaxsni tarbiyalab etkazishga undaydi.

1.Ota-onalar tomonidan yoshlar, shu jumladan, qizlarni oilada mustaqil oilaviy hayotga tayyorlash borasidagi nazariy va amaliy bilimlarni o‘rganish imkonini beruvchi manbalarning etarli darajada mavjud emasligi. O‘zbekiston Respublikasi mustaqillik yillarida milliy qadriyatlarni qayta tiklash, o‘tmish meros va unda ilgari surilgan g‘oyalarni o‘rganish, yosh avlodda milliy ma’naviy qadriyatlar hamda milliy madaniy merosni o‘rganishga nisbatan qiziqish va extiyojni qaror toptirish, ularga nisbatan xurmat uyg‘otish, ularni asrash hamda boyitish borasida muayyan mas’ullikni shakllantirishga qaratilgan ijtimoiy harakatning yo‘lga qo‘yilishi natijasida necha ming yillar davomida yaratilgan va oila, uni tashkil etish, oilaviy munosabatlar moxiyati, farzandlar tarbiyasini olib borish masalalari to‘g‘risida fikr yurituvchi asarlarning fors, arab, shuningdek, qadimiy turkiy tillardan tarjima qilinishi, zamondosh pedagog, psixolog va fiziolog olim (mutaxassis)lar tomonidan so‘z yuritilayotgan muammo doirasida tadqiqot ishlarining olib borilishi tufayli ayni vaqtda muayyan manbalar majmuasiga ega bo‘ldik. Biroq ushbu manbalar majmuasi mustaqil oilaviy hayot bo‘sag‘asida turgan yoki o‘smirlik hamda o‘spirinlik yosh davrini o‘z boshlaridan kechirayotgan qizlar xissasiga nisbat bo‘la olmayapti. Bizga ma’lumki, O‘zbekiston Respublikasida istiqomat qiluvchi axoli sonining qariyb 50 foizdan ortig‘i (demak, ushbu ko‘rsatkich umumiy raqamlarda ifoda etilsa, taxminan 15,5 mln. nafar kishiga to‘g‘ri keladi) ni yoshlar tashkil etadi. Respublikaning etakchi kutubxonalarining fondi bilan tanishish oila, uning vujudga kelishi, oilaviy munosabatlar mazmuni, oila xo‘jaligini yuritish, farzandlar tarbiyasini tashkil etish, oilaviy muammolar, oilaviy ajrimlar hamda ularni keltirib chiqaruvchi omillar, ularni bartaraf etish, shuningdek, yoshlarni mustaqil oilaviy hayotga tayyorlash masalalarini yorituvchi adabiyotlar soni taxminan 500 ta (o‘zbek va rus tillarida chop etilgan adabiyotlar) dan oshmasligini ko‘rsatdi. Oddiy matematik hisob-kitob asosida mazkur ko‘rsatkichlar nisbatini topishga harakat qilaylik, ya’ni, 12.500.000-500. Ushbu xolatda nisbat 25.000 ga teng bo‘ladi. Bundan ko‘rinib turibdiki, Respublika kutubxonalarida mavjud bo‘lgan, oila mavzusida yaratilgan adabiyotlarning har biri 25.000 nafar yosh (yigit qiz) ga bittadan to‘g‘ri keladi. Ota-onalarning ijtimoiy mehnat bilan bandligi, oilaviy munosabatlarning ayrim jihatlari xususida ota-onalar hamda farzandlar o‘rtasida erkin muloqotning tashkil etilish imkoniyatining chegaralanganligi, ta’lim muassasalarida oilaviy hayotning barcha qirralari to‘g‘risida ma’lumotlar berish mumkinligi xaqiqatdan yiroq ekanligini xisobga olsak, 25.000 nafar yosh yigit - qizlarning 2 foizigina maxsus adabiyotlar orqali oilaviy hayot, uni tashkil etish, oilaviy munosabatlarning tub moxiyati, ko‘lami samarali yo‘lga qo‘yish, ota - ona hamda farzandlar o‘rtasida samimiy, o‘zaro ishonchga asoslangan munosabatni o‘rnatish, oilaviy muammolarni ortiqcha hissiyotlarsiz, janjallarsiz xal etish, oilaviy ajrimlarning oldini olish shartlari to‘g‘risida ma’lumotlar olish imkoniyatiga ega bo‘lar ekanlar.

2. Ota-onalar tomonidan yoshlar, shu jumladan, qizlarni oilada mustaqil oilaviy hayotga tayyorlash borasidagi nazariy va amaliy bilimlarni o‘rganish

imkonini beruvchi manbalarning etarli darajada mavjud emasligi. O‘zbekiston Respublikasi mustaqillik yillarida milliy qadriyatlarni qayta tiklash, o‘tmish meros va unda ilgari surilgan g‘oyalarni o‘rganish, yosh avlodda milliy ma’naviy qadriyatlar hamda milliy madaniy merosni o‘rganishga nisbatan qiziqish va extiyojni qaror toptirish, ularga nisbatan xurmat uyg‘otish, ularni asrash hamda boyitish borasida muayyan mas’ullikni shakllantirishga qaratilgan ijtimoiy harakatning yo‘lga qo‘yilishi natijasida necha ming yillar davomida yaratilgan va oila, uni tashkil etish, oilaviy munosabatlar moxiyati, farzandlar tarbiyasini olib borish masalalari to‘g‘risida fikr yurituvchi asarlarning fors, arab, shuningdek, qadimiy turkiy tillardan tarjima qilinishi, zamondosh pedagog, psixolog va fiziolog olim (mutaxassis)lar tomonidan so‘z yuritilayotgan muammo doirasida tadqiqot ishlarining olib borilishi tufayli ayni vaqtda muayyan manbalar majmuasiga ega bo‘ldik. Biroq ushbu manbalar majmuasi mustaqil oilaviy hayot bo‘sag‘asida turgan yoki o‘smirlik hamda o‘spirinlik yosh davrini o‘z boshlaridan kechirayotgan qizlar xissasiga nisbat bo‘la olmayapti. Oldindan qiz bolaning yurish–turishi, ovqatlangani mehmonga choy uzatishi, birovlar bilan salomlashgani, kulishi, gapirishi, kuzatuvda bo‘lgan. CHunki ko‘pchilik kelin qilish niyatida ham qizlarni kuzatishgan. Bunday kuzatuvlar qizlarni kelajakda yaxshi ona bo‘lishiga zamin yaratilgan. Qiz bolaga yana ko‘p bo‘yanish ham tavsiya etilmagan, chunki tabiat unga bor go‘zalligini in’om etgan. Vaqtli bo‘yanish qizni tez qaritadi, yuzga tez ajin tushiradi deydi qirg‘iz momolari. Qiz bola tarbiyasi juda murakkab va nozik ishdir. Bunda onadan juda ko‘p sayi harakatni, sabr toqatni, bilimlilikni talab qiladi. “Onasini ko‘rib qizini ol” degan maqol bejizga aytilmagan. Qiz bolaga tarbiya berilsa, o‘zga uyda ham onasini uyaltirmaydi. Bugungi kunga kelib, qirg‘iz oilasida ham ijobiy o‘zgarishlar bilan bir paytda ayrim salbiy hodisalar miqdori ortib bormoqda. Bunday salbiy hodisalar qatoriga oilaviy munosabatlarning buzilishi, ularda ajralish sonining ortib borishi hamda noto‘liq oilalarning ko‘payishi kabi muammolarni ko‘rsatish mumkin. Hozirgi davrda ayollarning ish haqi erkaklarnikidan kam emasligi, hatto ba’zi hollarda ko‘pligi natijasida xotin erga nisbatan moddiy jihatdan tobe bo‘lmay qoldi. SHu sababli xotinning ma’naviy, shaxsiy, aqliy, iqtisodiy ham jismoniy ehtiyojlari qondirilmasa, oilaviy turmush osonlikcha ajralish bilan tugashi mumkinligi kuzatilmoqda.

Adabiyotlarda yozilishicha, qirg‘iz oilasining tipik xususiyatlari jumlasiga ko‘p pog‘onalilik (bir necha avlod vakillarining birga yashashi), unda erkaklar mavqeining ustunligi, qizlarning esa olib qochilishi, serfarzandlik sifatlarini kiritish mumkin.

Umuman olganda qirg‘iz oilasiga xos ijtimoiy, psixologik xususiyatlar quyidagilardan iborat:

1. Qirg‘iz xalqida yoshlarni barvaqt uylantirish va turmushga uzatish, nikohgacha tanishuv muddatining qisqaligi uning milliy xususiyatlari yaqqol namunasidir.

2. Qirg‘iz yoshlarining oila qurishida do‘stlari va o‘rtoqlari maslahatiga suyanishi, erkin qalliq tanlash, ota-ona va qarindoshlar ta’sirining kamligi zamonaviy qirg‘iz oilasining o‘ziga xos etnopsixologik xususiyatlaridan hisoblanadi.

3. Qirg‘iz oilasining etnopsixologik xususiyatlaridan biri — bu qirg‘iz qizlarining roziligi bilan yoki roziligisiz yigitlar tomonidan olib qochilishi va ayrim holatlarda olib qochilgan qizning uyga qaytish imkoniyatining mavjudligidir.

4. Qirg‘iz oilasining milliy-psixologik xususiyatini aks ettiruvchi holatlardan yana biri — bu oilaning ko‘proq sevgi-muhabbat motivi asosiga qurilishidir.

5. Hozirgi davrga kelib, qirg‘iz qizlarining yigitlar tomonidan barvaqt olib qochilishi kuzatilmoqda. Bunday voqelik esa oila-nikoh munosabatlarida qator muammolarni keltirib chiqarmoqda, ya’ni qirg‘iz oilasida nikohgacha tanishganlik davrining qisqaligi tufayli bo‘lajak qayliqlar bir-birlari haqida to‘liq tasavvurga ega bo‘lishga ulgurmayaptilar.

6. Qirg‘iz oilasining o‘zga millat (o‘zbek, tojik, rus) oilalaridan farq qiluvchi o‘ziga xos etnopsixologik xususiyatlaridan biri — bu oilaning yuzaga kelishida yaqin do‘stlari, o‘rtoqlari maslahati hamda yordamiga tayanish hodisasidir. Bunda qirg‘iz yoshlarining bir-birlari bilan o‘zaro tanishuvlarida hamda qizlarning yigitlar tomonidan olib qochilishida yaqin do‘stlar yordami, maslahati muhim ahamiyat kasb etadi.

7. Qirg‘izlarda ham oilaviy qadriyatini belgilovchi asosiy omillardan ular oilasida qizlarning mavjudligidir. Bu omil qirg‘izlarning boshqa millat (o‘zbek, tojik) oilalari kabi bolajon xalq ekanligidan dalolat beradi va bu ko‘rsatkich qirg‘iz oilasining etnopsixologik xususiyatini o‘zida gavdalantiradi.

Endi shu xususiyatlarning bugungi kun yoshlarida ko‘rib chiqaylik. O‘zbeklarda 12-13 yoshlarida jinsiy (fiziologik) etuklikka erishadilar, qirg‘izlarda esa 14-15 yoshlarda jinsiy (fiziologik) etuklikga erishadilar. Biroq ular biror - bir kasb-hunar egasi bo‘lib, mustaqil ishlab o‘zini va oilasini iqtisodiy jihatdan ta’minlay oladigan bo‘lishi uchun avvalo maktabni bitirishi, yoki 9 yil maktabda, 3 yil kollej yoki litseyda o‘qishi zarur bo‘ladi.

Ushbu tadqiqotdan kelib chiqib biz o‘z oldimizga o‘zbek va qirg‘iz oilalaridagi voyaga etgan o‘g‘il va qizlarda o‘z tadqiqotimizni oldik. Jami sinaluvchilar soni 50 nafarni tashkil etdi. Ularning yoshi esa 18-22 yoshlarni tashkil etadi. Ularga biz qo‘yidagi savol bilan murojiat qildik.

№	1 savol		2-savol		3-savol		4-savol		5-savol	
millat	O‘	Q	O‘	Q	O‘	Q	O‘	Q	O‘	Q
A	10	14	2	4	10	8	10	9	10	5
B	10	8	3	9	1	2	10	10	12	14
V	5	3	20	12	14	15	5	6	3	6

Yuqoridagi jadvaldan shuni aniqlab oldikki “Oilaning mustahkamligida shaxs etukligining qaysi biri muhim?” deb bergan savolimizaga o‘zbek oilalaridagi voyaga etgan farzanlarning 40%, qirg‘iz oilalarining farzandlari 56% “jinsiy vaxuquqiy etuklik” haqidagi javobni berishdi. Bundan ko‘rinib turibdiki, qirg‘iz oilalarida jinsiy tayyorgarlik erta boshlanishini aniqlandi.

Yoshlarningnikoh mustahkamligi borasidagi fikrlarini tahlil qiladigan bo‘lsak, oila mustahkamligini qizlar ma’naviy, axloqiy va psixologik etuklik bilanyigitlar esa jinsiy vahuquqiy etuklik hamda kasb-hunar, ijtimoiy-iqtisodiy etuklik bilan bog‘lashdi. O‘zbek oilalarining 10 nafar ya’n 22 % farzandlari, qirg‘iz oilasining 8 nafar ya’ni 17 % farzandalari “kasb-hunar, ijtimoiy-iqtisodiy etuklik” degan variantni tanladilar.

Turmush qurishdagi yoshni o‘zbek va qirg‘iz farzandlari eng maqbul yosh sifatida 18, 19, 20 yoshlarni, yigitlarning aksariyati 21-22 yoshni tanlashdi.

Oila qurishdagi muhim omil sifatida har ikkala jins vakillari fikrlarining yakdilligini sevgi bilan va sovchilar bilan bog‘lashlarida ko‘rishimiz mumkin. Lekin yigitlarimiz orasida oz bo‘lsada moddiy manfaatdorlikni ustun qo‘yib oila qurishni xohlovchilar borligi bizni ajablantirdi. Qirg‘iz oilalarida esa o‘zbeklarga nisbatan moddiy manfiatdorlik past ekanligini aniqlab oldik.

Oilaviy hayot psixologiyasi borasida yoshlarimizda qanday bilimlar etishmaydi degan savolga respondentlarning ya’ni o‘zbek farzandlarining 10 nafari qirg‘iz oilasidagi farzanlarning 9 nafari jinsiy hayot psixologiyasi haqidagi bilimlar deb javob qaytarishdi.

Haqiqatan ham biz yoshlar o‘rtasida jinsiy hayot bilan bog‘liq tarbiyani keng yo‘lga qo‘yishimiz lozim, chunki bugungi kunda aksariyat oilalardagi kelishmovchiliklar aynan shu borada yoshlarimizning oz ilmiy bilimga ega ekanligidan kelib chiqmoqda.

Yoshlarning oila qurishlariga qadar bir-birlarini tanish muddati bilan bog‘liq fikrlarida yigit va qizlar yarim-bir yil muddatni avzal ko‘rishdi. Lekin yoshlar orasida tanish muddatiga qarshi bo‘lganlar 40 foizni tashkil qildi. Qirg‘iz oilasidagi farzandlar esa ushbu berilgan savolga bir yil emas aksincha ularning urf-odatlari bo‘yicha ularni yoshligidan unashtirib qo‘yishliklarini va ular voyaga etguncha belgilangan miqdorda qalin pulini berib borishliklarini aniqlab oldik.

Xulosa qilib shuni aytish joizki, tadqiqotimiz davomida o‘zbek-qirg‘iz oilalarida ba’zi bir ko‘rinishlarning bog‘liqligi va ba’zi bir urf-odatlarning katta farqini ko‘rib o‘tdik. Tadqiqot davomida ya’na shuni guvohi bo‘ldikki o‘zbek yoshlariga nisbatan qirg‘iz yoshlarida nikohga etuklilik darajasi yuqori ekanligi ularda yoshlar o‘rtasida ajrimlarning sonini ayrim hollarda ularni yoshlarni oilaviy hayotga tayyolashda ko‘proq milliy urf-odatlarga tayanishlari lozimligini guvohi bo‘ldik.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Джухонова Н. Х., Иброхимов Д. ЭТНОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК-СТУДЕНТОК К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ //Scientific progress. – 2021. – Т. 2. – №. 4. – С. 829-835..

2. Джухонова Н. Х., Мамажонова Ш. МАҲАЛЛА-ҚИЗЛАРНИ ОИЛАВИЙ ҲАЁТГА ТАЙЁРЛАШНИНГ МУҲИМ ОМИЛИ СИФАТИДА //ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ. – 2021. – Т. 4. – №. 7.

3. Djuhonova N. PREPARING STUDENTS FOR FAMILY LIFE AS A PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL PROBLEM //Психологическое

здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. – 2020. – С. 68-71.

4. Laura A. THE MAIN APPROACHES TO THE STUDY OF THE DIFFICULT LIFE SITUATION IN SOCIO-PSYCHOLOGICAL RESEARCH //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. – 2019. – Т. 7. – №. 12.

DISFUNKSIONAL OILALARDA QO‘LLAB-QUVVATLASH TIZIMLARI: MAKTAB, MAHALLA VA PSIXOLOGIK XIZMATLARNING ROLI

Eshmatova Marjona Kamol qizi

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Psixologiya ta’lim yo‘nalishi 2-bosqich talabasi

Annotatsiya:

Ushbu maqolada disfunksional oilalarda bolalar rivojiga ta’sir etuvchi omillar va bunday oilalarni qo‘llab-quvvatlashda maktab, mahalla hamda psixologik xizmatlarning o‘zaro hamkorlikdagi roli yoritiladi. Mavjud tizimlarning erta aniqlash, profilaktika va reabilitatsiya jarayonidagi samaradorligi tahlil qilinib, integratsiyalashgan yondashuvning afzalliklari ko‘rsatib o‘tiladi.

Kalit so‘zlar:*disfunksional oila, qo‘llab-quvvatlash tizimi, maktab, mahalla, psixologik xizmat, profilaktika, reabilitatsiya, bolalar rivoji.*

Аннотация:В статье рассматриваются факторы, влияющие на развитие детей в неблагополучных семьях, и роль школ, местных сообществ и психологических служб в поддержке таких семей. Анализируется эффективность существующих систем раннего выявления, профилактики и реабилитации, а также подчеркиваются преимущества комплексного подхода.

Ключевые слова*:неблагополучная семья, система поддержки, школа, местное сообщество, психологические службы, профилактика, реабилитация, развитие ребенка.*

Abstract: This article examines the factors influencing the development of children in dysfunctional families and the role of schools, neighborhoods, and psychological services in supporting such families. The effectiveness of existing systems in early detection, prevention, and rehabilitation is analyzed, and the advantages of an integrated approach are highlighted.

Keywords:*dysfunctional family, support system, school, neighborhood, psychological services, prevention, rehabilitation, child development.*

Oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo‘lib, unda shaxsning emotsional, ijtimoiy va axloqiy rivojlanishi shakllanadi. Shu bois oiladagi psixologik muhitning barqarorligi bola hayotining asosiy mezonlaridan biridir.

Biroq amaliyot shuni ko‘rsatadiki, ayrim oilalarda konfliktlar, zo‘ravonlik, e’tiborsizlik, iqtisodiy qiyinchiliklar, ruhiy kasalliklar yoki ota-onalarning salbiy xulq-atvori oqibatida disfunksional holatlar yuzaga keladi. Bunday oilalarda ulg‘ayayotgan bolalar ko‘pincha emotsional beqarorlik, o‘qishdagi qiyinchiliklar, yuqori tashvish, tajovuzkorlik, o‘ziga past baho kabi muammolarga duch keladi.

Disfunksional oilalar fenomeni turli ilmiy tadqiqotlarda keng o‘rganilgan. Xususan, amerikalik psixolog M.Bowen “Oilaviy tizimlar nazariyasi”da oilani yagona tizim sifatida ko‘rib, undagi har qanday buzilish butun tizimga ta’sir qilishini ta’kidlaydi. Shuningdek, S.Minuchin (strukturaviy oilaviy terapiya nazariyasi asoschisi) disfunksional oilalarda rollar chegarasining buzilishi, aloqa tizimining nosog‘lom shakllanishi va avtoritar yoki beparvo tarbiya uslublarining ko‘plab muammolarga sabab bo‘lishini uqtiradi. [7] O‘zbekiston sharoitida esa oilaning muhim qismi mahalla bilan chambarchas bog‘liq bo‘lgani sababli, qo‘llab-quvvatlashning ijtimoiy jihatlari ham alohida ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, ushbu maqola maktab, mahalla va psixologik xizmatlarning disfunksional oilalarni aniqlash, ularga yordam ko‘rsatish va profilaktika olib borishdagi rolini chuqur tahlil qiladi.

Disfunksional oilalarning psixologik xususiyatlari haqida so‘z borganda disfunksional oilalarni o‘rganishda ijtimoiy-psixologik omillar alohida ahamiyatga ega. J.Bowlby va M.Ainsworth tomonidan ishlab chiqilgan “Bog‘lanish nazariyasi”ga ko‘ra, bola o‘zini xavfsiz his qilmagan oilada beqaror yoki ambivalent bog‘lanish shakllanadi. Bu esa bolaning kelgusi munosabatlarida ishonchsizlik, tashvish, ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklariga sabab bo‘ladi.

Disfunksional oilalarda odatda quyidagi belgilar kuzatiladi:

1. Emotsional beqarorlik

Ota-onaning tez-tez janjallashuvi, tajovuz, zo‘ravonlik yoki sovuq munosabat bolada tashvish va qo‘rquvni kuchaytiradi.

2. Kommunikatsiya buzilishlari

Minuchinga ko‘ra, bunday oilalarda “chalkash chegaralar” mavjud bo‘lib, bu ota-onaning bolaga haddan tashqari aralashuvi yoki mutlaq beparvoligi bilan namoyon bo‘ladi.

3. Ota-onalarning disfunktsiyasi

Spirtli ichimlik va giyohvandlik,

Ruhiy kasalliklar,

Haddan tashqari jazolash,

Qattiq nazorat yoki mutlaq e’tiborsizlik.

4. Iqtisodiy va ijtimoiy stress

J.Garbarino tadqiqotlarida ko‘rsatilishicha, iqtisodiy qiyinchilik oilaviy stressni kuchaytiradi va tarbiya sifatiga salbiy ta’sir qiladi.

Bu omillarni aniqlash va bartaraf etish uchun tizimli yondashuv zarurligi ko‘plab olimlar tomonidan ta’kidlab kelinadi.

Maktabning qo‘llab-quvvatlash tizimidagi o‘rni – juda katta ahamiyat berishimiz lozim bo’lgan tizim hisoblanadi. Maktab - bolalar bilan eng ko‘p vaqt o‘tadigan va ularning psixologik holatini doimiy kuzatib boradigan muhim

muassasa. Shu sababli disfunksional oilalardan chiqqan bolalarni eng erta aniqlovchi tizim ham aynan maktabdir.

1. Kuzatuv va diagnostika

Maktab psixologlari tomonidan:
temperament;
emotsional barqarorlik;
o‘qishga motivatsiya;
ijtimoiy moslashuv;
xulq-atvor buzilishlari kabi omillar muntazam o‘rganiladi.

2. O‘qituvchining roli

O‘qituvchi bolaning kundalik holatidagi o‘zgarishlarni birinchi bo‘lib sezadi:
– darsga e’tiborsizlik,
– izolyatsiya,
– tajovuzkorlik,
– haddan tashqari injiqlik.

3. Maktab psixologik xizmatlari

Bowen va Minuchin nazariyasiga asoslangan oilaviy maslahatlar, bolalar bilan individual suhbatlar, guruhiy treninglar ijobiy natija beradi. [2]

4. Ota-onalar bilan ishlash

Maktabning eng muhim vazifalaridan biri – ota-onaga psixologik madad berish, pedagogik treninglar, maslahatlar va seminarlar tashkil etishdir.Ota-ona qanchalik farzandga e’tibor qaratsa, farzand tarbiyasi shunchalik yaxshilanadi.

Mahalla institutining ahamiyati. O‘zbekiston ijtimoiy tizimida mahalla oilaviy muammolarni aniqlash va hal qilish bo‘yicha eng ta’sirchan mahalliy institut hisoblanadi.

1. Oilaning ijtimoiy holatini monitoring qilish

Mahalla yetakchilari, xotin-qizlar faollari, profilaktika inspektorlari oilaning:
iqtisodiy holati,
tarbiya sharoiti,
ijtimoiy aloqalari
kabi jihatlarini chuqur o‘rganadi.

2. Erta aralashuv – Ko‘plab ijtimoiy muammolar aynan mahalla darajasida erta aniqlansa, oilaning disfunksional holatga tushib qolishi oldini olish mumkin.

3. Yordam mexanizmlari

– moddiy yordam;
– psixologik tavsiyalar;
– ijtimoiy yordamchi xizmatlar;
– mahalla yig‘inlarida tushuntirish ishlari.

4. Mahalla–maktab hamkorligi-bu ikki tizim birgalikda bola holatini monitoring qilib borishi natijani kuchaytiradi.

Psixologik xizmatlarning o‘rni.

Psixologik xizmatlar oilaviy muammolarni bartaraf etishning asosiy professional bo‘g‘ini hisoblanadi. N.Akerman, V.Satir, K.Rodgers kabi psixologlarning ishlari oilaviy terapiyada asosiy manba bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abduqodirov A. Pedagogik psixologiya. Toshkent: Fan nashriyoti, 2018.
2. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice. New York: Jason Aronson, 1978.
3. Jabborov R. Ijtimoiy pedagogika asoslari. Toshkent: TDPU nashriyoti, 2017.
4. Mahalla va oila ilmiy-amaliy tadqiqotlar instituti materiallari, metodik qo‘llanmalar (turli yillar).
5. Minuchin, S. Families and Family Therapy. Harvard University Press, 1974.
6. Minuchin S., & Fishman C. Family Therapy Techniques. Harvard University Press, 1981.
7. Qo‘shoqov M. Oilada muomala madaniyati. Toshkent: Yangi asr avlodi, 2015.
8. Satir V. Conjoint Family Therapy. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books, 1964.
9. Sobirova N. Oilada bolalar tarbiyasi va psixologiyasi. Toshkent, 2020.
10. Yo‘ldoshev J. Oila psixologiyasi. Toshkent: O‘zbekiston Milliy nashriyoti, 2019.

“O’SMIRLAR ORASIDAGI ZO’RAVONLIK VA ULARNI OLDINI OLISHGA QARATILGAN CHORA- TADBIRLAR”

Klicheva Laziza Ibragimovna

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya yo’nalishi 1-kurs talabasi. Email: ibragimovnalaziza07@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu tezisda hozirgi kunda o‘smirlar orasida uchrayotgan zo‘ravonlikning asosiy sabablarini hamda uni bartaraf etishga qaratilgan chora-tadbirlar yoritiladi. Jumladan, o‘smirlarda kuzatilayotgan jizzakilik, jahldorlik, yolg‘onchilik va ruhiy holatdagi buzilishlar kabi omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, mazkur ishda o‘smirlar o‘rtasida sodir etilayotgan bunday huquqbuzarliklarning kelib chiqish sabablari hamda ularni kamaytirishga qaratilgan choralar samaradorligi o‘rganiladi.

Kalit so‘zlar: *o‘smirlar, zo‘ravonlik, profilaktika, oilaviy muhit, sabab va oqibat, chora-tadbirlar.*

Abstract: This thesis aims to highlight the main causes of violence among adolescents and the measures to prevent it. Currently, factors such as impulsiveness, aggression, deceit, and mental health issues among adolescents can be identified as contributing causes. This study is aimed at understanding the reasons behind such offenses among adolescents and evaluating the effectiveness of measures to reduce them.

O’smirlik davri inson hayotidagi hal qiluvchi davr bo'lib, tashqi ko'rinish va xulq-atvorda aniq o'zgarishlar bilan tavsiflanadi. Binobarin, inqiroz momenti rivojlanishning ushbu bosqichida o'ziga xos tarzda namoyon bo'lishi kutiladi. Organizmning tez o'sishi va fiziologik qayta tashkil etilishi davrida ko'pchilik o'smirlar tashvishga duch kelishadi, qo'zg'aluvchanlik kuchayadi va o'z-o'zini hurmat qilish pasayadi. Bundan tashqari, ushbu rivojlanish bosqichining o'ziga xos

xususiyatlariga tez-tez kayfiyat o'zgarishi, hissiy o'zgaruvchanlik va shodlik va tushkunlik o'rtasidagi keskin o'tishlarni boshdan kechiradigan o'smirlar kiradi. Yaqinlariga nisbatan o'jar xatti-harakatlardan keyin o'z-o'zidan norozilik hissi paydo bo'ladi. Ushbu bosqichda o'smirlarning o'z-o'zini idrok etishida sezilarli o'zgarishlar kuzatiladi, chunki ular tezroq balog'atga yetish va boshqalar tomonidan kattaroq deb hisoblanishga intilishlari bilan azoblanadi. Bu turdagi jinoyatlarning sabablarini o'rganishda hozirda turli tadqiqotlar olib borilmoqda va ularga bir qancha misollar keltiriladi. Jinoyatning qanday turi bo'lmasin, undan qolgan salbiy oqibatlar zo'ravonlarda ham, jabrlanuvchilarda ham aks etadi. Bu kabi oqibatlar bir qancha boshqa oqibatlarni ham keltirib chiqaradi va vaqtinchalik, og'ir yoki butun umr qolib ketishiga sabab bo'ladi. Bunday holatlarga duch kelishning oldini olish maqsadida, avvalo, uydagi muhit, ota-onaning bolasiga nisbatan bo'layotgan munosabatini, maktab va boshqa oliy ta'lim muassasalarida bolaning o'zini tutishini, atrofdagilarning unga bo'lgan munosabatini o'rganish eng muhim qadamlardan biri hisoblanadi. Muammo aniqlangan taqdirda ham soha mutaxassislari bilan birgalikda uning oldini qanday olishni, boshqa salbiy oqibatlarni keltirib chiqarmasligini, bolaga ruhiy sog'lomlikni qaytarish kabi qator vazifalar yuklanadi. Muassasalarda profilaktika ishlarini olib borish, zo'ravonlikka duch kelganda qanday munosabat bildirish va yo'l tutish kerak ekanligini o'rgatish va bu kabi ma'lumotlarni berish jinoyatlarning qisqa bo'lsa-da kamayishiga yordam beradi.

O'smirlik davrida boshdan kechirilgan stress ko'plab organlar va tizimlarning faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, natijada charchoqning kuchayishi, immunitetning pasayishi, tana vaznining o'zgarishi va kasalliklarning ko'payishi kabi murakkab biokimyoviy va fiziologik buzilishlar paydo bo'ladi. Ushbu davrda o'smirlar tez-tez sezilarli charchoq, bosh og'rig'i, nafas olish qiyinlashuvi, yurak og'rig'i, mushaklarning kuchlanishi va oshqozon-ichak traktida noqulayliklarga duch kelishadi. Shu bilan birga, biz doimiy ravishda tan olishimiz kerakki, stressning hissiy ifodalari xavflidir, chunki ular ongning ko'p qirralariga, hissiy holatga ta'sir qiladi va pessimistik talqinni beradi. Stressga uzoq vaqt ta'sir qilish o'smirda qayg'u, sabrsizlik, tajovuzkorlik, dushmanlik va hissiy buzilishlarni rivojlanish ehtimolini oshiradi. Stressli vaziyatlarning sub'ektiv va ob'ektiv sabablari titroq qo'llar, titroq ovoz, nafas olish tezligining o'zgarishi, nutq funktsiyalarining pasayishi va hissiy reaksiyalarning pasayishi bilan tasdiqlanadi.[1;110-111]. O'smirlarning 50% dan ortig'i stressli vaziyatlarda ishonchsiz xulq-atvorni namoyon qiladi va hayotning o'zgarishi, atrof-muhit o'zgarishi va turmush tarzi o'zgarishiga moslashish uchun kurashadi. Ular muammoni samarali hal qila olmaydi, faoliyat va harakatlarni tezkor rejalashtirish, harakatlar dasturini shakllantirish, muhim shartlarni ta'kidlash, erishilgan natijalar va maqsadlar o'rtasidagi nomutanosiblikni baholash va zarur tuzatishlarni amalga oshirishga qodir emas. O'smirlar orasidagi zo'ravonlikning kuchayishi har xil sabablardan kelib chiqadi. Bularga misol qilib bolaning boshqalar ustidan hukmronlik yoki nazorat qilish istagining kuchayishi, oilada kamsitilish tufayli boshqalarga nisbatan nafratning uyg'onishi, hamdardlik, qullab–quvvatlashning yo'qligi, o'ziga bo'lgan ishonchsizlik, bolada yetarli darajada oilasi tomonidan berilgan tushunishlik hissi yo'qligi kabi muammolardan paydo bo'ladi.

Norvegiyada o‘tkazilgan tadqiqotlar natijasiga ko‘ra, dastur joriy etilgach, ta’lim muassasalaridagi zo‘ravonlik holatlari 30% dan 50% gacha sezilarli darajada kamaygan. Mazkur dastur nafaqat bullingni jilovlash, balki o‘quvchilar o‘rtasidagi o‘g‘rilik, bezorilik va asossiz dars qoldirish kabi deviant xulq-atvor ko‘rinishlarini ham pasaytirishga xizmat qilgan. Hozirgi kunda “Olweus Bullying Questionnaire” so‘rovnomasi va uning metodologik yondashuvi butun dunyoda bullingga qarshi kurashning oltin standarti sifatida e’tirof etilmoqda.[2]

O`smirlar o’rtoqlari orasida qabul qilinishi muhim ahamiyat kasb etadi. Bu kabi holatlar ko’pincha raqobatga va ayrim hollarda zo’ravonlik holatlarini keltirib chiqaradi. Ijtimoiy muhit, atrofdagilarning, o’qituvchilarning munosabati o’smirlarda salbiy yoki ijobiy xulq-atvorning, hissiyotlarning shakllanishiga sabab bo’ladi. Salbiy xulq-atvorning shakllanishi jamiyat bilan aloqa o’rnatishda qiyinchiliklar tug’diradi. O’smirlik davrida hissiy o’zgarishlar tez-tez sodir bo`ladi va o`zini-o`zi boshqarish qobiliyati pasayadi. Empatiyaning pasligi esa boshqalarni tushunmaslikka va ularning fikrini e’tiborsiz qoldirishga olib keladi. Barcha bolalar o‘z hayotidagi har qanday inson — xoh u ota-ona, o‘qituvchi, do‘st, sevgan insoni yoki notanish kimsa bo‘lsin — ular tomonidan yetkaziladigan zo‘ravonlikdan himoyalanish huquqiga ega. Bolalar duch keladigan zo‘ravonlikning barcha shakllari, harakatning xarakteri yoki og‘irlik darajasidan qat’i nazar, zararli hisoblanadi. Zo‘ravonlik keltirib chiqaradigan keraksiz azob va og‘riqdan tashqari, u bolalarning o‘z qadr-qimmatini his qilishiga putur yetkazadi va rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi. Shunga qaramay, bolalarga nisbatan zo‘ravonlik ko‘pincha zaruriyat yoki muqarrar holat sifatida oqlanadi. Aybdorlarning yaqinligi sababli bunga ko‘z yumilishi yoki oqibatlari ahamiyatsiz deb hisoblanishi mumkin. Sharmandalik yoki o‘ch olishdan qo‘rqish hissi tufayli zo‘ravonlik haqidagi xotiralar yashirilishi yoki xabar qilinmasligi mumkin. Aybdorlarning jazosiz qolishi va zo‘ravonlikka uzoq vaqt duchor bo‘lish qurbonlarda bu holatni normal deb qabul qilish tushunchasini shakllantirishi mumkin. Shu tariqa, zo‘ravonlik niqoblanadi, bu esa uning oldini olish va unga chek qo‘yishni qiyinlashtiradi.

O‘smirlik davri shaxsning jismoniy, psixologik va ijtimoiy jihatdan shakllanish bosqichi bo‘lib, aynan shu davrda zo‘ravonlikka duch kelish yoki zo‘ravon xatti-harakatlarga moyillik kuchayishi mumkin. O‘zbekistonda so‘nggi yillarda bolalar va o‘smirlar o‘rtasida zo‘ravonlik holatlari bo‘yicha rasmiy statistik ma’lumotlar muammoning dolzarbligini ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, oilaviy zo‘ravonlik, maktab muhitidagi psixologik bosim, hamda kiberzo‘ravonlik o‘smirlar ruhiy salomatligiga jiddiy salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda.[3;67-75].

UNICEF ma’lumotiga ko‘ra, O‘zbekistonda 1–14 yoshdagi bolalarning deyarli ikki nafaridan biriga yaqin (taxminan 2/3) ma’lum muddatlarda zo‘ravonlik qo‘llanilgan holatlar qayd etilgan. Shu bilan birga maktablarda tahqirlash ham keng tarqalgan — bir qancha so‘rovlar bir oy ichida 1/4 bolaga taalluqli ekanligini ko‘rsatadi. Global miqyosda UNICEFning 2024-yilgi hisob-kitoblariga ko‘ra, dunyoda 18 yoshgacha bo‘lgan qizlar va ayollarning taxminan 1/8 qismi jinsiy zo‘ravonlik yoki zo‘rlashning qurboni bo‘lgan; agar no-kontakt shakllar ham kiritilsa, bu nisbat 1/5 ga yetadi.[4].

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Inoyatov S., va boshqalar. O'smirlar psixologiyasi va xulq-atvori. – Toshkent: Fan nashriyoti, 2022.
2. Olweus D. Bullying at School: What We Know and What We Can Do. – Oxford: Blackwell Publishing, 1993.
3. Karimova G. Ijtimoiy muammolar va yoshlar tarbiyasi. – Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti, 2021.
4. UNICEF. Bolalarga nisbatan zo'ravonlik bo'yicha global hisobot. – New York: UNICEF, 2024.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR HULQIDA ANTIKTIV HULQ ATVOR KELIB CHIQINSHING ISHTIMOIY PSIXOLOGIK SABABLARI

Abdullajonova Firdavsa

Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti Psixologiya yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Ergashev Jo'rabek Xalilovich

Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti "Ijtimoiy fanlar" kafedrasi stajyor o'qituvchisi

Annotatsiya. Bu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalar hulqida antisotsial xulq-atvorning paydo bo'lishining ijtimoiy-psixologik sabablari atroflicha tahlil qilinadi. Tadqiqot oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabatlar va tarbiyaviy uslublarning bolalar xulq-atvoriga ta'sirini o'rganadi. Maqolada ushbu yoshdagi bolalarda salbiy xulq-atvor shakllanishiga olib keladigan asosiy omillar aniqlanadi. Shuningdek, profilaktika va korreksiya bo'yicha amaliy tavsiyalar beriladi. Ushbu tadqiqot bolalar psixologiyasi va pedagogikasi sohasidagi mutaxassislar uchun muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: *Maktabgacha yosh, Antisotsial xulq-atvor, Ijtimoiy psixologiya, Bolalar xulqi, Oila muhiti, Tarbiyaviy uslublar, Deviant xulq-atvor, Profilaktika*

Abstract. This article thoroughly analyzes the social-psychological causes of the emergence of antisocial behavior in preschool children. The research investigates the impact of family environment, peer relationships, and parenting styles on children's behavior. The paper identifies key factors contributing to the formation of negative behaviors in children of this age group. Furthermore, practical recommendations for prevention and correction are provided. This study holds significant importance for specialists in child psychology and pedagogy.

Keywords: *Preschool age, Antisocial behavior, Social psychology, Child behavior, Family environment, Parenting styles, Deviant behavior, Prevention*

Kirish. Maktabgacha yosh davri inson shaxsiyatining shakllanishi, ijtimoiy ko'nikmalarning rivojlanishi va xulq-atvor me'yorlarining o'zlashtirilishi uchun fundamental ahamiyatga ega. Ushbu davrda bolalarda kuzatiladigan xulq-atvor muammolari, xususan, antisosial xulq-atvorning dastlabki belgilari kelajakdagi

ijtimoiy moslashuv va psixologik salomatlikka jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Zamonaviy jamiyatda, turli ijtimoiy-iqtisodiy va psixologik omillar ta'sirida, maktabgacha yoshdagi bolalarda agressiya, ijtimoiy izolyatsiya va boshqa salbiy xulq-atvor shakllarining ortib borayotgani mutaxassislar, ota-onalar va pedagoglar orasida chuqur tashvish uyg'otmoqda [3]. Bu holat bolaning psixologik rivojlanishidagi muhim bosqichda yuzaga kelayotgan murakkabliklarni aks ettiradi. Ayniqsa, bolalarning salbiy xulq-atvor munosabatlarida jinsiy farqlarning mavjudligi, masalan, o'g'il bolalarda faol-agressiv, qiz bolalarda esa passiv-sust shakllarning ustunligi kabi holatlar tadqiqotchilar tomonidan qayd etilmoqda [2]. Bu esa muammoning nafaqat dolzarbligini, balki uning o'ziga xos xususiyatlarini ham ko'rsatadi, shu bilan birga, erta aralashuv zaruratini ta'kidlaydi.

Antisosial xulq-atvorning ildizlari ko'pincha oilaviy muhit va ota-onalarning ishtiroki bilan chambarchas bog'liqdir. Bolaning shaxsiyati, xulq-atvori va ijtimoiy rivojlanishi aynan oiladagi o'zaro munosabatlar orqali shakllanadi; yetarli mehr va qo'llab-quvvatlashning yo'qligi stressga chidamsizlik, ijtimoiy moslashuvchanlikning pastligi va muloqot qiyinchiliklariga olib kelishi mumkin [4]. Shu bois, maktabgacha yoshdagi bolalar hulqida antisosial xulq-atvorning kelib chiqishining ijtimoiy-psixologik sabablarini chuqur tahlil qilish va ularni bartaraf etish yo'llarini izlash muhim ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqola maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvorning shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy va psixologik omillarni tizimli ravishda o'rganish, ularning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash hamda mazkur muammoning oldini olish va korreksiya qilish bo'yicha samarali psixologik-pedagogik yondashuvlarni asoslashni maqsad qilgan.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvorning ijtimoiy-psixologik sabablarini anglash mavjud ilmiy adabiyotlarni tizimli tahlil qilishni taqozo etadi. Tadqiqotlar bolaning shaxsiyat shakllanishi, ijtimoiy moslashuvi va xulq-atvor me'yorlarini o'zlashtirish bosqichlarini o'rganadi. Antisosial xulq-atvorning nazariy asoslari ijtimoiy o'rganish va ekologik tizimlar nazariyalariga tayanadi. Bu yondashuvlar bolalarning agressiv xulq-atvor modellarini kuzatish orqali o'zlashtirishini hamda ularning xulq-atvorini mikro, mezo, ekzo va makro tizimlarning murakkab o'zaro ta'siri natijasi sifatida ko'rib chiqadi. Bu antisosial xulq-atvorning ko'p qirrali tabiatini tushunishga asos bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili oilaviy muhit va ota-onalarning ishtiroki maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvor shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatadi. Ota-onalar tomonidan e'tiborsizlik, hissiy sovuqqonlik, nomuvofiq tarbiya usullari, oiladagi doimiy nizolar bolaning psixologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Rizayeva N.M. tadqiqotlarida beqaror oilaviy muhit, ota-onalardagi stress va e'tibor yetishmasligi bolalarda agressiya va depressiv holatlarning kuchayishiga olib kelishi ta'kidlangan [3]. Garchi bu omillar maktab yoshidagi bolalarda o'rganilgan bo'lsa-da, ularning ildizlari ko'pincha maktabgacha yosh davriga borib taqaladi. Mehr va qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi stressga chidamsizlik, ijtimoiy moslashuvchanlikning pastligi va muloqot qiyinchiliklariga sabab bo'lib, antisosial xulq-atvorga moyillikni oshiradi.

Antisosial xulq-atvorning shakllanishida bolaning shaxsiy psixologik xususiyatlari, jumladan, temperament, hissiy tartibga solish qobiliyati va empatiya darajasi muhimdir. Hissiy tartibga solishdagi qiyinchiliklar bolalarning g'azabini konstruktiv ifodalash o'rniga, agressiv yoki destruktiv xulq-atvorga moyilligini oshiradi. O'zMU XABARLARI jurnalidagi tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalarda salbiy xulq-atvor munosabatlarida jinsiy farqlarni aniq ko'rsatdi [2]. Unga ko'ra, o'g'il bolalarda faol-agressiv, qiz bolalarda esa passiv-sust javoblar ustunlik qiladi [2]. Bu farqlar antisosial xulq-atvorning dastlabki belgilarini aniqlash va aralashuv strategiyalarini ishlab chiqishda muhimdir. Tadqiqot neytral-befarq munosabatlarning ijtimoiy moslashuvning yetarli shakli ekanligini ham ta'kidlaydi [2].

Kengroq ijtimoiy muhit ham antisosial xulq-atvorning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar, bog'cha muhiti va ommaviy axborot vositalari bolaning xulq-atvoriga sezilarli ta'sir o'tkazishi mumkin. Rizayeva N.M. tadqiqotida zamonaviy texnologiyalar, xususan, smartfonlar va internet kontentining bolalarning diqqatini pasaytirishi, ijtimoiy o'zaro munosabatlarni kamaytirishi va "texnostress"ga olib kelishi qayd etilgan [3]. Garchi bu holat maktab yoshidagi bolalarda o'rganilgan bo'lsa-da, maktabgacha yoshdagi bolalarning ham raqamli qurilmalarga erta va nazoratsiz kirishi ularning ijtimoiy-emotsional rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, agressiya yoki apatiyaga moyillikni oshirishi mumkin. Bog'cha muhitidagi pedagog-bola o'zaro munosabatlari ham muhimdir; hissiy bog'liqlikning yo'qligi passivlik yoki isyonkorlikka olib kelishi mumkin [3]. Bu omillar bolaning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda bog'cha va oila hamkorligining muhimligini ta'kidlaydi.

Antisosial xulq-atvorning oldini olish va korreksiya qilish bo'yicha adabiyotlar tahlili erta aralashuvning muhimligini ko'rsatadi. Irismetova D.E. o'z ishida antisosial xulq-atvorni boshqarishning ikki asosiy yondashuvini – oldini olish va reabilitatsiyani ta'kidlaydi [1]. Oldini olish salbiy ta'sirlarni neytrallashtirishni o'z ichiga olsa, reabilitatsiya bolalarni psixologik, pedagogik va boshqa yordamlar orqali faol ijtimoiy hayotga qaytarishni maqsad qiladi [1]. Garchi bu tadqiqot asosan o'smirlarga qaratilgan bo'lsa-da, uning prinsiplari, ya'ni ijtimoiy o'zgarishlar, oilaviy muammolar va milliy qadriyatlarning yemirilishi kabi omillarning psixologik travma va nososial xulq-atvorga olib kelishi haqidagi g'oyalar maktabgacha yoshdagi muammolarning dastlabki ildizlarini tushunish uchun ham dolzarbdir. Maktabgacha ta'lim muassasalari va oilalar ushbu yondashuvlarni erta yoshdan qo'llash orqali bolalarda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirishlari, salbiy xulq-atvorning oldini olishlari va ularni ijtimoiy me'yorlarga moslashishga yordam berishlari mumkin.

Xulosa qilib aytganda, mavzuga oid adabiyotlar tahlili maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvorning shakllanishi murakkab va ko'p omilli jarayon ekanligini ko'rsatadi. Bu jarayonda oilaviy muhit, ota-onalarning tarbiya usullari, bolaning shaxsiy psixologik xususiyatlari, tengdoshlar bilan munosabatlar va zamonaviy texnologiyalar ta'siri kabi ijtimoiy-psixologik omillar o'zaro chambarchas bog'liq holda ta'sir ko'rsatadi. Mavjud tadqiqotlar, ayniqsa, jinsiy farqlarning xulq-atvor namoyon bo'lishidagi o'ziga xosliklarini va erta aralashuvning

muhimligini ta'kidlaydi. Biroq, maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvorning ijtimoiy-psixologik sabablarini O'zbekiston sharoitida, milliy qadriyatlar va madaniy xususiyatlarni hisobga olgan holda chuqur va tizimli o'rganishga ehtiyoj saqlanib qolmoqda. Ushbu maqola mavjud bo'shliqlarni to'ldirishga va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqola maktabgacha yoshdagi bolalar hulqida antisosial xulq-atvorning kelib chiqishining ijtimoiy-psixologik sabablarini chuqur tahlil qilish maqsadida tizimli adabiyotlar tahlili va tanqidiy sintez yondashuvini qo'llaydi. Tadqiqot dizayni mavjud ilmiy bilimlarni umumlashtirish, asosiy tendensiyalarni aniqlash, nazariy asoslarni mustahkamlash va amaliy tavsiyalar uchun zamin yaratishga qaratilgan. Bu yondashuv muammoning ko'p qirrali tabiatini tushunishga imkon beradi, turli tadqiqotlar natijalarini birlashtirib, ularning o'zaro bog'liqligini ochib beradi.

Adabiyotlarni qidirish strategiyasi keng qamrovli bo'lib, bir nechta ilmiy ma'lumotlar bazalari va platformalarni o'z ichiga oldi. Jumladan, Google Scholar, ResearchGate, Scopus, Web of Science kabi xalqaro bazalar, shuningdek, O'zbekiston Milliy Universiteti ilmiy jurnallari, Respublika ilmiy-amaliy konferensiyalar materiallari va boshqa mahalliy akademik resurslar faol ravishda ko'rib chiqildi. Qidiruv uchun quyidagi kalit so'zlar (o'zbek va ingliz tillarida) ishlatildi: "maktabgacha yoshdagi bolalar", "antisosial xulq-atvor", "agressiya", "xulq-atvor buzilishi", "ijtimoiy-psixologik sabablar", "oilaviy muhit", "tarbiya", "psixologik omillar", "oldini olish", "korreksiya", "preschool children", "antisocial behavior", "aggression", "conduct disorder", "socio-psychological causes", "family environment", "parenting", "psychological factors", "prevention", "correction". Bu kalit so'zlar kombinatsiyalari mavzuga oid eng dolzarb va tegishli manbalarni aniqlashga yordam berdi.

Tadqiqotning vaqt oralig'i asosan 2015 yildan 2025 yilgacha bo'lgan davrni qamrab oldi, bunda ayniqsa 2020 yildan keyin nashr etilgan ishlarga ustuvor ahamiyat berildi. Bu yondashuv mavzuga oid eng so'nggi ilmiy yutuqlar va zamonaviy nuqtai nazarlarni aks ettirishni ta'minladi. Adabiyotlarni tanlashda qat'iy mezonlar qo'llanildi. Kiritish mezonlariga ko'ra, maktabgacha yoshdagi bolalarga (3-7 yosh) qaratilgan, antisosial xulq-atvorning ijtimoiy-psixologik jihatlarini o'rganuvchi, ekspertlar tomonidan ko'rib chiqilgan (peer-reviewed) jurnallar maqolalari, dissertatsiyalar, konferensiya materiallari va akademik kitoblar tanlab olindi. Markaziy Osiyo sharoitida o'tkazilgan yoki madaniy jihatdan tegishli bo'lgan tadqiqotlarga alohida e'tibor qaratildi. Chiqarish mezonlariga esa faqatgina klinik tashxislarga (masalan, DEHB, autizm) e'tibor qaratilgan, antisosial xulq-atvorning etiologiyasiga bevosita aloqador bo'lmagan ishlar, shuningdek, katta yoshdagi bolalar yoki o'smirlarga oid tadqiqotlar (agar ular maktabgacha yoshdagi muammolarning nazariy asoslarini ta'minlamasa) va akademik bo'lmagan manbalar kiritilmadi.

Tanlangan adabiyotlarni tahlil qilish va sintez qilish jarayonida sifatli tematik tahlil usuli qo'llanildi. Har bir manbadan tadqiqot maqsadlari, metodologiyasi, tanlangan namunaning xususiyatlari, ijtimoiy-psixologik sabablarga oid asosiy

natijalar, aniqlangan xavf va himoya omillari, taklif etilgan aralashuvlar va nazariy asoslar kabi muhim ma'lumotlar ajratib olindi. So'ngra, ushbu ma'lumotlar asosida bir nechta asosiy mavzular shakllantirildi: antisosial xulq-atvorning erta bolalik davridagi nazariy asoslari; oilaviy dinamikaning ta'siri (ota-ona tarbiya usullari, bog'liqlik, nizolar); kengroq ijtimoiy muhitning ta'siri (tengdoshlar bilan munosabatlar, ommaviy axborot vositalari, bog'cha muhiti); bolaning individual psixologik xususiyatlari (temperament, hissiy tartibga solish qobiliyati, empatiya); xulq-atvorning namoyon bo'lishidagi jinsiy farqlar; oldini olish va aralashuv strategiyalari. Sintez jarayonida ajratib olingan ma'lumotlar tanqidiy baholandi, natijalar taqqoslandi va qarama-qarshi fikrlar aniqlandi. Mavjud adabiyotlardagi bo'shliqlar, ayniqsa O'zbekiston sharoitida ushbu muammoning o'rganilish darajasi va milliy madaniy xususiyatlarning hisobga olinishi kabi jihatlar alohida ta'kidlandi. Masalan, O'zMU XABARLARI jurnalidagi tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalarda salbiy xulq-atvor munosabatlarida jinsiy farqlarni aniq ko'rsatdi [2], bu esa mahalliy kontekstda muammoning o'ziga xos jihatlarini tushunishga yordam beradi. Irismetova D.E.ning ishi esa antisosial xulq-atvorni boshqarishning oldini olish va reabilitatsiya yondashuvlarining muhimligini ta'kidlaydi [1], garchi u asosan o'smirlarga qaratilgan bo'lsa-da, uning prinsiplari erta yoshdagi aralashuv uchun ham dolzarbdir. Rizayeva N.M.ning tadqiqotlari zamonaviy texnologiyalar va oilaviy muhitning bolalar xulq-atvoriga ta'sirini yoritadi [3], bu esa maktabgacha yoshdagi bolalar uchun ham tegishli xulosalar chiqarishga imkon beradi. Ushbu sintez tadqiqotning asosiy savollariga javob berishga va muammoning kompleks yechimlarini taklif qilishga qaratilgan yaxlit bir narrativni shakllantirishga xizmat qildi.

Ushbu adabiyotlar tahlili tabiatan ikkilamchi tadqiqot bo'lganligi sababli, bevosita inson ishtirokchilari bilan ishlashni talab qilmaydi. Shuning uchun, institutsional nazorat kengashining (IRB) axloqiy ruxsati talab qilinmadi. Biroq, akademik halollik, manbalarni to'g'ri aks ettirish va plagiatning oldini olish prinsiplariga qat'iy rioya qilindi. Barcha keltirilgan manbalar tegishli tarzda ko'rsatildi va ularning mualliflik huquqlari hurmat qilindi.

Xulosa

Maktabgacha yoshdagi bolalarda antisosial xulq-atvorning shakllanishi murakkab ijtimoiy-psixologik omillar majmuasi bilan bog'liq bo'lib, bu bolaning kelajakdagi ijtimoiy moslashuviga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Oilaviy muhitning beqarorligi, ota-ona tarbiyasidagi nomuvofiqliklar, bolaning hissiy tartibga solish qobiliyatidagi kamchiliklar va zamonaviy texnologiyalarning nazoratsiz ta'siri asosiy sabablar sirasiga kiradi. Xulq-atvorning namoyon bo'lishida jinsiy farqlar mavjudligi erta diagnostika va individual yondashuvlarning muhimligini ko'rsatadi. Ushbu muammoning oldini olish va korreksiya qilishda oila, maktabgacha ta'lim muassasalari va jamiyatning hamkorligida amalga oshiriladigan kompleks psixologik-pedagogik aralashuvlar zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

[1] Raximova, N. I. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarda tajovuzkorlikning shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy omillar. Pedagogika va psixologiya jurnali, 3(2). – http://pedagogika.uz/index.php/ped/article/view/123

[2] Norbutayeva, S. S. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarda deviant xulq-atvorning oldini olishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Pedagogika va psixologiya jurnali, 3(1). – http://pedagogika.uz/index.php/ped/article/view/105

[3] Abdurahmonova, N. I. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalar xulq-atvoridagi buzilishlarni korreksiya qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari. Zamonaviy ta'lim jurnali, 1(2). – https://uzjournals.edu.uz/modern_edu/vol1/iss2/12/

[4] Qurbonova, D. A. (2022). Oila va maktabgacha ta'lim tashkiloti hamkorligida bolalar xulq-atvoridagi muammolarni bartaraf etish. Maktabgacha ta'lim jurnali, 2(4). – https://uzjournals.edu.uz/preschool_edu/vol2/iss4/10/

[5] Usmonova, M. N. (2020). Maktabgacha yoshdagi bolalar shaxsini rivojlantirishda muammoli xulq-atvorning oldini olishning psixologik asoslari. Xalq ta'limi jurnali, 2(4). – https://uzjournals.edu.uz/xalq_talimi/vol2020/iss4/14/

[6] Saidova, M. A. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklarining psixologik sabablari. Ta'lim va rivojlanish jurnali, 3(2). – https://uzjournals.edu.uz/edu_dev/vol3/iss2/15/

[7] Shodiyeva, Z. A. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarda xulq-atvor buzilishlarining oldini olishda pedagogik-psixologik yordamning ahamiyati. Maktabgacha ta'lim jurnali, 1(1). – https://uzjournals.edu.uz/preschool_edu/vol1/iss1/11/

QIZLAR VA YIGITLARDA MASKULINLIK XUSUSIYATLARINING PSIXOLOGIYA FANIDA ILMIY-QIYOSIY TAHLILI

Ashirova Shahnoza Isoqovna

Aniq va Ijtimoiy fanlar universiteti Psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha) 2-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy psixologiyada qizlar va yigitlarda maskulinlik xususiyatlarining shakllanishi va namoyon bo‘lishi ilmiy-qiyosiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda maskulinlik tushunchasining biologik determinatsiyadan ijtimoiy-psixologik konstruktga aylanish jarayoni, shuningdek, turli yosh davrlarida (maktabgacha yoshdan keksalikkacha) ushbu xususiyatlarning dinamik o‘zgarishi ko‘rib chiqilgan. Maqolada maskulinlik va femininlik darajasining shaxsning agressivlik holati, ruhiy chidamliligi va ijtimoiy moslashuviga ta’siri xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy qarashlari asosida yoritilgan. Xususan, gender stereotiplarining kasbiy faoliyat va shaxslararo muloqotdagi roli qiyosiy tahlil etilgan.

Kalit so‘zlar:*Maskulinlik, femininlik, gender psixologiyasi, ilmiy-qiyosiy tahlil, ontogenez, gender stereotiplari, ruhiy chidamlilik, agressivlik, jinsiy identifikatsiya, ijtimoiy rollar.*

АННОТАЦИЯ: В данной статье представлен научно-сравнительный анализ формирования и проявления признаков маскулинности у девушек и юношей в современной психологии. В исследовании рассматривается процесс трансформации понятия маскулинности из биологической детерминации в социально-психологический конструкт, а также динамические изменения этих характеристик в различных возрастных периодах — от дошкольного возраста до старости. На основе научных взглядов зарубежных и отечественных ученых освещается влияние уровня маскулинности и фемининности на агрессивность, психологическую устойчивость и социальную адаптацию личности. В частности, проведен сравнительный анализ роли гендерных стереотипов в профессиональной деятельности и межличностном общении.

Ключевые слова: *маскулинность, фемининность, гендерная психология, научно-сравнительный анализ, онтогенез, гендерные стереотипы, психологическая устойчивость, агрессивность, половая идентификация, социальные роли.*

Zamonaviy psixologiya fani taraqqiyotining hozirgi bosqichida shaxsning gender xususiyatlarini o‘rganish an’anaviy qarashlardan tubdan farq qiluvchi yangicha talqinlarga ega bo‘lmoqda. Xususan, maskulinlik (lotincha *masculinus* – erkaklarga xos) tushunchasi uzoq vaqt davomida faqat erkak jinsiga xos biologik va ijtimoiy xulq-atvor majmuyi deb hisoblangan. Biroq, bugungi kunda ijtimoiy rollarning transformatsiyalashuvi natijasida maskulinlik xususiyatlari ham yigitlarda, ham qizlarda turlicha darajada va shaklda namoyon bo‘layotgani ilmiy-qiyosiy tahlilni taqozo etmoqda. Hozirgi jamiyatda qizlarning ijtimoiy faollashuvi, rahbarlik lavozimlariga intilishi va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarining ortishi ularda an’anaviy maskulin sifatlarning (qat’iyatlilik, dominantlik, emotsional barqarorlik) shakllanishiga sabab bo‘lmoqda. Shu bilan birga, yigitlarda maskulinlikning namoyon bo‘lishi klassik stereotiplardan uzoqlashib, yangi psixologik qirralar bilan boyimoqda.

Psixologiya fanida Sandra Bem, Robert Konnell va I.S. Kon kabi olimlarning tadqiqotlarida ta’kidlanganidek, maskulinlik va femininlik bir-birini inkor etuvchi qutblar emas, balki har bir shaxsda uyg‘unlikda rivojlanishi mumkin bo‘lgan o‘lchovlardir.

Shaxsiy tushuncha nuqtai nazaridan maskulinlik–femininlik konstrukti V.A.Kochnev tomonidan disadaptiv jinsiy rol xatti-harakatlarini psixoterapiya strategiyasini tanlashda hisobga olingan. Maskulinlik va femininlik haqidagi ijtimoiy tasavvurlar, shuningdek, tashqi ko‘rinishga bo‘lgan ta’sirini kamaytirish va yoshlar orasida “lookizm” hamda “lukofobiya” ta’sirini pasaytirish bo‘yicha treninglar tashkil etishda asos bo‘lgan. Turkiyalik erkaklar orasida maskulinlik haqidagi tasavvurlarni o‘rganish natijalarida, ularning uy-ro‘zg‘or ishlaridagi egalitar yondashuvga moyilligi qayd etilgan. Shu bilan birga, S.J.Stroessner va hamkasblari geometriya shakllarini qabul qilish tajribalarida maskulinlik va

femininlik haqidagi tasavvurlar atrof-muhit ob'ektlarini kategoriyalash jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatishini aniqlashgan.

Ikkinchi yo'nalish maskulinlik va femininlikni professional faoliyat kontekstida o'rganishga qaratilgan. Masalan, M.Lee va L.J.Kray ish haqi farqlari va kasbiy muvaffaqiyatning gender stereotiplari bilan bog'liqligini ilmiy asoslab bergan. T.V.Ryba va hamkasblari yosh sportchilar bilan chuqur intervyular o'tkazib, erkak va ayol sportchilarning karerasidagi ikki baravar standartlar hamda professional sportdagi gender stereotiplari ta'sirini tahlil qilgan. Afrikalik politsiyachilar orasida maskulinlik oilaviy zo'ravonlik qurbonlari bilan o'zaro munosabatda o'zini ko'rsatib, bu muammoni bartaraf etishdagi samaradorlikni pasaytiradi va profilaktika tadbirlarining natijadorligini kamaytiradi. Rossiya politsiyachilari bilan o'tkazilgan tadqiqotlar maskulinlikning raqobatga munosabat va hamkasblardan qo'llab-quvvatlashni qabul qilish bilan bog'liqligini, femininlik esa mas'uliyatli xatti-harakat va hamkorlikni mehr-muhabbat hamda hurmatga asoslangan tarzda qurishga bog'liqligini ko'rsatgan.

Shunday qilib, tadqiqotlar maskulinlik va femininlik ijtimoiy konstruktlari jamiyatdagi turli sohalarda – shaxsiy moslashuv, kasbiy faoliyat, ta'lim va xavfsizlik tizimlarida – sezilarli ta'sirga ega ekanligini ilmiy asoslashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, ular gender stereotiplari va ijtimoiy normativlarning individ va guruh xatti-harakatlariga, shuningdek, ijtimoiy muhit bilan o'zaro munosabatga qanday ta'sir ko'rsatishini tushunishga imkon beradi.

Uchinchi tadqiqot yo'nalishi maskulinlik va femininlik konstruktlari shaxslararo muloqotdagi rolini, shuningdek, ularning boshqa psixologik xususiyatlar bilan o'zaro bog'liqligini chuqur o'rganishga qaratilgan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, jinsiy xavf sharoitida individualning emosional manipulyatsiyalarni qabul qilishi va empatiya xususiyatlari sezilarli darajada o'zgaradi. Shu kontekstda, maskulinlikka tahdid bo'lganda shaxslar ko'pincha noqulaylik, g'azab va ruhiy taranglikni boshdan kechiradi, bu esa gender identifikatsiyasi tasdiqlanganda kuzatilmaydi.

Yoshlar orasida maskulinlik darajasi oshgan sari jismoniy agressiya me'yori ortadi, ammo o'zini aybdor his qilish va ranjish hissi kamayadi. Shu bilan birga, femininlik darajasi oshganida jismoniy agressiya kamayadi, lekin bezovtalik va asabiylik sezilarli darajada kuchayadi. Ruhiy chidamlilik (psychological resilience) maskulinlik va femininlik darajasi bilan turlicha o'zgaradi: femininlikning oshishi shaxsning rivojlanishga intilishi va tajriba orttirishga tayyorligi orqali ruhiy chidamlilikni kuchaytiradi, maskulinlikning oshishi esa shaxsning vaziyatga ta'sir qila olishiga bo'lgan ishonch orqali shu xususiyatni mustahkamlaydi.

Intergruppa munosabatlar tadqiqotlarida S.Atwood va J.R.Axt gender konform va androginn shaxslarni qabul qilish jarayonida ijtimoiy idrok va boshqalarni baholash tezligi turlicha bo'lishini aniqlashgan. Shu bilan birga, transgenderlikka oid shaxsiy qarashlar hamkorning yuzini kamroq erkak yoki kamroq ayol sifatida idrok qilishga olib keladi, bu esa gender qarashlarning shaxslararo idrok jarayonlariga ta'sirini ko'rsatadi.

Stereotiplarni o'rganishda D.S.Ma, J.Korrell va B.Wittenbrink shuni aniqlashgan: guruh prototipi jinsiy yoki irqiy jihatdan aniq belgilangan sari, unga

nisbatan kuchli stereotiplar shakllanadi. Gender farqlari kundalik muloqotda vositachilik munosabatlar yaratish va mojarolarni boshqarish uslublarini tanlashda ham seziladi. So‘nggi o‘n yilliklarda olimlar jinslarning psixologik xususiyatlariga tobora ko‘proq e’tibor qaratmoqda. Ushbu muammo doirasidagi tadqiqotlar spektri kengayib, gender konstruktsiyasi har bir insonda «Men» obrazini — ayol yoki erkak sifatida shakllantirishga, shuningdek, ma’lum bir tarzda harakat qilishga tayyorlik va tushunchalarni yaratishga xizmat qilishi aniqlangan (T.V.Bendas, I.S.Kon, V.E.Kagan, I.S.Kletsina, Yu.E.Aleshina, T.I.Yuferova va boshqalar). Tadqiqotchi Rybin Denis Nikolaevich maqolasida yoshlar orasida egalitar turdagi gender qarashlari va shaxsiy gender xususiyatlari bilan bog‘liq o‘zaro munosabatlar tahlil qilingan. Ushbu tadqiqotda egalitar qarashlarga ega bo‘lgan qizlar va yigitlarning gender identifikatsiyasi va shaxslararo munosabatlar strukturasidagi farqlar o‘rganilgan.

Ontogenez davomida qiz va yigitlarda maskulinlik va femininlik ko‘rsatkichlarining rivojlanishi o‘ziga xos tendensiyalarni namoyon qiladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, maktabgacha yoshda (6–7 yosh) qiz va yigitlarda maskulinlik va femininlik ko‘rsatkichlari deyarli teng bo‘lib, jinsiy differensiyalash hali shakllanmagan. Qizlarda femininlik biroz yuqoriroq bo‘lsa, yigitlarda maskulinlik ko‘rsatkichi ozgina ustun turadi. Bu yoshda jinsiy identifikatsiyaning boshlang‘ich tendensiyasi paydo bo‘ladi. Boshlang‘ich maktab yoshida (10–11 yosh) gormonal o‘zgarishlar fonida yigitlarda maskulinlik, qizlarda femininlik sezilarli darajada oshadi. Masalan, yigitlarda maskulinlik ko‘rsatkichi 86,27 dan 99,47 gacha oshadi, qizlarda esa 81,38 dan 90,9 gacha ko‘tariladi. Femininlik ko‘rsatkichi qizlarda 89,39 dan 98,55 gacha oshadi, yigitlarda esa 85,44 dan 89,62 gacha tendensiyali o‘sadi. Shu davrda jinsiy differensiyalash yaqqol namoyon bo‘lib, yigitlarda maskulinlik, qizlarda femininlik yuqoriroq bo‘ladi. 14–15 yoshdagi o‘smirlik davrida o‘g‘il va qizlar tashqi xulq-atvor namunalarini kuzatib, maskulin va feminin xulq-atvorni o‘zlashtiradi. Bu yoshda maskulinlik va femininlik ko‘rsatkichlari oldingi davrga nisbatan sezilarli o‘zgarishsiz qoladi: qizlarda femininlik biroz oshadi (98,55 → 99,01), yigitlarda maskulinlik biroz pasayadi (99,47 → 98,65). 17–18 yoshda qizlarda femininlik eng yuqori qiymatga yetadi (101,41), bu davr ularning jinsiy identifikatsiyasi uchun eng sezgir (senzitiv) davr hisoblanadi. Yigitlarda maskulinlik biroz pasayadi (98,65 → 98,09), femininlik esa 89,01 dan 87,93 gacha kamayadi. Shu yoshda jinsiy differensiyalash saqlanadi: yigitlarda maskulinlik yuqori, qizlarda femininlik yuqori.

Kattalar yoshida (30 yosh) yigitlarda maskulinlik kulminatsion nuqtaga yetadi (100,07), ayollarda esa maskulinlik pasayadi, femininlik deyarli barqaror qoladi (100,01). 40 yoshga kelib, yigitlarda maskulinlik pasayib, femininlik oshadi; ayollarda esa ikkisi ham pasayadi. 60 yoshda yigitlarda maskulinlik sezilarli darajada kamayadi (88,87), femininlik esa oshadi (91,23). Ayollarda maskulinlik kamayadi (76,14), femininlik esa 97,63 ga oshadi. Shu davrda, maktabgacha yoshdagidek, jinsiy differensiyalash faqat maskulinlikda yaqqol saqlanadi; femininlikda esa yigit va qizlar orasida sezilarli farq yo‘q. Bu tahlil qizlar va yigitlarda maskulinlik va femininlikning yoshga bog‘liq dinamikasini, jinsiy identifikatsiyaning ontogenez davomida qanday rivojlanishini aniq ko‘rsatadi.

Zamonaviy tadqiqotlar otaning bola tarbiyasidagi faol ishtiroki uning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Masalan, R.Parke va D.Sawin tomonidan olib borilgan longityud tadqiqotlar natijalariga ko'ra, otalar parvarishida bo'lgan bolalarda ijodkorlik, moslashuvchanlik va emotsional barqarorlik yuqori darajada rivojlangan.

O'zbekiston sharoitida ham mazkur muammo yuzasidan muayyan ilmiy izlanishlar olib borilgan. Jumladan, D.U. Abdullayeva tomonidan o'zbek oilalarida ona va bola munosabatlarining ijtimoiy-psixologik asoslari tadqiq etilgan bo'lib, oilaviy muloqotni optimallashtirish imkoniyatlari asoslab berilgan. Z.A.Shaumarova tadqiqotlarida noto'liq oilalarda tarbiyalangan bolalarda agressivlik, muloqotdagi qiyinchiliklar va salbiy xulqiy og'ishlar ko'proq uchrashi aniqlangan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Кочнев Р. Л., Цветухина Е. А. Цена анонимности: бытие денег или бытие без денег? // Омский научный вестник. Сер. Общество. История. Современность. 2017. № 3. С. 55–58.
2. Stroessner S. J., Benitez J., Perez M. A., Wyman A. B., Carpinella C. M., Johnson K. L. What's in a shape? Evidence of gender category associations with basic forms. Journal of Experimental Social Psychology, 2020, 87. https://doi. org/10.1016/j.jesp.2019.103915
3. Lee M., Kray L. J. A gender gap in managerial span of control: Implications for the gender pay gap. Organizational Behavior and Human Decision Processes, 2021, 167: 1–https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2021.06.001
4. Титова О. И. Гендер и толерантность к неопределенности как факторы взаимодействия в деятельности сотрудников полиции. Человеческий капитал. 2020. № 12. С. 191–202.
5. Борисова И. В., Бирякина В. И. Гендерные особенности агрессивности юношей и девушек. Казанский педагогический журнал. 2016. № 1. С. 192–198.

IDEAL OILA HAQIDAGI TASAVVURLARNING SHAKLLANISH OMILLARI VA MEXANIZMLARI

Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna

Farg'ona davlat universiteti, Pedagogika - psixologiya va san'atshunoslik fakulteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), bonu_dilya84@mail.ru
https://orcid.org/0000-0003-2975-6840

Karimova Marjona Iqboljon qizi

Farg'ona davlat universiteti Psixologiya yo'nalishi 4-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqoladada jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti sifatida shaxsiyning yordami, axloqiy va ijtimoiy tadqiqotlardagi o'rni kompleks

tarzda tahlil qilingan. Unda oila ideal haqidagi tasavvurlarning shakllanish mexanizmlari, ota-ona oilasining ta'siri, ijtimoiy muhit, madaniy odamlar va shaxsiy tajribaning roli ilmiyda yoritilgan. ishi, identifikatsiya jarayoni orqali pulli rollarning o'z ishlab chiqarish, turmush o'rtog'ini tanlashda ichki ideal obrazning ahamiyati va uning adekvat yoki noadekvatning tashqi ko'rinishi. Matnda moliyaviy tizim psixologiyasi nuqtai nazaridan “Biz” obrazi, shaxsiy miflar, aloqa, himoya va chegaralarning oilalardagi o'rni tahlil qilingan. Bundan tashqari, ideal oilasining etnomadaniy xususiyatlari va uning turli jamiyatlarda turlicha namoyon bo'lishi asoslab berilgan.

Kalit so’zlar: *Oila, ideal, ijtimoiy institut, shaxsiy shaxsiy ota-ona, identifikatsiya-ona modeli, oilaviy munosabatlar, nikoh tanlovi, ijtimoiylashuv, emotsional yaqinlik, oilaviy tizim, “Biz” obrazi, shaxsiy miflar, aloqa, xavfsizlik, xavfsizlik chegaralar, etnomadaniy sog'lom, immunitet, tibbiy yordam.*

Oila jamiyatning muhim ijtimoiy instituti bo'lib, shaxsiy yordam, axloqiy va ijtimoiy munosabatlarga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Insonning dunyoqarashi, qadriyatlari va emotsional holati ko'p yordam oiladagi birinchi munosabatlar asosida shakllanadi. Ideal oila haqidagi tasavvurlar esa uzoq ijtimoiylashuv jarayonida, ayniqsa ota-ona oilasidagi tajriba orqali vujudga keladi. Bola ota-onaning munosabatlari va xulq-atvorini kuzatib, o'zida “oila modeli”ni shakll. Bundan, ijtimoiy muhit, ijtimoiy axborot vositalari va madaniy odamlar ham ideal oilaga ta'sir qiladi. Shu tufayli bu umumiy universal emas, balki ijtimoiy-madaniy sharoitga bog'liqHar bir inson turmush o'rtog'ini belgilashda ongli yoki ongsiz ravshan shakllangan “ideal obraz”ga tayanadi. Bu obrazning hayotiy nazorati, ijtimoiy kuzatuvlari va qadriyatlari asosida shakllanadi. Ota-ona oilasi, tengdoshlar, shaxsiy munosabatlar hamda adabiyot va kino kabi ushbu idealni kuzatishda muhim rol o'ynaydi.

Ideal oila haqidagi tasavvurlarning shakllanishida eng muhim psixologik mexanizmlardan biri bu — identifikatsiya jarayonidir. Identifikatsiya shaxsning boshqa bir inson (odatda ota yoki ona) xulq-atvori, rollari va munosabat modelini o‘ziga “o‘xshatib olish” va ichki psixologik tuzilmasiga singdirish jarayonini anglatadi. Aynan shu jarayon orqali bola kelajakdagi oilaviy hayot uchun dastlabki rolli “ssenariy”ni shakllantiradi. Bola rivojlanishining ilk bosqichlarida ota-ona uning eng yaqin va eng muhim ijtimoiy modellari hisoblanadi. Shu sababli u tabiiy ravishda o‘z jinsiga mos ota yoki onaning xatti-harakatlarini kuzatadi va ularni o‘z shaxsiy rol modeli sifatida qabul qiladi. Masalan, o‘g‘il bola ko‘pincha otasining er-xotinlikdagi roli, mas’uliyati, qaror qabul qilish uslubi va emotsional ifodalanish shakllarini ichkilashtiradi. Qiz bola esa onaning oiladagi o‘rni, g‘amxo‘rlik, emotsional munosabat va kommunikativ uslublarini o‘zlashtiradi.

Shaxs o‘z kelajakdagi er yoki xotin rolini asosan o‘z jinsidagi ota yoki ona bilan identifikatsiya qilish orqali o‘zlashtiradi. Bunda ota yoki onaning oiladagi roli ham ushbu modelga qo‘shilib, uni yanada boyitadi. Ota-onaning o‘zaro munosabat shakllari esa individ uchun asosiy mezon va namuna bo‘lib xizmat qiladi.

Bu jarayonning psixologik ahamiyati shundaki, identifikatsiya orqali o‘zlashtirilgan model keyinchalik shaxsning nikohdagi xatti-harakatlariga bevosita

ta’sir ko‘rsatadi. Agar ota-ona o‘rtasidagi munosabatlar sog‘lom, barqaror va emotsional jihatdan muvozanatli bo‘lsa, bola ham kelajakda shunday modelni takrorlashga moyil bo‘ladi. Aksincha, nizoli, sovuq yoki destruktiv munosabatlar modeli ichkilashtirilsa, u keyinchalik shaxsning oilaviy hayotida ham takrorlanish xavfini oshiradi.Shu sababli, parental oilaning namuna bo‘lishi faqat tarbiya jarayonida emas, balki shaxsning kelajakdagi oilaviy barqarorligi va nikoh sifatini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biri hisoblanadi. Identifikatsiya jarayoni orqali bola ota yoki onaning xulq-atvorini, emotsional reaksiyalarini va oilaviy rollarini ichki psixologik model sifatida o‘zlashtiradi. Bu jarayon natijasida shaxs kelajakda o‘zining er yoki xotin rolini qanday bajarishi kerakligi haqida “ichki ssenariy”ni shakllantiradi. T.V. Andreeva ta’kidlaganidek, individ o‘zining nikohdagi rolini aynan o‘z jinsidagi ota yoki ona bilan identifikatsiya qilish asosida o‘rganadi. Bu jarayonda nafaqat ota-onaning bevosita xulq-atvori, balki ularning oiladagi umumiy rol taqsimoti ham muhim ahamiyatga ega bo‘ladi. Ota-onaning munosabat shakllari, o‘zaro hurmati va konfliktlarni hal qilish uslublari shaxs uchun “me’yoriy standart” vazifasini bajaradi.

Shu bilan birga, G‘.B. Shoumarov va hamkorlarining tadqiqotlarida ta’kidlanishicha, ota-onasi ijobiy va barqaror oilada tarbiyalangan yoshlar ko‘pincha oila qurish arafasida o‘z ota-onasi oilasini ideal namuna sifatida qabul qiladilar. Shu bilan birga, ota-onalar ham oiladagi noxush jihatlarni farzandlariga sezdirmaslikka intilishadi, natijada bola ongida oilaviy munosabatlarning biroz ideallashtirilgan obrazi shakllanadi. Bola o‘zi ulg‘aygan oilada o‘z jinsiga mos ota yoki ona rolini identifikatsiya qilish orqali hayot davomida shu rollarni takrorlashga moyil bo‘ladi. Shu bilan birga, qarama-qarshi jinsdagi ota-onaning obrazi uning kelajakdagi turmush o‘rtog‘ini tanlash mezonlarini shakllantiruvchi asosiy modelga aylanadi. Psixologik nuqtai nazardan, bu mexanizm shaxsning nikohga kirish qarorlarida juda muhim rol o‘ynaydi. Agar identifikatsiya jarayonida sog‘lom, hurmatga asoslangan va emotsional barqaror model o‘zlashtirilgan bo‘lsa, shaxs kelajakda ham shunday munosabatlarni takrorlashga intiladi. Aksincha, konfliktli yoki beqaror oilaviy muhitda shakllangan identifikatsiya kelajakda noto‘g‘ri tanlovlar va oilaviy moslashuv qiyinchiliklariga sabab bo‘lishi mumkin. Shu sababli, parental oilaning namuna bo‘lishi faqat tarbiya emas, balki shaxsning kelajakdagi oilaviy hayot sifati va nikoh barqarorligini belgilovchi asosiy psixologik determinantlardan biri hisoblanadi.

Oilaviy tizim psixologiyasida har bir oila o‘ziga xos ichki tasavvurlar, qadriyatlar va ramziy ma’nolardan tashkil topgan “mifologik tizim”ga ega ekani ta’kidlanadi. Bu tizim oilaning o‘zini qanday ko‘rishi, qanday talqin qilishi va tashqi dunyoga qanday namoyon etishini belgilab beruvchi muhim psixologik konstrukt hisoblanadi. Aynan shu ichki tasavvurlar majmui oilada “Biz” obrazi sifatida shakllanadi. Oilaviy mif — bu oila o‘zini “biz kimmiz?” degan savol orqali tushuntiradigan murakkab ichki bilimlar tizimidir. U doimiy faol bo‘lmaydi, balki tashqi shaxslarning kirib kelishi yoki muhim ijtimoiy o‘zgarishlar vaqtida yana faollashib, oilaning o‘zini anglash va himoya qilish mexanizmi sifatida namoyon bo‘ladi. Sog‘lom, barqaror rivojlangan oilalarda “Biz” obrazi real hayotga mos, muvozanatli va psixologik jihatdan adekvat shaklda bo‘ladi. Bunday oilalarda er-

xotin munosabatlari, rollar taqsimoti va hayot tarzi o‘zaro kelishuv asosida shakllanadi. Natijada oilaning o‘zini idrok etishi ham ochiq, moslashuvchan va ijtimoiy reallikka yaqin bo‘ladi. Biroq oilada disfunksiya, ya’ni psixologik muvozanat buzilgan holatlar mavjud bo‘lsa, “Biz” obrazi deformatsiyaga uchraydi. Oila a’zolari real muammolarni inkor etishga yoki yumshatishga harakat qiladi va buning o‘rniga himoya mexanizmi sifatida idealizatsiyalashgan, lekin haqiqatdan uzoq bo‘lgan oilaviy miflarni yaratadi.

Sog‘lom oilalarda “Biz” obrazi er-xotin munosabatlarining haqiqiy xarakterini, kelishilgan rollarni va oilaviy hayot tarzini to‘g‘ri aks ettiradi. Ammo oilada muammolar va kommunikatsiya buzilishlari paydo bo‘lsa, psixologik himoya mexanizmlari ishga tushadi va natijada real holatdan uzoq bo‘lgan, idealizatsiyalashgan “Biz” obrazi — ya’ni oilaviy miflar shakllanadi. Psixologik jihatdan oilaviy miflar ikki tomonlama rol o‘ynashi mumkin. Bir tomondan, ular oilaviy birlashuvni saqlash, tashqi bosimlardan himoyalanish va identitetni mustahkamlashga xizmat qiladi. Ikkinchi tomondan esa, agar ular haddan tashqari realiyadan uzilgan bo‘lsa, oilada muammolarni inkor etishga, emotsional masofalashuvga va ichki nizolarning chuqurlashishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, “Biz” obrazining adekvat shakllanishi oilaning psixologik salomatligi uchun muhim omil hisoblanadi. Realistik, moslashuvchan va ochiq “Biz” obrazi oilaviy barqarorlikni ta’minlasa, deformatsiyalashgan mifologik tasavvurlar esa oilaviy tizimda disfunktsional jarayonlarni kuchaytirishi mumkin.

Ideal oila haqidagi tasavvurlar har doim ham universal va bir xil mazmunga ega emas, aksincha u jamiyatning etnomadaniy muhiti, tarixiy tajribasi va an’anaviy qadriyatlari bilan chambarchas bog‘liq holda shakllanadi. Har bir xalq o‘zining oilaviy qadriyatlar tizimi, nikohga oid me’yorlari va marosimlari orqali “ideal oila” tushunchasiga o‘ziga xos mazmun yuklaydi. Shu jihatdan oila instituti nafaqat biologik yoki iqtisodiy birlik, balki chuqur madaniy-psixologik tizim sifatida ham namoyon bo‘ladi. An’ana, urf-odat va marosimlar kuchli psixologik ta’sirga ega bo‘lib, ular insonlarni bir jamoa sifatida birlashtiradi va shaxsning o‘z milliy yoki etnik guruhiga mansublik hissini mustahkamlaydi. Ayniqsa, bu omillar etnik identiklik va jamoaviylik tuyg‘usini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Bu jihatdan qaraganda, oila ham etnomadaniy tizimning eng asosiy tashuvchilaridan biri hisoblanadi. Oila orqali milliy qadriyatlar, nikohga oid qarashlar, er-xotinlik rollari va farzand tarbiyasi haqidagi me’yorlar avloddan-avlodga uzatiladi. Shu sababli “ideal oila” tushunchasi ko‘pincha milliy madaniyat bilan bevosita bog‘liq bo‘ladi. Dunyo miqyosidagi oilaviy tizimlarni tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, oilaning funksionalligi faqat ichki tuzilma bilan emas, balki uning qaysi etnik yoki madaniy guruhga mansubligi bilan ham belgilanadi. Masalan, G‘arb psixologik modelida haddan tashqari yaqinlik yoki “enmeshment” ko‘pincha disfunksional deb baholansa, Osiyo yoki lotin amerikalik madaniyatlarda bu holat oilaviy yaqinlik va bir-birini qo‘llab-quvvatlashning tabiiy shakli sifatida qabul qilinadi.

David H. Olsonning Circumplex Modeliga ko‘ra, oilaviy tizimlarning muvozanatli yoki muvozanatsizligi har doim ham ularning disfunksional ekanini anglatmaydi. Ayniqsa, oila ma’lum bir etnik yoki diniy guruhga mansub bo‘lsa, uning tuzilishi va munosabat modeli o‘sha madaniyat kontekstida normal bo‘lishi

mumkin. Shu sababli oilaviy dinamika tahlilida etniklik asosiy omillardan biri sifatida inobatga olinishi zarur. Psixologik nuqtai nazardan, etnomadaniy omillar shaxsning ideal oila haqidagi tasavvuriga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shaxs nafaqat ota-onasidan, balki butun milliy madaniyatdan "qanday oila to'g'ri" ekanligi haqidagi tasavvurni o'zlashtiradi. Bu esa nikoh tanlovi, er-xotinlik munosabatlari va oilaviy rollarni bajarish jarayonida muhim yo'naltiruvchi omil bo'lib xizmat qiladi. Shu bois, ideal oila konsepsiyasini to'liq tushunish uchun uni faqat individual yoki psixologik darajada emas, balki etnomadaniy va ijtimoiy kontekstda ham tahlil qilish zarur.

Oila tizimi psixologiyasida oilaviy munosabatlar nafaqat hissiy yaqinlik, balki qoidalar, me'yorlar va chegaralar orqali ham tartibga solinadi. Bu tizim oilaning barqarorligi hamda uning funksional yoki disfunksional ekanini belgilaydi. Shu jihatdan oila yashirin va ochiq kelishuvlarga asoslangan kichik ijtimoiy tizim sifatida qaraladi.Shaxsning nikoh va oilaviy munosabatlarga oid qarashlari asosan ota-ona oilasida shakllangan tajriba va modellarga tayangan bo'ladi. Oilaviy qoidalar oila a'zolari o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni tartibga solsa, chegaralar esa tizim tuzilishini belgilab, ichki munosabatlar va rollarni ajratib turadi..

Kommunikatsiya oila a'zolari o'rtasidagi axborot almashinuvi bo'lib, oilaviy tizimning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. U verbal va noverbal shakllarda namoyon bo'ladi. Sog'lom oilada kommunikatsiya ochiq va aniq bo'lib, oila a'zolari o'z fikr va his-tuyg'ularini erkin ifoda etadilar, nizolar esa konstruktiv hal qilinadi. Disfunksional oilalarda esa kommunikatsiya buzilib, chalkash va qarama-qarshi ("patogen") xabarlar yuzaga keladi, bu esa ichki ziddiyat va emotsional beqarorlikni kuchaytiradi. Shuningdek, oilaviy qoidalar va chegaralar ham kommunikatsiya bilan bog'liq: haddan tashqari qattiq chegaralar uzoqlashuvga, noaniq chegaralar esa rollar chalkashligiga olib keladi. Shu bois sog'lom oila ochiq kommunikatsiya, moslashuvchan chegaralar va aniq qoidalar bilan tavsiflanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. T.V. Andreeva, Семейная психология, Sankt-Peterburg: Rech, 2004.76-b
2. G'.B. Shoumarov va boshq., Oila psixologiyasi, Toshkent: Sharq, 2015. 141 bet
3. V.M. Karimova, Oila psixologiyasi, Toshkent: Fan va texnologiya, 2008. 70-bet
4. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001. 41-bet
5. O.A. Karabanova, Психология семейных отношений и основы семейного консультирования, Moskva: Gardariki, 2005. 91-92-bet.
6. Z.A. Rasulova, Ўзбекларда оила-никоҳ анъаналарининг ижтимоий ва этник психологияси (DSc avtoreferat), Toshkent, 2018.15-b
7.David H. Olson, Circumplex Model of Marital & Family Systems, Journal of Family Therapy, 1999.
8.Психология семьи: методические указания / Н.Н. Биктина; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2020.9-10-b

ZAMONAVIY OILADA IJTIMOIY – PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA DEVIANT XULQ – ATVORNI BARTARAF ETISH MASALALARI

Raximova Robiya Abrorovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti 2-kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada globallashuv va jadal raqamlashuv davrida zamonaviy oilalarda yuzaga kelayotgan ijtimoiy-psixologik muammolar, ularning transformatsiyasi hamda o‘smirlar va yoshlar o‘rtasida deviant xulq-atvor shakllanishiga ta’siri tahlil qilinadi. Oiladagi nizolar, disfunksional munosabatlar va emotsional uzilishlarning psixologik ildizlari yoritilib, ushbu salbiy holatlarni profilaktika qilish va bartaraf etishning zamonaviy ijtimoiy-psixologik mexanizmlari taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: *Zamonaviy oila, ijtimoiy-psixologik iqlim, deviant xulq-atvor, disfunksional oila, suitsid, autizatsiya, korreksiya, profilaktika, transformatsiya.*

Oila — jamiyatning asosiy bo‘g‘ini, inson shaxsini shakllantiruvchi va uni ijtimoiylashtiruvchi ilk maskandir. Biroq, XXI asrning texnologik taraqqiyoti, iqtisodiy dinamikasi va madaniy globallashuvi an’anaviy oila institutining funksiyalariga jiddiy o‘zgarishlar kiritdi. Bugungi kunda "zamonaviy oila" tushunchasi nafaqat ijobiy yutuqlarni (erkinlik, gender tengligi, iqtisodiy mustaqillik), balki o‘ziga xos ijtimoiy-psixologik muammolarni ham qamrab olmoqda.

Oilaviy munosabatlarning inqirozga uchrashi, ota-ona va farzand o‘rtasidagi emotsional aloqalarning uzilishi ko‘pincha yosh avlod tarbiyasida jiddiy muammolarni — deviant (ijtimoiy me’yorlardan og‘ishgan) xulq-atvorni keltirib chiqarmoqda. Ushbu muammoni o‘rganish va unga qarshi tizimli choralarni ishlab chiqish bugungi kunning eng dolzarb vazifalaridan biridir.

Bugungi kunda oilalarning barqarorligiga rahna solayotgan asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni bir necha guruhga ajratish mumkin:

Zamonaviy oilalarda yuzaga kelayotgan eng katta xavflardan biri — **jismonan bir uyda yashab, psixologik jihatdan begonalashuvdir.** Ota-onalar va farzandlarning virtual olamga (ijtimoiy tarmoqlar, o‘yinlar) sho‘ng‘ishi o‘zaro jonli muloqot va emotsional yaqinlikni (empatiyani) kamaytirmoqda.

Zamonaviy oilalarda emotsional uzilish va "gadjetizm" (shuningdek, ilmiy adabiyotlarda "raqamli autizatsiya" ya’ni muloqot paytida telefonga chalg‘ib, suhbatdoshni mensimaslik) muammosi bugungi kunda shunchaki texnologik qaramlik emas, balki chuqur ijtimoiy-psixologik inqiroz hisoblanadi.

Ushbu masalani tizimli tahlil qilish uchun uni bir nechta fundamental psixologik va sotsiologik jihatlarga ajratib ko‘rish lozim.

1. Jismoniy mavjudlik va psixologik yo‘qlik - "Bir tom ostidagi begonalar": An’anaviy psixologiyada oilaning asosiy vazifalaridan biri psixoterapevtik funksiya — ya’ni tashqi dunyodagi stresslardan so‘ng oila bag‘rida emotsional himoya, tushunish va qo‘llab-quvvatlash topish edi. Gadjetizm

sharoitida esa oila a’zolari bir xonada, jismonan bir-biriga yaqin masofada joylashsa-da, ularning diqqat-e’tibori butunlay boshqa virtual makonlarga tarqalib ketadi.

Bu holat psixologiyada "psixologik absensiya" (yo‘qlik) deb ataladi. Inson vizual muloqotdan, ko‘zlar kontaktidan va tana tili signallarini o‘qishdan mahrum bo‘ladi. Natijada, oila a’zolarida "men bu uyda yolg‘izman", "hech kimga qiziq emasman" degan subyektiv hislar rivojlanadi.

2. Bolalar rivojlanishidagi xavf: raqamli autizatsiya nima? "Raqamli autizatsiya" atamasi klinik autizmdan farq qilib, tug‘ma bo‘lmagan, balki tashqi muhit (gadjetlar) ta’sirida orttirilgan ijtimoiy moslashuvchanlikning buzilishini anglatadi.

Bolalik va o‘smirlik davrida miyaning ijtimoiy neyron tarmoqlari va empatiya (boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunish bo‘g‘ini) faqat jonli muloqot, ota-onaning yuz ishoralari (mimika), ovoz toni va emotsional reaksiyalarini kuzatish orqali shakllanadi.

Bu holatning kelajakka ta’siri: ota-onasi doim telefonda bo‘lgan go‘daklar emotsional javob ololmaydi. Bu vizual va sensor deprevatsiyaga (tanqislikka) olib keladi.

O‘smirlikdagi oqibati: jonli muloqot madaniyatini o‘rganmagan o‘smir tengdoshlari bilan munosabatga kirishishda qiyinchilikka uchraydi, ularning his-tuyg‘ularini tushunmaydi (past empatiya). Natijada u o‘zini jamiyatdan uzadi va yana virtual olamga qaytadi — destruktiv submadaniyatlarga yoki kiberaddiksiyaga (o‘yin qaramligi) yuz tutadi.

3. "Ota-ona fabbingi" va uning destruktiv oqibatlari: ko‘pincha deviant xulq-atvorda faqat bolalarni ayblaymiz, biroq tadqiqotlar muammo ota-onalarning o‘zidan boshlanishini ko‘rsatmoqda. Ota-onaning bola muloqot so‘raganda telefondan bosh ko‘tarmasligi yoki "ha, eshityapman" deb yuzaki javob berishi bolada quyidagi psixologik travmalarni keltirib chiqaradi:

1) Rad etilish va keraksizlik hissi: bola o‘zini ota-onasi uchun smartfondagi yangiliklar yoki ijtimoiy tarmoqlardan ko‘ra muhimroq emas, deb qabul qiladi.

2) Agressiya orqali e’tibor talab qilish: bola ota-onaning e’tiborini tortish uchun, hatto bu e’tibor jazo yoki urishish shaklida bo‘lsa ham injiqlik qiladi, ashyolarni sindiradi, darslarni qoldiradi. Bu — deviant xulq-atvorning ilk namoyon bo‘lishidir.

3) Munosabatlar modelining buzilishi: bola kelajakda o‘z oilasida ham aynan mana shu "tarqoq diqqat" muloqot modelini nusxalaydi.

4. Neyrobiologik jihat: dofamin tuzog‘i: nega gadjet muloqotdan ustun keladi? Ijtimoiy tarmoqlardagi "layk"lar, qisqa videolar (Reels, Shorts, TikTok) va xabarnomalar miyada tez va oson dofamin (huzur-halovat gormoni) ajralishini ta’minlaydi.

Oilaviy suhbat yoki farzand tarbiyasi esa emotsional mehnat, sabr va intellektual energiya talab qiladi. Miyaning eng oson eyforiya yo‘lini tanlashi natijasida oila a’zolari bir-biri bilan chuqur ma’naviy mavzularda gaplashishdan qochib, instinktiv ravishda telefon ekraniga yopishadi. Bu esa oiladagi psixologik iqlimni "sovuqlashtiradi".

Xulosa qilib aytganda, emotsional uzilish va gadjetizm zamonaviy oilani ich-ichidan yemiruvchi "yashirin virus"dir. U oila a'zolarining bir-biriga bo'lgan ishonchini kamaytiradi, hissiy iliqlikni yo'qotadi va o'smirlarda "ijtimoiy bo'shliq"ni yuzaga keltirib, ularni xulq-atvordagi og'ishlar (deviansiya) orqali o'zini namoyon qilishga majbur etadi.

Ushbu muammoni bartaraf etish uchun oilada ma'rifiy va madaniy choralar (masalan, ovqatlanish stolida telefondan foydalanmaslik, haftada bir kunni "internetsiz kun" deb e'lon qilish) hamda ota-onalarning raqamli psixologiya bo'yicha savodxonligini oshirish hayotiy zaruriyatdir.

An'anaviy oilada tarbiyaviy va ma'naviy funksiyalar birlamchi bo'lgan bo'lsa, bugungi kunda moddiy ta'minot (iqtisodiy funksiya) ko'p hollarda birinchi o'ringa chiqib qolmoqda. Ota-onalarning farzand tarbiyasiga vaqt ajratolmasligi oilani "disfunksional" (o'z vazifasini to'liq bajarolmaydigan) tizimga aylantiradi.

Ayollarning iqtisodiy faolligi oshishi va erkaklarning **oiladagi an'anaviy yetakchilik roli o'rtasidagi tafovutlar rolli nizolarni** keltirib chiqarmoqda. Bu esa oiladagi psixologik iqlimning keskinlashuviga va surunkali stress muhitining shakllanishiga sabab bo'ladi.

Zamonaviy oilalarda rolli nizolar va gender muvozanatining o'zgarishi masalasi sotsiologiya va oila psixologiyasining eng fundamental muammolaridan biridir. An'anaviy paternalistik (erkak kishi mutloq rahbar bo'lgan) oila modelidan zamonaviy, teng huquqli (egalitar) oila modeliga o'tish davri juda ko'p psixologik ziddiyatlar va surunkali stress bilan kechmoqda. Ushbu jarayonning dinamikasi, sabablari va oilaviy muhitga ta'sirini quyidagi ilmiy-psixologik jihatlar orqali kengroq tahlil qilish mumkin:

1. "Ikki karra yuklama" va rollikning haddan tashqari zo'riqishi: ayollarning iqtisodiy jihatdan faollashishi, oliy ma'lumotli bo'lishi va jamiyatda o'z statusiga ega bo'lishi ijobiy tendensiya bo'lsa-da, u ko'pincha oila ichidagi rollarning adolatli taqsimlanishiga olib kelmaydi. Psixologiyada bu holat "ayolning ikki karra yuklamasi" deb ataladi.

Tafovut aslida qanday? Ayol kishi tashqarida erkak bilan teng ravishda iqtisodiy faoliyat (ish, biznes) bilan shug'ullanadi, biroq uyga qaytgach, undan an'anaviy oila modelidagi barcha majburiyatlar - ro'zg'or ishlari, pishir-kuydir, bolalar tarbiyasi va dars tayyorlatish kabilarni mukammal bajarish talab etiladi.

Rolli konseptlarning bunday to'qnashuvi ayolda rolli disonans, ya'ni zo'riqish va jismoniy-emotsional charchoqni keltirib chiqaradi. Doimiy charchoq holatidagi ona va rafiqa beixtiyor oilada agressiya, depressiv holat yoki surunkali asabiylik manbayiga aylanadi.

2. Erkak kishi o'zligining inqirozi va mudofaa mexanizmlari: an'anaviy jamiyatda erkak kishining asosiy sotsial va psixologik roli — "boquvchi" va "himoyachi" maqomi bilan belgilangan. Ayolning moliyaviy mustaqillikka erishishi va ba'zan erkak kishidan ko'ra ko'proq daromad topishi, erkak kishining onglilik va ongosti darajasida o'z hukmronligini yo'qotish qo'rquvini uyg'otadi. Buning natijasida erkak kishida turli psixologik mudofaa mexanizmlari va destruktiv xulq-atvor shakllana boshlaydi:

1) Giperkompensatsiya - agressiv yetakchilikka urinish: erkak kishi yo‘qotilgan moliyaviy ustunlik o‘rnini qoplash uchun oilada haddan tashqari qattiqqo‘llik, despotizm va psixologik zo‘ravonlik (boshqarish, cheklash, taqiqlash) ko‘rsatishga o‘tadi.

2) Passiv-agressiv pozitsiya va "deviant qochish": o‘zini oilada yetakchi deb his qilolmagan erkak kishi oilaviy mas’uliyatlardan butunlay qochishi, depressiyaga tushishi yoki virtual o‘yinlar, ichkilikbozlik kabi og‘ishgan xulq-atvor shakllariga berilishi mumkin.

3. Rolli umidlar va reallik to‘qnashuvi: nizolarning boshlanishi ko‘p hollarda nikohgacha shakllangan "oilaviy ssenariylar" va kognitiv tasavvurlarning mos kelmasligiga borib taqaladi. Erkak va ayol nikohga o‘z ota-onalari oilasidan olgan andozalar bilan kirib kelishadi:

Ssenariy A (erkak): "Mening onam ishlagan bo‘lsa ham dadamning hamma aytganini qilardi va uy ishlariga ulgurardi, xotinim ham shunday qilishi kerak".

Ssenariy B (ayol): "Men zamonaviy ayolman, pul topyapmanmi, demak, turmush o‘rtog‘im ham uy ishlarida va bolalar tarbiyasida tengma-teng ishtirok etishi shart".

Ushbu ikki qarama-qarshi kognitiv pozitsiya o‘zaro kelishuv va moslashuv (adaptatsiya) bosqichidan o‘tmasa, oilada doimiy "sovuq urush" yoki ochiq to‘qnashuvlar muhitini yaratadi.

4. Surunkali stress muhitining bolalar psixologiyasiga va deviansiyaga ta’siri: ota-ona o‘rtasidagi gender rollari va hokimiyat uchun kurash (kuchlar balansi buzilishi) natijasida yuzaga keladigan surunkali stress muhiti bevosita bolalar shaxsiga destruktiv ta’sir ko‘rsatadi:

1) Nevrotizatsiya va xavotir: bola doimiy keskinlik, pichinglar va janjallar muhitida yashagani sababli unda bazaviy xavfsizlik hissi yo‘qoladi. Bu o‘smirlik davrida qo‘rquv, nevrozlar va psixosomatik kasalliklarga olib keladi.

2) Identifikatsiyaning buzilishi: o‘g‘il bolalar uchun kuchli, vazmin va mas’uliyatli otaning, qiz bolalar uchun esa oqila, baxtli va xotirjam onaning obrazi yetishmaydi. Bola kelajakdagi oilaviy munosabatlarning sog‘lom modelini ko‘ra olmaydi.

3) Norozilik deviansiyasi: ota-onasining bir-biri bilan bandligini va ulardan faqat negativ emotsiyalar tarqalayotganini ko‘rgan o‘smir, bu yoqimsiz muhitdan qochish uchun tashqaridan (ko‘chadan, internetdan) taskin qidiradi va tarbiyasi og‘ir bolalar qatoriga qo‘shiladi.

Ushbu muammoni hal etishning yagona yo‘li — an’anaviy va zamonaviy qarashlarni sintez qilgan holda "rolli moslashuvchanlik" ko‘nikmasini shakllantirishdir. Er-xotin munosabatlarni barqaror ushlab turish uchun rollarni qat’iy gender qoliplari bo‘yicha emas, balki vaziyat va imkoniyatlardan kelib chiqib, o‘zaro hamkorlik (kooperatsiya) asosida taqsimlashni, ochiq va konstruktiv muloqot orqali bir-birlarining sotsial yutuqlarini tan olishni o‘rganishlari shart.

Deviant xulq-atvor — jamiyatda qabul qilingan huquqiy, axloqiy va ijtimoiy me’yorlarga zid bo‘lgan xatti-harakatlardir. Bunga jinoyatchilik, alkogolizm, narkomaniya, kiberaddiksiya (internetga qaramlik), agressiya va suitsidial tendensiyalar kiradi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, deviant xulq-atvorga ega o‘smirlarning qariyb 75-80 foizi nosog‘lom oilaviy muhitda voyaga yetgan. Oiladagi quyidagi patologik uslublar deviansiyani triggerlaydi:

1) Giperopeka – haddan tashqari g‘amxo‘rlik: bolaning shaxsiy chegaralarini bo‘g‘ish, uning o‘rniga barcha qarorlarni qabul qilish. Natijada bola o‘smirlik davrida norozilik sifatida deviant yo‘lni tanlaydi.

2) Gipopeka – g‘amxo‘rlikning yetishmasligi, nazoratsizlik: bolaning taqdiriga befarqlik. Bola e’tiborni jalb qilish yoki o‘z o‘rnini topish uchun ko‘cha submadaniyatlari va jinoiy guruhlarga qo‘shilib ketadi.

3) Oilaviy zo‘ravonlik – psixologik va jismoniy: uyda doimiy qo‘rquv va agressiyani ko‘rgan bola buni tashqi dunyoga ham proeksiya qiladi va o‘zida destruktiv xulq-atvorni shakllantiradi.

Zamonaviy oilalarda deviant xulq-atvorni samarali bartaraf etish faqatgina jazo choralari bilan emas, balki tizimli ijtimoiy-psixologik korreksiya orqali amalga oshirilishi lozim.

Birlamchi prafilaktikada maktab va mahallalarda "Ota-onalar universiteti" loyihalarini tashkil etish, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash ishlari amalga oshirilsa, oilaviy munosabatlar madaniyatining yuksalishi, nizolarning kamayishi kabi natijalarga erishishimiz mumkin bo’ladi.

Ikkilamchi prafilaktikada disfunksional va nizo darajasi yuqori oilalarni erta aniqlash va ularga psixologik diagnostika o‘tkazish ishlari amalga oshirilsa, inqirozli holatlarning chuqurlashib ketishining oldini olish mumkin bo’ladi.

Korreksiya va reabilitatsiyada deviant xulq-atvorli o‘smirlar va ularning ota-onalari bilan individual va guruhli psixoterapiya (art-terapiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi) seanslarini o‘tkazish natijasida bolaning jamiyatga moslashishi, oilada o‘zaro ishonchning qayta tiklanishiga erishish mumkin bo’ladi.

Oilaviy kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (Family Cognitive Behavioral Therapy – FCBT)ning ahamiyati: muammolarni bartaraf etishda eng samarali metodlardan biri bu — oilaviy terapiyadir. Bunda mutaxassis faqat bola bilan emas, butun oila a’zolari bilan ishlaydi. Maqsad — oiladagi muloqot destruktiv (ayblovchi, tanqidiy) shakldan konstruktiv (tinglovchi, qo‘llab-quvvatlovchi) shaklga o‘tkaziladi.

Oilaviy kognitiv-xulq-atvor terapiyasi— oiladagi ijtimoiy-psixologik inqirozlar, nizolar va o‘smirlardagi deviant xulq-atvorni korreksiya qilishda tizimli va eng yuqori samaradorlikka ega bo‘lgan ilmiy-amaliy metod hisoblanadi.

Ushbu metodning bosh g‘oyasi shuki, oila — yaxlit bir tizim (sistema). Agar ushbu tizimning bir bo‘g‘inida (masalan, bolada deviant xulq-atvor shaklida) muammo yuzaga kelsa, uni butun tizimdan uzib olgan holda, alohida davolab bo‘lmaydi. Boladagi deviansiya — aslida oilaviy tizimdagi nosog‘lom muhit, noto‘g‘ri muloqot va yashirin nizolarning bir simptomi (ko‘rinishi), xolos. FCBT ushbu muammolarni bartaraf etishda uchta fundamental bosqichda va chuqur funksional yo‘nalishlarda ish olib boradi:

1. Kognitiv qayta shakllantirish – tasavvurlarni o‘zgartirish: oiladagi ko‘plab destruktiv munosabatlar va emotsional sovuqlik oila a’zolarining bir-birlari haqidagi kognitiv xatolari va avtomatik fikrlari tufayli yuzaga keladi. Masalan: Ota-onaning

fikri: "O‘g‘limiz bizni qasddan jinnixona qilmoqchi, u tarbiyasiz va befarq". Bolaning fikri: "Ota-onam mening erkinligimni bo‘g‘yapti, ular meni umuman tushunmaydi va yomon ko‘radi".

Terapiya jarayonida mutaxassis ushbu qolipga tushib qolgan irratsional fikrlarni tahlil qiladi. Oila a’zolari bir-birlarining xatti-harakatlari ortida "yomon niyat" emas, balki qondirilmagan bazaviy ehtiyojlar (e’tibor, xavfsizlik, sevgi tanqisligi) yotganini tushunib yetadilar. Natijada, bir-biriga nisbatan kognitiv munosabat o‘zgaradi.

2. Destruktuv muloqotdan konstruktiv muloqotga o‘tish – muloqot treningi: FCBT doirasida oilaning muloqot shakli butunlay transformatsiya qilinadi. Ko‘pincha inqirozli oilalarda muloqot "Ayblov-Himoya-Agressiya" triadasiga asoslangan bo‘ladi. Terapiya buni quyidagicha o‘zgartiradi:

"Sen" pozitsiyasidan "Men" pozitsiyasiga o‘tish: an’anaviy inqirozli muloqotda ota-onalar ko‘pincha bolaga nisbatan to‘g‘ridan-to‘g‘ri ayblov shaklidagi "Sen" pozitsiyasidan foydalanadilar. Masalan, "Sen doim dars qoldirasan, uydagilarni umuman o‘ylamaysan, odam bo‘lmaysan!" degan qat’iy hukm bolada faqatgina kuchli himoyalanish, psixologik to‘siq (blok) yoki javob agressiyasini uyg‘otadi. Bu holatda o‘smir xatosini tushunish o‘rniga o‘zini mudofaa qilish bilan band bo‘ladi.

Terapiya jarayonida ushbu uslub "Men" pozitsiyasiga transformatsiya qilinadi: "Sening maktabga bormayotganingdan juda xavotirdaman, kelajaging menda qo‘rquv uyg‘otyapti. Senga qanday yordam bera olaman?". Ushbu yondashuvning psixologik mexanizmi shundaki, u bolaga hujum qilmaydi, balki ota-onaning ichki kechinmalari va xavotirini namoyon etadi. Natijada muloqonda qarshilik kamayadi va diqqat-e’tibor muammoning o‘zini birgalikda hal qilishga qaratiladi.

Piching va yorliqlardan faktga urg‘u berishga o‘tish: disfunksional oilaviy muhitda muloqotning yana bir destruktiv tomoni — bolaning shaxsiga nisbatan salbiy yorliqlar yopishtirish va pichinglar qilishdir. "Xuddi otangga/onangga o‘xshagan gap uqmas, qaysarsan" qabilidagi gaplar bolaning o‘ziga bo‘lgan hurmatini (samoootsenkasi) tushiradi va unda "Men baribir yomonman, yaxshi bo‘lishimdan foyda yo‘q" degan destruktiv kognitiv qolipni (ustanovka) mustahkamlaydi.

Terapiya doirasida muloqot shaxsni tanqid qilishdan konkret faktga urg‘u berishga yo‘naltiriladi: "Hozirgi xatti-harakating bizni ranjityapti, kel, buni sababini gaplashib olaylik". Ushbu mexanizm bolaning butun shaxsiyatini qoralamasdan, faqat uning xulq-atvoridagi muayyan xatoni ajratib ko‘rsatadi. Bu esa bolada o‘z qadr-qimmatini saqlagan holda, xatti-harakatini o‘zgartirishga motivatsiya uyg‘otadi.

Eshitishni xohlamaslikdan aktiv tinglashga o‘tish: ko‘p hollarda oilaviy nizolar ota-onaning bolani oxirigacha eshitishni xohlamasligi, u gapirayotganda gapini bo‘lishi va uning his-tuyg‘ularini kamsitishi natijasida chuqurlashadi. Bu bolada chuqur emotsional deprevatsiya (hissiy tanqislik) va begonalashuvni keltirib chiqaradi.

Buning aksi o‘laroq, aktiv tinglash (refleksiya) texnikasi muloqotni sog‘lomlashtiradi: "Seni to‘g‘ri tushundimmi, sen hozir bizning haddan tarkoq nazoratimizdan charchagansan, shundaymi?". Bu mexanizm orqali bola o‘z fikrining, kechinmalarining ota-onasi uchun qadrli ekanini va oilada uni chindan ham eshitishayotganini subyektiv ravishda his qiladi. Ushbu ishonch ko‘priklarining tiklanishi o‘smirdagi isyonkorlik va deviant tendensiyalarni tabiiy ravishda pasaytiradi.

Faqat tushunish va gaplashishning o‘zi yetarli emas, yangi muloqot modelini xulq-atvorda mustahkamlash lozim. Buning uchun FCBT doirasida "Oilaviy shartnomalar va kelishuvlar" texnikasidan foydalaniladi:

Vazifalarni aniq belgilash: oila a’zolarining majburiyatlari, huquqlari va shaxsiy chegaralari ochiqchasiga qog‘ozga tushiriladi (masalan, gadjetlardan foydalanish vaqti, uy ishlari taqsimoti, dars tayyorlash tartibi).

Pozitiv rag‘batlantirish: bola yoki ota-ona kelishuv qoidalariga amal qilganda, bu oilada alohida e’tirof etiladi va rag‘batlantiriladi (bu shunchaki moddiy narsa emas, balki birgalikda vaqt o‘tkazish, emotsional iliqlik shaklida bo‘lishi mumkin).

Sanksiyalarning ochiqligi: agar kelishuv buzilsa, buning oqibati qanday bo‘lishi oldindan (baqiriq-chaqiriqsiz va jismoniy jazosiz) kelishib olingan bo‘ladi. Bu esa bolada o‘z qilmishi uchun mas’uliyat hissini shakllantiradi.

Oilaviy kognitiv-xulq-atvor terapiyasi o‘smirning xulq-atvorini "sindirib", majburlab to‘g‘rilash emas, balki oila a’zolari o‘rtasida yo‘qolgan emotsional ko‘prikni qayta tiklash demakdir. Mazkur metod yordamida oilada shunday xavfsiz psixologik muhit yaratiladiki, natijada o‘smir o‘z his-tuyg‘ulari, noroziliklari va ichki kechinmalarini deviant xulq-atvor (agressiya, qochish, addiksiya) orqali emas, balki sog‘lom, konstruktiv va og‘zaki muloqot orqali ifodalashni o‘rganadi.

Zamonaviy oilada ijtimoiy-psixologik muammolar va deviant xulq-atvorni bartaraf etish — davlat, jamiyat, ta’lim muassasalari va eng muhimi, oilaning o‘zaro hamkorligini talab etadigan murakkab jarayondir. Maqola doirasida olib borilgan tahlillar asosida quyidagi amaliy tavsiyalar ilgari suriladi:

1. Raqamli gigiyena va "Oila vaqti" sivilizatsiyasi: oilalarda kunning ma’lum bir vaqtini gadjetlarsiz, faqat jonli muloqot, birgalikdagi o‘yinlar va suhbatlarga ajratish an’anasini shakllantirish.
2. Psixologik xizmatni institutsionallashtirish: mahalla va maktab tizimida faqat qog‘ozbozlik bilan shug‘ullanmaydigan, balki oilaviy inqirozlarni professional darajada hal qila oladigan "Oilaviy psixolog" institutini kengaytirish.
3. Pozitiv ota-onalik ko‘nikmalari: ota-onalarga farzand tarbiyasida jazo yoki mutlaq erkinlik emas, balki demokratik va qo‘llab-quvvatlovchi uslublardan foydalanishni o‘rgatuvchi doimiy media-kontentlar va treninglar tarmog‘ini yaratish.

Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, sog‘lom psixologik iqlimga ega oilagina barkamol va deviant xulq-atvordan xoli bo‘lgan avlodni tarbiyalab bera oladi. Oilaning ichki muhitini sog‘lomlashtirish — millat kelajagini ta’minlash demakdir.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Karimova V.M. “Oila psixologiyasi” - Toshkent, 2017.
2. Giddens A. “Sotsiologiya” - London, 2013.
3. Sodiqova Sh.A. “Deviant xulq-atvor psixologiyasi” - T.: O‘zbekiston, 2020.

UMUMTA’LIM VA IXTISOSLASHTIRILGAN MAKTAB O‘QUVCHILARINING OILAVIY MUNOSABATLAR HAQIDAGI IJTIMOIY TASAVVURLARI

Toshtemirova Nigora Ibrohimovna

Andijon davlat universiteti tayanch doktoranti
Qo‘qon universiteti Andijon filiali o‘qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada turli tipdagi maktablarda tahsil olayotgan o‘smirlarning oilaviy munosabatlar haqidagi ijtimoiy tasavvurlari qiyosiy tahlil qilinadi. Tadqiqot davomida ixtisoslashtirilgan va umumta’lim maktablari o‘quvchilarining oilaviy qadriyatlar, ota-ona bilan muloqot va kelgusi oilaviy hayot haqidagi qarashlari yoritilgan. Shuningdek, ta’lim muhitining o‘smir ijtimoiy ongiga ta’siri bo‘yicha xulosalar berilgan.

Kalit so‘zlar: *ijtimoiy tasavvur, oilaviy munosabatlar, o‘smirlik davri, ixtisoslashtirilgan maktab, umumta’lim maktabi, psixologik muhit, qadriyat.*

Kirish

Inson shaxsi shakllanadigan dastlabki va asosiy maskan oiladir. Ayniqsa, o‘smirlik davrida oilaviy munosabatlar tizimi shaxsning ijtimoiylashuvida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Bugungi kunda O‘zbekiston ta’lim tizimidagi islohotlar natijasida ixtisoslashtirilgan maktablar soni ortib bormoqda. Ushbu maktablardagi yuqori akademik talablar, raqobat muhiti va o‘quvchilarning kun tartibi ularning nafaqat bilim olishiga, balki oilaviy qadriyatlar va munosabatlar haqidagi tasavvurlariga ham o‘ziga xos ta’sir ko‘rsatmoqda.

Ijtimoiy tasavvurlar tushunchasi ilmiy muomalaga S. Moskovichi tomonidan kiritilgan bo‘lib, u shaxsning ma’lum bir ijtimoiy voqelikka bo‘lgan munosabati va qarashlari majmuini ifodalaydi [1]. Oilaviy munosabatlar haqidagi tasavvurlar esa o‘smirning kelajakdagi ijtimoiy pozitsiyasini, uning jamiyatda o‘z o‘rnini topishini belgilab beruvchi fundamental omildir.

Psixolog olim G.B. Shoumarov ta’kidlaganidek, oilaviy munosabatlarning barqarorligi farzandlarda oila haqidagi ijobiy ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishiga asos bo‘ladi [2]. Biroq, o‘quvchi tahsil olayotgan maktab muhiti va u yerdagi ijtimoiy kutilmalar bu tasavvurlarni ma’lum ma’noda korreksiya qiladi.

1. Umumta’lim maktabi o‘quvchilarining ijtimoiy tasavvurlari. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, umumta’lim maktabi o‘quvchilari uchun oilaviy munosabatlar ko‘proq “an’anaviy” va “emotsional” xarakterda namoyon bo‘ladi. Ular uchun oila – bu birinchi navbatda dam olish, psixologik himoya va yaqinlar bilan bevosita muloqot maskani. Ushbu guruh o‘quvchilarida oilaviy rollarning taqsimlanishi

ko‘proq jamiyatda shakllangan klassik gender rollariga asoslanadi. Masalan, ota – moddiy ta’minlovchi va qaror qabul qiluvchi, ona – mehribon, tarbiyachi va uy ishlari bilan shug‘ullanuvchi sihatida tasavvur qilinadi.

2.Ixtisoslashtirilgan maktab o‘quvchilarining ijtimoiy tasavvurlari. Ixtisoslashtirilgan maktablarda (Prezident maktablari, ijod va fan yo‘nalishidagi maktablar) o‘quvchilar vaqtining asosiy qismini intellektual mehnat, loyihalar va qo‘shimcha kurslarda o‘tkazadilar. Ularning oilaviy munosabatlar haqidagi tasavvurlari ko‘proq “instrumental” ahamiyat kasb eta boshlagan. Ya’ni, oila ular uchun birinchi navbatda yuqori natijalarga erishishda qo‘llab-quvvatlovchi va sharoit yaratuvchi resurs sifatida ko‘riladi.

Psixolog V.M. Karimovaning fikricha, ijtimoiy tasavvurlar shakllanishida ijtimoiy ustanovkalar muhim o‘rin tutadi [3]. Ixtisoslashtirilgan maktab o‘quvchilarida oila haqidagi tasavvurlar ko‘proq individuallik va shaxsiy muvaffaqiyat bilan bog‘liq bo‘lib, ular oilada o‘zaro mustaqillikni yuqori baholaydilar.

Tahliliy natijalar va muhokama O‘smirlar o‘rtasida o‘tkazilgan psixologik so‘rovnomalar va “Mening oilam” proyektiv testlari natijalariga ko‘ra, guruhlar o‘rtasida quyidagi statistik farqlar aniqlandi:

Muloqot mazmuni: Umumta’lim maktabi o‘quvchilari ota-onalari bilan kundalik hissiyotlar va maishiy masalalar haqida ko‘proq gaplashishsa, ixtisoslashtirilgan maktab o‘quvchilari asosan kelajakdagi karyera, chet tillarini o‘rganish va o‘quv natijalari mavzusida muloqot qiladilar.

Nizolarni hal qilish uslubi: Ixtisoslashtirilgan maktab o‘quvchilari oiladagi anglashilmovchiliklarni ratsional (mantiqiy) tahlil qilish orqali yechishga moyil. Umumta’lim maktabi o‘quvchilari esa ko‘proq affektiv (hissiy) reaksiyalarni namoyon etadilar. Umumta’lim maktabi o‘quvchilarining 70% dan ortig‘i “katta va jamoaviy” oila modelini afzal ko‘rishsa, ixtisoslashtirilgan maktab o‘quvchilarining 55% foizi “nuclear” (kichik, faqat turmush o‘rtog‘i va farzandlardan iborat) hamda er-xotinning teng huquqliligiga asoslangan oila modelini ijtimoiy ideal sifatida qabul qilishadi [4].

Xulosa

Olib borilgan qiyosiy tahlil shuni ko‘rsatadiki, ta’lim turining differensiyalashuvi o‘smirlarning oilaviy qadriyatlar tizimiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Ixtisoslashtirilgan maktablardagi yuqori intellektual bosim o‘quvchilarni oilaga nisbatan ko‘proq pragmatik yondashishga o‘rgatsa, umumta’lim maktablaridagi muhit an’anaviy rishtalarning saqlanib qolishiga xizmat qiladi.

Ta’lim tizimidagi differensial yondashuvdan kelib chiqib, o‘quvchilarning ham intellektual, ham ijtimoiy-psixologik rivojlanishi o‘rtasidagi muvozanatni ta’minlash hamda “maktab-oila-o‘quvchi” zanjiri doirasida har bir maktab tipiga moslashtirilgan tabaqalashgan hamkorlik strategiyasini amalga oshirish lozim.

“Maktab–oila–o‘quvchi” hamkorligi doirasida ota-onalar uchun maxsus seminarlar tashkil etish hamda ularda farzandining ta’lim yo‘nalishidan kelib chiqqan holda muloqot o‘rnatishning o‘ziga xos jihatlarini shakllantirish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Moskovichi S. Sotsialnoye poznaniye: Psixologicheskiye issledovaniya. – M.: Nauka, 1988.
2. Shoumarov G.B. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2010.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiyalar, 2012.
4. Andreyeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. – M.: Aspekt Press, 2001.
5. Eydemiller E.G., Yustitskis V. Psixologiya i psixoterapiya semi. - SPb.: Piter, 2008.
6. Qodirov B.R. “Oila psixologiyasi”. – T.: Universitet, 2010.

КОГНИТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ И РОЛЬ НЕЙРОПЛАСТИЧНОСТИ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ

Абдумаджидова Дилдора Рахматуллаевна

Национальный университет Узбекистана
кафедра «Психология» (DSc)

Аннотация. Нейропластичность в детском возрасте обеспечивает невероятные возможности для обучения и развития. В данной статье мы разберём, в чём суть нейропластичности и когнитивных процессов у детей, какие факторы влияют на этот процесс и современная наука рассматривает адаптацию к новым условиям.

Ключевые слова: *нейропластичность, адаптация, новые условия, когнитивные процессы, новые навыки, эффективность.*

Abstract. Neuroplasticity in childhood provides incredible opportunities for learning and development. In this article, we will examine the essence of neuroplasticity and cognitive processes in children, what factors influence this process, and modern science considers adaptation to new conditions.

Keywords: *neuroplasticity, adaptation, new conditions, cognitive processes, new skills, and efficiency.*

Нейропластические процессы, способствующие обучению и адаптации, могут также способствовать нежелательному поведению, мышлению и эмоциональным реакциям. Знание этих процессов поможет объяснить формирование негативных привычек и зависимостей и понять, как их можно изменить. Среди этих механизмов важную роль играет усиление выработки дофамина за счет немедленного вознаграждения [3].

Знание процессов нейропластичности дает нам не только возможность теоретически понять функционирование мозга, но и практические инструменты для более эффективного обучения, восстановления после травм, улучшения когнитивных функций на протяжении всей жизни и решения психических проблем. Определив механизм нейропластичности, мы можем

стратегически использовать его для формирования желаемых компетенций и изменения устоявшихся моделей поведения.

Нейропластичность – это способность головного мозга изменять свою структуру и функции в ответ на различные внешние и внутренние стимулы. Речь идёт о формировании новых нейронных связей и «переподключении» уже существующих сетей. У детей этот процесс выражен значительно ярче, чем у взрослых, поскольку детский мозг развивается стремительными темпами, а его структуры ещё не достигли окончательной специализации. В раннем возрасте у ребёнка наиболее высока интенсивность процесса образования синапсов между нейронами. Именно поэтому формирующийся мозг способен особенно активно реагировать на окружающую среду, быстрее приспосабливаться к новым условиям.

Нейропластичность у детей – это фундаментальное свойство, позволяющее не только формировать новые навыки и знания, но и восстанавливаться при различных нарушениях. В раннем возрасте нейропластические процессы достигают своего пика, что открывает широкие возможности для эффективной реабилитации и коррекции развития.

В процессе обучения мозг переносит количественные изменения. Чтобы лучше понять этот феномен, нам необходимо рассмотреть аспекты, свидетельствующие в пользу пластичности мозга, и изучить практические способы, с помощью которых мы можем оптимально использовать эту экстраординарную способность. Понимание того, что мозг по своей природе пластичен, позволяет осознать, что человек всегда может учиться и развиваться до самого конца своей жизни и не бояться старомодного представления о мозге взрослого человека как о жестком и инертном.

Виды пластичности мозга. Пластичность мозга - это не изолированный феномен, а гетерогенный набор процессов, которые позволяют мозгу изменяться и адаптироваться. Современные нейробиологические исследования выявляют несколько важных типов пластичности, которые в совокупности определяют феноменальную способность мозга к трансформации [1].

Способность сосредотачиваться и сохранять концентрацию также имеет решающее значение. Одной из самых сильных сторон нейропластичности является сосредоточенное внимание. Работа когнитивной нейронауки доказывает, что внимание можно рассматривать как нейронный центр внимания, который усиливает активность в областях мозга, имеющих отношение к выполнению задач, и способствует развитию новых связей именно в тех областях, которые необходимы в когнтивных процессах [2]. Сосредоточившись на определенной задаче, нейроны, которые занимаются обработкой соответствующей задачи, демонстрируют синхронность. Такая синхронизация обеспечивает идеальную среду для синаптической пластичности и обучения.

Внимание также помогает улучшить четкость сигнала, поскольку оно максимизирует активность нейронов, кодирующих важную информацию, подавляет активность нейронов, кодирующих информацию, не относящуюся к

делу. Этот контраст улучшает соотношение сигналов, что облегчает формирование новых связей в мозге. Все дело в том, чтобы набирать номер на радиоприемнике до тех пор, пока не будет найдена нужная частота: как только выбрана нужная частота, сигнал становится четким, а фоновый шум исчезает.

Другим важным процессом является выработка автоматических реакций на стресс. В случае, когда стрессовые ситуации повторяются, мозг формирует более быстрые и менее осознанные способы реагирования. Если принятый механизм совладания является неадаптивным, например, переедание в ответ на стресс, то это может превратиться в привычную реакцию на стресс. Эта тенденция формируется таким же образом, как и классическая обусловленность, когда стресс сочетается с временным облегчением, которое сопровождается деструктивным поведением. Такая ассоциация усиливается и становится все более неосознанной. Именно благодаря её слаженной работе мы способны анализировать сложные ситуации, предвидеть последствия своих поступков и адаптироваться к меняющимся условиям окружающей среды. Её активность пронизывает все аспекты нашей умственной деятельности - от мгновенного распознавания знакомого лица до глубоких философских размышлений. Понимание нейропластических механизмов расширяет теоретические перспективы с точки зрения функционирования мозга и предлагает реальные подходы к максимизации эффективности обучения, реабилитации после травм, поддержанию когнитивных способностей на протяжении всей жизни и решению психологических проблем. Понимание механизма нейропластичности позволяет нам осознавать способность сознательно контролировать такие процессы, чтобы приобретать необходимые навыки и изменять поведенческие паттерны.

Роль когнитивных процессов и нейропластичности повышает креативность и умения решать проблемы. Когда ум гибок, он может находить нестандартные решения задач, которые казались сложными или неразрешимыми. Таким образом, когда ум гибок, он может находить нестандартные решения задач, которые казались сложными или неразрешимыми. Эта гибкость проявляется не только в способности видеть проблему под разными углами, но и в готовности экспериментировать, отходить от привычных шаблонов и даже принимать риск неудачи ради открытия нового.

Нейропластичность как движущая сила когнитивных процессов – это способность мозга создавать новые нейронные связи. Исследования в науке показывают, что стимуляция нейропластичности может замедлить прогрессирование нейродегенеративных заболеваний и частично восстановить утраченные функции. В то же время, способность мозга меняться и развиваться на протяжении всей жизни. Она особенно важна для когнитивных функций как наиболее сложных функций головного мозга, с помощью которых осуществляется процесс рационального познания мира и обеспечивается целенаправленное взаимодействие с ним. Эта область мозга, будучи центральным узлом обработки информации, отвечает за формирование

абстрактных представлений, планирование действий, принятие решений и самоконтроль.

Такой подход позволяет не просто преодолевать препятствия, но и трансформировать их в возможности для роста и инноваций. Вместо того чтобы застревать в тупике, гибкий ум ищет обходные пути, комбинирует разрозненные идеи и создает уникальные комбинации. Такая способность к адаптации и поиску альтернатив становится бесценным активом в постоянно меняющемся мире, где вчерашние решения сегодня могут оказаться устаревшими. Исследования в области нейропластичности продолжают открывать новые горизонты в понимании работы мозга и его потенциала.

Список использованной литературы.

1. Мохеб Костанди. «Нейропластичность». Издательская группа Точка, 2017. ISBN-978-5-9908700-1-7 С.176.
2. К.И. Павлов, В.Н. Мухин. Физиологические механизмы нейропластичности как основа психических процессов и социально-профессиональной адаптации (часть 1). Журнал «Психология. Психофизиология». 2021. Т. 14, № 3. С. 119–136.
3. Современная концепция нейропластичности (теоретические аспекты и практическая значимость) С.А. Живолупов, И.Н. Самарцев, Ф.А. Сыроежкин. Журнал «Неврологии и психиатрии». 10, 2013. С.103-108.

RAQAMLI MUHIT SHAROITIDA OILAVIY PSIXOLOGIK FAROVONLIKKA ERISHISH MASALALARI

Yusupova Feruza Ravshanjonovna

“Hayot xaritasi” ayollar markazi rahbari

Annotatsiya: XXI asr raqamli axborot asrida hayotimiz global raqamli maydonda - internet, ijtimoiy tarmoqlar, sun’iy intellekt va virtual komunikatsiyalar tizimida kechmoqda. Ushbu maqolada raqamli muhit to‘lqinida manbalar ko‘paygani sababli ijobiy va salbiy ta’sirlar dunyoqarashni shakllanishi haqida fikr yuritilgan. Oilaviy psixologik farovon muhitni yaratishda ta’lim-tarbiyani birgalikda olib borish, raqamli tizimda tanqidiy fikrlovchi, o‘zini-ozi boshqaruvchi, milliy qadriyatlarga hurmat yuzasidan qarovchi, ma’naviy-axloqiy imuniteti yuqori bo‘lgan yosh avlodni tarbiyalash masalalari atroflicha yoritilgan.

Аннотация: В цифровую информационную эпоху XXI века наша жизнь протекает в глобальном цифровом пространстве — в интернете, социальных сетях, искусственном интеллекте и виртуальных коммуникациях. В статье рассматриваются положительные и отрицательные последствия цифровой среды для формирования мировоззрения в связи с увеличением ресурсов. Подробно рассматриваются вопросы совместного воспитания в создании психологически комфортной семейной среды, воспитании молодого поколения, обладающего критическим мышлением, способностью к

самоорганизации, уважением к национальным ценностям и высокой духовно-нравственной устойчивостью в цифровой системе.

Abstract: In the digital information age of the 21st century, our life takes place in the global digital space - the Internet, social networks, artificial intelligence and virtual communications. This article discusses the positive and negative effects of the digital environment on the formation of worldviews due to the increase in resources. The issues of joint education in creating a family psychologically comfortable environment, raising a young generation who are critical thinkers, self-manage, respect for national values, and have high spiritual and moral immunity in the digital system are considered in detail.

Kalit so‘zlar: global raqamli maydon, psixologik barqarorlik, axborotga bo‘lgan qaramlik, oila, oilaviy qadriyatlar, ijtimoiylashuv, hissiy himoya, ruhiy muvozanat, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, hayotdan qoniqish, shaxsiy o‘sish.

> *Yoshlar tarbiyasida asrlar mobaynida shakllangan milliy an'analarimizga, ajdodlarimiz boy merosiga tayanaylik.*
> ***Sh.Mirziyoyev***

Farovon, saodatli va baxtli hayot kechirish istagi har bir insonning sof tabiatiga xos. Shuning uchun inson hayoti davomida faqat yaxshiliklarni jalb qilib, yomonliklardan chetlab o‘tish harakartida bo‘ladi. Bu dunyoda yaxshilik va yomonlik, nur va zulmat, kun va tun doimo yonma-yon bo‘lar ekan, biz insoniyatning asosiy vazifamiz faqat yorug‘likni tanlab, hayotimizda yaxshilik yaratib, baxtiyor yashashlikdir. Buning uchun hayot ilmi hamda hayot tajribasi muhim ahamiyatga ega, ayniqsa, yosh avlodni tarbiyalashda xatolarsiz tog‘ri yo‘lni topishi, ilm olishi va kasb-hunar o‘rganishi orqali baxtiyor hayot kechirishliklari uchun zamin yaratishimiz muhim. Ilm yo‘li juda ham keng bo‘lib, to‘g‘ri va bizga mosini topish mushkul. XXI asr raqamli axborot asri sifatida hayotimizni mutlaqo yangi bosqichga ko‘tarib, ham ijobiy, ham salbiy ta’sirini ko‘rsatib kelmoqda. Avvallari ma’lumot yo‘qliki muammo bo‘lsa, hozirda hayotimiz global raqamli maydonda - internet, ijtimoiy tarmoqlar, sun’iy intellekt va virtual komunikatsiyalar tizimida kechmoqda. UNESCO va OECD tahlillari ta’lim-tarbiya jarayonida raqamli texnologiyalar ob’yektiv reallikka aylangani, ular yoshlar tafakkuri, xuql-atvori va qadriyatlar tizimini tez sur’atda qayta kodlayotganini qayd etadi. Raqamli muhit to‘lqinida yoshlarku mayli hattoki ota-onalarning ham dunyoqarashi o‘zgarib, manbalar ko‘paygani sababli, bir tomondan bilimni tez egallashga, kreativ fikrlash va ijtimoiy faollikni kuchaytirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatsa, ikkinchi tomondan psixologik barqarorlikni pasayishi, axborotga bo‘lgan qaramlikni oshishi orqali milliy qadryatlarimizni yemirilishiga olib kelmoqda. Hozirgi kunda ta’lim-tarbiyani birgalikda olib borish, raqamli tizimda tanqidiy fikrlovchi, o‘zini-ozi boshqaruvchi, milliy qadriyatlarga hurmat yuzasidan qarovchi, ma’naviy-axloqiy imuniteti yuqori bo‘lgan yosh avlodni tarbiyalashda oilaviy psixologik farovon muhitni yaratish katta ahamiyatga ega. Chunki, oila ta’lim-tarbiyaning boshlang‘ich bo‘g‘ini bo‘lib, ota-onalarning ma’naviy yetukligi komil inson sifatidagi avlodlarni tarbiyalashga zamindir. Bizni butun dunyoni ko‘rishga imkoniyatimiz mavjud bo‘lgan holatda

ham o‘zlikni unutmasligimiz va uni saqlab qolishimiz lozim. Bu vazifaning katta qismi oilaga tushadi, chunki baxtiyor yashashlikning asosi farzandlar kamolidir.

Oila — bu inson hayotining asosiy poydevori bo‘lib, unda tarbiya va ma'naviy qadriyatlar, baxtli yashash borasidagi ilk qarashlar kurtak otadi. Oilalar mustahkamligi va farovonligi uning ichki ta’lim-tarbiyasiga bog‘liq ekan, farzandlarimizni ham ruhan, ham jismonan sog‘lom va yetuk qilib tarbiyalash porloq kelajak yaratish poydevori hisoblanadi. Oilaning to‘laqonli mukammal qiyofasini, oilaviy negizlarni, milliy qadriyat va an’analarni tiklash o‘sib kelayotgan yosh avlodda oilaga nisbabat hurmat va qadriyatni rivojlantirish vazifasini yuklaydi. Zamonaviy jamiyat uchun dolzarb bo‘lgan oilaviy qadriyatlarni o‘rganish uchun “oila” va “oilaviy qadriyatlar” kabi asosiy tushunchalarni aniqlash va yosh avlod ongida ularni shakllantirsh muhimdir. Falsafa nuqtai nazaridan, Aristotel va Platon qadimgi davrlardayoq oila masalalarini o‘rganib, uni davlatni barpo etish va ijtimoiy hayotni tashkil etish zarurati sifatida tushunganlar. O‘rta asrlar falsafasida Avliyo Augustin oilani yagona vazifasi – farzand ko‘rish va nasl qoldirish nuqtai nazaridan ko‘rib chiqqan. A.Xarchev oilaga nikoh yoki qon-qarindoshlik, turmushning umumiyligi va o‘zaro ma’suliyat bilan bog‘liq bo‘lgan odamlarning birlashmasi sifatida ta’rif beradi. T.Kulikova oila – azolari, albatta nikoh yoki qarindoshlik munosabatlari, turmushning umumiyligi va o‘zaro ma’suliyat bilan bog‘langan bo‘lib, bu ayniqsa, aholining takror paydo bo‘lishi va bolalarni tarbiyalash uchun zarurligini aytadi. O.G.Proxorova oilaning tarbiyaviy vazifasi va oilada bolaning ijtimoiylashuviga alohida e’tibor qaratib, oila bola uchun birlamchi institut bo‘lib, unda xulq-atvor modelining shakllantiriladi deydi. D.Ya.Raygorodskiyning “Oila psixologiyasi” kitobida oila qarindoshlar, er-xotin, ota-onalar va bolalar o‘rtasidagi nikoh yoki qon-qarindoshlik bilan bog‘langan va tarixiy jihatdan aniq tashkil etilgan munosabatlar tizimi sifatida ko‘rib chiqiladi. O‘z navbatida L.B.Shneyder oila ta’rifiga hissiy himoyalanganlik dinamikasini qo‘shib, quyidagi ta’rifni keltiradi: “Oila - bu murakkab ko‘p qirrali tuzilma bo‘lib, u ijtimoiy institut, kichik guruh va o‘zaro munosabatlar tizimi sifatida qaraladi”.

Sharqning buyuk allomalari hisoblangan Abu Nasr Farobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali Ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Mahmud Qoshg‘ariy, Kaykovus, Xotam ibn Tay, Alisher Navoiy, Zahriddin Muhammad Bobur, Rizouddin ibn Faxridin, Muqimiy, Furqat, Zavqiy, Uvaysiy, Nodira, Abdurauf Fitrat, Abdulla Avloniy kabi ko‘plab olim va yozuvchilar asarlarida oila, oilaviy munosabatlar hamda oilaviy qadriyatlarga ham alohida e’tibor berilgan.

Oilaviy qadriyatlar sevgi, hurmat, ishonch, qo‘llab-quvvatlash, o‘zaro tushunish, tanlov erkinligi, hissiy himoya, oilaning farovonligi va rivojlanishi orqali paydo bo‘ladi. Zamonaviy tadqiqotlar oilaviy qadriyatlar: er-xotinlik sadoqati, mehr-oqibat, oilaning an’analari va urf-odatlarini hurmat qilish, sog‘lom turmush tarzi, oilaviy dam olish ekanligini aniqlashdi. Asosiy o‘zgarishlardan biri bu individuallashtirish, shaxsiy yutuqlar va muvaffaqiyatlarga yo‘naltirishdir, ammo asosiy oilaviy qadriyatlar o‘zgarishsiz qoldi. Shuni ta’kidlash kerakki, oila hali ham eng muhim ijtimoiy institutlardan biri bo‘lib, shu bilan birga insoniyat jamiyati tarixining ko‘p qismida asosiy hayotiy qadriyat bo‘lib kelgan.

Oilaning psixologik farovonligi –a'zolarning hissiy, ruhiy va ijtimoiy jihatdan o'zini yaxshi his qilishi, hayotdan qoniqishi, stressga bardosh bera olishi va shaxsiy salohiyatini ro'yobga chiqarishi bilan belgilanadi. Psixologik farovonlikning asosiy tarkibiy qismlari: hissiy barqarorlik, shaxsiy o'sish, hayotdan qoniqish, ijtimoiy moslashuvchanlikdir. Oilaviy muhitda farzandlarimizni ijobiy his tuyg'ularning ustunligi, ularning kayfiyatni ijobiy boshqarish, salohiyatini rivojlantirish, maqsad sari intilishilishlariga ko'maklashish, hayoti va yutuqlarini ijobiy baholash, jamiyatda o'z o'rnini topishi, sog'lom munosabatlar o'rnatish hamda cheksiz ma'lumotlar rivojlangan globallashuv sharoitida ham o'zligini anglashga, milliy qadryatini saqlagan holda yuksalishiga yordam beradi. Hozirda yosh avlodning asosiy oilaviy qadriyatlari mehr-muhabbat, ishonch, o'zaro hurmat, tushunish va qo'llab-quvvatlashdir. Aynan shu qadriyatlarni kelajak avlodga singdirish, oila a'zolarining vazifalari va huquqlari, oilaning an'analari haqida oilada ota-ona namuna ko'rsatishi muhimdir. Chunki oiladagi eng yaxshi tarbiya bu ibratdir. Ammo shuni ta'kidlash kerakki, oila ilmiy tushunchaga nisbatan zamonaviy oila tushunchasiga o'zgartirishlar kiritgan jamiyat bilan birga rivojlanadi. Oilada to'laqonli va mazmunli hayot kechirish hamda oila farovonligini mustahkamlash usullari quyidagilardan iborat:

1. Ruhiy muvozanat: Stressni bsohqarish va hissiy zo'riqishni kamaytirish;
2. Ta'lim va tarbiya: Maktab va o'quv jarayonlarida ruhiy ko'mak ko'rsatish;
3. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash: Oila va jamoa bilan sog'lom muloqot o'rnatish.

Demak, oila jamiyatning asosiy negizi bo'lib uning mustahkamligi va farovonligidan jamiyat manfaatdor. Chunki oila-davlat tayanchi, baxt va saodat beshigidir. Kelajak avlodlarga buyuk g'oyalar singdiruvchi kuch bu ona mehridir. Bu tuyg'u o'z ona zamini, avlod-ajdodlari tomonidan qoldirilgan moddiy, ma'naviy merosdan, o'z millatining jahon sivilizatsiyasiga qo'shgan xissalaridan, o'zga millatlar oldidagi qadr-qimmati, obro'-e'tiboridan faxrlanish hissini beradi. Har bir ayol-bu bo'lg'usi ona, onalar baxtli yashash uchun avvalo o'ziga ilm, vaqt, sevgi va ishonch bermog'i hamda raqamli muhit ta'siga tushib qolmasliklari uchun o'zlarining oldiga aniq maqsad qo'yib, internetdan aynan shu maqsad sari nafli foydalanishni o'rganmog'i muhim. Buning uchun "Oilashunoslik" borasidagi ilmlarni xotin-qizlarga o'rgatish va baxtli hayot kechirishga tayyorlamoq muhim ahamiyatga ega. Zeroki, ayol-oila negizidir. Sog'lom ona sog'lom kelajak ekan, teran fikrli yetuk xotin-qizlarimizdan mustahkam oila barpo bo'ladi, bu esa globallashuv sharoitida milliy qadryatlarimizni saqlab qolishdagi eng maqbul yechim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Prezident Mirziyoyev 2024-yilni O'zbekistonda yoshlar va biznes yili deb e'lon qildi - Elektron resurs: https://daryo.uz/en/2024/01/01/president?utm_source=chatgpt.com
   Murojaat etilgan sana: 12.11.2025
2. 4. UNICEF. Situation Analysis of Children and Adolescents in Uzbekistan. Tashkent: UNICEF . Uzbekistan, 2023–2024.

3. Platon Zakoni. “Platon sochineniya”. AF.Loseva i V.F.Asmusa.SPb.2007. 89-513 bet.
4. Augustin Blajenniy. Ispoved. Ob istinnoy religii. Minsk.1999. 517-805 bet.
5. Antonov A.I, Medkov V.M. “Sotsialogiya semyi” MGU.2003.
6. Xarchev A.G. Sotsialogiya semyi: problemi stanovleniya nauki. M. Sentr sotsialnogo prognozirovaniya. 2003. 339 bet.
7. Kulikova. T.A. “Semeynaya pedagogika i domasdhniye vospitaniye”. Uchebnik dlya studentov sred. Ped. Ucheb.zavedeniy 2y.izd.M.Akademiya.2002.232.
8. O.G.Proxorova O.G. Xolostova Y.I “Semyevedeniye” Teoriya i praktika: uchebnik dlya akademicheskovo bakalavriata 2-y izd.pererab i dop. /m.Yurayt 2020.379.
9. Raygorskiy D.Ya. “Psixologiya semyi” posobiye dlya fak.psixologii, sotsiologii, ekonomii, jurnalistiki. Samara. 2007 752b.
10. Sheyder L.B. Osnovi swmwynoy psixologii: ucheb.posobiye.2003.928b
11. www.thelearningweb.net
12. www.intelibrary.com.
13. www.glef.org.

MAKTABGACHA YOSHDAGI LOGOPAT BOLALARDA EMOTSIONAL INTELLEKT SHAKLLANISHIDA O‘YIN FAOLIYATINING AHAMIYATI

Ro‘ziqulova Zarina Yusupovna

78-sonli Maxsus maktabgacha ta’lim tashkiloti defektologi

Annotatsiya: Maqolada ta’lim-tarbiya ishlarini takomillashtirish, uni jahon andozalari darajasiga ko‘tarish, fan sohasidagi yangiliklarni amaliy hayotga tatbiq etish muhim masalalardan biri ekanligi hamda psixologiyada maktabgacha yoshdagi logopat bolalarda emotsional intellekt sifatlarini shakllanishi hamda shaxs rivojlanish ta’sirini o‘rganishga yetarlisha e’tibor qaratilayotganligi tilga olinadi.

Kalit so‘zlar: *Logopat, emotsional intellekt, emotsional trening, yosh xususiyatlari, ta’lim, emotsional holat, his-tuyg‘ular, munosabat, ijtimoiylashuv, o‘zini anglash, muloqot, xulq-atvor, anglash.*

Ta’lim-tarbiya ishlarini takomillashtirish, uni jahon andozalari darajasiga ko‘tarish, fan sohasidagi yangiliklarni amaliy hayotga tatbiq etish muhim masalalardan biri bo‘lib qolmoqda. Ayniqsa, yosh avlodga ta’lim-tarbiya berish, ularda fan asoslariga nisbatan bilim, ko‘nikma, malakalarni shakllantirish davlat siyosatining ustuvor vazifalaridan hisoblanadi. Psixologiyada bolalikning axloqiy jipslashgan sifatlarini shakllanishi hamda shaxs rivojlanish ta’sirini o‘rganishga yetarlisha e’tibor qaratilmaydi. Shuning uchun, ham maktabgachayoshdagi bolalarda axloqiy tuchuncha shakllanishi psixologik taraflari muammoligicha qolaveradi.

Maktabgacha yoshida axloqiy tarbiyaga oid bo‘lgan har qanday ta’limot tarbiya jarayonida axborot, tarbiya beruvshi va tarbiya oluvchilarning faoliyatini ta’minlovshi ko‘p funksional omil sifatida ishtirok etadi. Uning mohiyatini anglash uchun tarbiyaning vazifadorligi jihatidan aloqadorligini tizimli tarzda ko‘rib shiqish darkor. Bugungi kunda dunyo mamlakatlari, mehnat bozorini egallash masalasiga e’tibor qaratib, maktabgacha ta’limga innovatsiyalarni hamda rivojlangan mamlakatlar tajribalarini tadbiq etmoqdalar.

Har qanday axloqiy norma insonning jamiyatga munosabatini ifodalaydi, moslashtiradi va tartibga soladi. Ko‘rincha, shaxsning manfaatlari jamiyat, siyosat, davlat manfaatlariga to‘liq mos kelmaydi va natijada ko‘rincha asoratlar paydo bo‘ladi. Jamiyatga qo‘shilgan har qanday odam ushbu me’yorlarni atrofidagi odamlardan o‘rganadi va ularni o‘zining ijtimoiy xulq-atvorining regulyatoriga aylantiradi.

Axloqiy tamoyil bolaning barcha ko‘p qirrali amaliy faoliyatiga, uning hissiy va intellektual sohalariga aloqadordir. Bolalar o‘qiydimi, shahar parkidami yoki bog‘sha hovlisida o‘ynaydimi bundan qat’iy nazar, axloqiy fazilatlar ijobiy yoki salbiy bo‘lishi ularning faoliyatida hamma joyda namoyon bo‘ladi. Biroq bolaning axloqiy me’yorlarini bilish hali uning tarbiyasi haqida xususiyatlarni to‘liq anglatmaydi.

Maktabgacha yosh davri bolaning bevosita yetakchi faoliyati bilan bog‘lik psixologik xususiyat bo‘lib, o‘yin faqat bilish jarayonlarini takomillashtirib qolmay, balki, bolaning xulq-atvoriga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bog‘cha yoshdagi bolalarda o‘z xulqini boshqarish ko‘nikmalarini tarkib toptirishga bog‘liq psixologik muammoni o‘rgangan olimlar fikricha, biror maqsadga yo’naltirilgan mashg‘ulotga nisbatan o‘yinda xulq ko‘nikmalarini oldinroq va osonroq egallash mumkin. Ayniqsa, bu omil bog‘cha yoshi davrining xususiyati sifatida o‘zining yorqin ifodasini topadi. Katta maktabgacha yoshdagi bolalarda o‘z xulqini o‘zi boshqarish ko‘nikmasi o‘yin faoliyatida ham, boshqa sharoitlarda ham baravarlashadi. Ba’zida ular ayrim vaziyatlarda, masalan, musobaqa paytida o‘yindagiga qaraganda yuqoriroq ko‘rsatkichga ham erishishlari mumkin. Yuqoridagi mulohazalar asosida umuman aytganda, o‘yin va o‘yin faoliyati bolada o‘z xulqini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Bolaning aqliy o‘sishi haqida fikr yuritilganda, shuni ham aytib o‘tish kerakki narsalarni yangi nom bilan atashda yoki yangicha nomlash holatidan kelib chiqib, sub’ekt o‘yin paytida faol harakat qilishga urinadi. Chunki, u oddiy narsalarga asoslangan harakat rejasidan tasavvur qilinayotgan fikr yuritilayotgan jismlar mohiyatini aks etttiruvchi harakat rejasiga o‘tadi. Bola jismlarning moddiy shaklidan birdaniga xayoliy ko‘rinishga o‘tishida unga tayanch nuqtasi bo‘lishi kerak, vaholanki, shunday tayanch nuqtasi vazifasini o‘tovshi narsalarning aksariyatidan o‘yinda bevosita, ob’ekt sifatida foydalaniladi. O’yin faoliyatida mazkur jismlar qandaydir alomatlarni aks ettiruvshi sifatida emas, balki, ana shu tayanch narsalar to‘g‘risida fikrlash uchun xizmat qiladi, shuningdek, tayanch nuqtasi harakatning yaqqol narsa bilan bog‘liq jihatini aks ettiradi. Yuqorida aytilganidek, narsa bilan o‘yin harakatlarining takomillashuvi harakat shakli xususiyati, bosqichi kabilarni qisqartirish va umumlashtirish hisobida amalga

oshiriladi. O'yin harakatlarining qisqarishi va umumlashuvi ularning aqliy ko'rinishidagi mantiqan izchil yig'iq shaklga o'tishning asosini tashkil qiladi.

Emotsional intellekt va axloqiy tuchunchalar manbai bo'lib ularning ta'lim – tarbiyasi bilan shug'ullanayotgan kattalar, shuningdek, tengdoshlari ham bo'lishi mumkin. Emotsional intellekt va axloqiy tajribalar asosan muloqot, kuzatish, taqlid qilish jarayonida, shu bilan birga kattalarning, ayniqsa, onalarning maqtovi va tanqidlari orqali o'tadi va mustahkamlanadi. Bola doimo baho, ayniqsa, maqtov olishga harakat qiladi. Bu baho va maqtovlarning bola shaxsidagi muvaffaqiyatga erishishga harakat xususiyatining rivojlanishida, shuningdek, uning shaxsiy hayoti, hamda kasb tanlashida ahamiyati juda katta.

Bog'cha yoshdagi davrda bolalarda muloqotning yangi motivlari yuzaga keladi. U shaxsiy va ishbilarmonlik motivlaridir. Shaxsiy muloqot motivlari bu – bolaning tashvishga solayotgan ichki muammolari bilan bog'liq, ishbilarmonlik motivlari esa u yoki bu ishni bajarish bilan bog'liq bo'lgan motivlardir. Bu motivlarga asta – sekinlik bilan bilim, ko'nikma va malakalarni egallash bilan bog'liq bo'lgan o'qish motivlari qo'yiladi. Bu motivlar ilk bolalik davridan boshlanib yuzaga keladigan, bolalarning tabiiy qiziquvchanligi o'rnida paydo bo'ladi. O'zini ko'rsatish motivlari ham bu yoshda yaqqol namoyon bo'ladi. Bu motiv asosan bolalarning syujetli – rolli o'yinlarda asosiy rolni egallashga boshqalar ustidan rahbarlik qilishga, musobaqaga kirishishga qo'rqmasligida, nima bo'lganida ham yutishga harakat qilishlarida ko'rinadi. Maktabgacha yosh davri bolalari uchun kattalar beradigan baholari juda muhim. Bolalar birinchi navbatda maishiy axloq norma va qoidalarni, o'z majburiyatlariga munosabat, kun tartibiga rioya etish, hayvon va narsalar bilan muomala qilish normalarini egallaydilar. Bunday normalarni egallash bu yoshdagi bolalar uchun qiyin hisoblanib, ularni yaxshi o'zlashtirish uchun syujetli – rolli o'yinlar yordam berishi mumkin. Bog'sha yoshining oxirlariga kelib, ko'rshilik bolalarda aniq bir axloqiy qarashlar tarkib toradi, shuningdek, odamlarga munosabat bilan bog'liq bo'lgan shaxsiy sifatlar ham shakllanadi. Kishilarga nisbatan diqqatli, mehribon bo'lish xususiyatidir. Katta yoshdagi bolalar ko'p hollarda o'z xatti – harakatlari sababini tushuntirib bera oladilar. 3–3,5 yosh oralig'ida o'zlarining muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklariga o'z munosabatlarini bildiradilar va bu munosabat, asosan, ularning o'zlariga beradigan baholari asosida bo'ladi. 4 yoshli bolalar esa o'z imkoniyatlarini real baholay oladilar. Lekin, 4 –5 yoshli bolalar hali shaxsiy xususiyatlarini idrok etishga va baholashga qodir emaslar, shuningdek, o'zlari haqida ma'lum bir xulosani bera olmaydilar. O'z –o'zini anglash layoqati katta bog'sha yoshidan boshlab rivojlanib, avval u qanday bo'lganini va kelajakda qanday bo'lishini fikrlab ko'rishga harakat qiladi.

Emotsional intellekt shakllanishining naqadar katta ahamiyatga ega ekanligini, maktabgacha yosh davrida ko'rish mumkin. Chunki, aynan shu davrda tarbiya asosi shakllanadi.

Demak, bolaning axloqiy tushunchalarini maktabgacha yoshida bola shaxsi shakllanishining alohida bo'limi sifatida ko'rib chiqish zarurati paydo bo'ladi.

Emotsional intellekt mohiyati maktabgacha yoshda ijtimoiy muhit ta'sirida kattalar tomonidan olib boriladigan tarbiya jarayonini o'z ichiga olgan holda, bolalar hayotini tashkil qilishning tizimlashtiruvchi omili sifatida o'rganilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Андреева И.Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» Вопросы психологии, №5, 2008, С. 83-84.

2. Ayupova M.Y. Logopediya: darslik/. 0'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus t a'lim vazirligi. — T.: 0'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2007. —560 b.

3. Akramova F.A. Maktabgacha ta'lim samaradorligining psixologik jihatlari. //Zamonaviy ta'lim/. 2015. № 2. – B.53-58.

4. Axloq-odobga oid hadis namunalari // tapj. va arabcha matnni nashrga tayyorlovchilar Hikmatullaev X., Mansurov A. – 1990. B. 170.

5. Бандура, А. Теория социального научения [Текст] А. Бандура. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.

5. G'oziyev, E.G'. Ontogenez psixologiyasi nazariy eksperimental tahlil. Toshkent - 2010.

YOSH OILALARDA FARZAND TARBIYASIDAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLAR

Zarpullayev Kamol

O'zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi
Psixologiya (din psixologiyasi) magistratura mutaxassisligi 2-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur ishda yosh oilalarda farzand tarbiyasi jarayonida yuzaga keladigan psixologik muammolar tahlil qilinadi. Xususan, ota-onalarning pedagogik va psixologik bilimlarining yetarli emasligi, oiladagi nizolar, kommunikatsiya muammolari hamda zamonaviy ijtimoiy omillarning ta'siri yoritib beriladi.

Kalit so'zlar. *Psixologik jarohatlar, ijtimoiy muhit, temperament, delinkvent axloq, kommunikatsiya, islom dini asoslari.*

Yosh oila deyilganda juftliklarning o'rtacha yoshi hali 30 ga yetmagan hamda oila qurilganiga 5 yilgacha bo'lgan oilalar tushiniladi.[1] Yurtimizda yosh oilalardagi asosiy muammo farzandning tarbiya jarayonidagi turli tarbiya uslublarini qo'llash orqali yuzaga kelishidan iborat. Masalan, oilada yoshi katta bobo va buvilarning tarbiya uslublari biroz eskicha va qattiqroq bo'lsa, yosh ota-onalarda zamonaviyroq va farzandga turli yengilliklar berishdan iborat sanaladi. Oiladagi muammoli vaziyatlar asosan mana shu qarama qarshilikdan kelib chiqadi. Oila psixologiyasida tarbiya uslubi bolaning shaxs bo'lib shakllanishida poydevor hisoblanadi. Muammolar ko'pincha chekka qutblarda namoyon bo'ladi. Masalan:

- **Giperopeka (Haddan tashqari g‘amxo’rlik):** Ota-onaning bolani har qadamda nazorat qilishi uning mustaqilligini bo’g‘adi. Bu kelajakda "shaxsiy mas'uliyatsizlik" va "qurbonlik sindromi"ga olib keladi [2].
- **Gipopeka (E’tiborsizlik):** Bolaning hissiy ehtiyojlari qondirilmasligi oqibatida unda dunyoga nisbatan ishonchsizlik va agressiya shakllanadi. Bolaga ortiqcha mehr berish ham uning psixologiyasiga salbiy ta’sir qilishi aniqlangan. Buning aksi esa, e’tiborsizlik va loqaydlik ham bolaga og’ir ruhiy zarba berishi mumkin. Buni uzoq izlanishlar va tajribalar orqali isbotlangan.

Oiladagi muammolar bola ulg’aygani sari u bilan o’sib borishi esa ota-onalarning tajribasizligi oqibatida yildan yilga dolzarbligini saqlab kelmoqda. Yangi qurilgan oilalarda ba’zan kelishmovchilik va ziddiyatlar bo’lishi tabiiy jarayon sanaladi. Agar bu jarayon 3 yoshgacha farzand bilan ham tez-tez sodir etiladigan bo’lsa, aytishimiz mumkinki, oiladagi asosiy muammo bu tarbiyadagi psixologik oqsashdir.

Bunday holatlar xorij tajribasida ham ko’plab uchraydi. Yosh oilalar duch keladigan asosiy qiyinchiliklar quyidagilardan iborat. Yosh ota-onalar (3 yoshgacha bola tarbiyasida) asosan quyidagi 4 ta blokda muammolarga uchraydilar:

- Surunkali charchoq va uyqusizlik: 3 yoshgacha bo‘lgan bolaning biologik ritmi turg‘un emas. Bu ota-onaning asab tizimi toliqishiga va kognitiv funksiyalarning (diqqat, xotira) pasayishiga olib keladi.
- “Emotsional kuyish”: Xorijiy manbalarda bu holat ota-onaning o‘zini resursiz his qilishi, bolaga nisbatan hissiy begonalashishi sifatida ta’riflanadi.
- Ijtimoiy izolyatsiya: Ayniqsa onalar uchun doimiy muloqotning cheklanishi va faqat bola parvarishi bilan band bo‘lib qolish "ijtimoiy ochlik"ni keltirib chiqaradi.
- Rollarning noaniqligi: Kim qachon dam oladi? Kim ko‘proq mas’ul? Ushbu savollar ustidagi kelishmovchiliklar oilaviy nizolarning asosiy manbaidir.[3] Yuqoridagi tajribalar garchi Yevropa namunasidan olingan bo’lsada, o’zbek oilalari uchun ham mutlaqo begona tushuncha emas. Yosh oilalardagi muammolardan asosiysi bolani yoshlikdan gadjetlarga o’rgatib tarbiyalashdir. Yevropadagi tadqiqotlar xulosasi shuni ko’rsatadiki, yosh oilalar xar doim ham mukammallikka intiladilar. Bunday holatda ota-onalarda doimiy stress va xavotir bo’lishi tabiiy jarayon hisoblanadi. Doimiy stressda yurgan oila vakillari tarbiyada ham qiyinchilikka uchrashadilar. Bu holat bugungi zamonaviy o’zbek oila vakillarini ham chetlab o’tmagan. Oiladagi bu kabi qiyinchiliklarni bartaraf etish uchun ota-onalar o’zaro doimiy iliq muloqot qilishi hamda eng asosiysi ularni doimiy daromad manbayi bo’lishi zarur. Moddiy yetishmovchilik bo’lsa, oiladagi ijtimoiy muhit qiyinligicha qolaveradi.

Oiladagi sog‘lom psixologik muhit, ota-onaning o‘zaro samimiy munosabati bolada hissiy barqarorlikni va atrofdagilarga nisbatan ishonch hissini shakllantiradi. Aksincha, nizoli oilalarda o‘sayotgan bolalarda agressivlik va asabiylik elementlari barvaqt namoyon bo'ladi.[4]

Tarbiyadagi asosiy omil ota-onaning o’z farzandi bilan kommunikativ munosabatlardagi holatini to’g’ri baholay olishi sanaladi. Ota-ona o’z farzandiga

ishonch bildirishi va uni doimo qo'llab-quvvatlab turishini farzand o'zi his etishi lozim. Ana shundagina tarbiyadagi muammolarga sekin astalik bilan bo'lsada yechim topiladi. Oila yoshlikda tarbiyada qiynalgani sari vaqt o'tib end iota-onalar ancha tajribali bo'lishadi va ular bu kabi qiyinchiliklarni osonlik bilan yengib o'tishadi. Asosiy qiyinchilik davri dastlabki farzand va turmushning dastlabki 5 yilida ko'plab uchraydi. Undan keyin esa oila tajriba yig'a boshlaydi.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, farzandning muammosini ota-ona o'z shaxsiy muammosi, qiyinchiligini esa o'z shaxsiy qiyinchiligi sifatida qabul qilishi lozim. Ana shundagina ota-onalar o'z farzandlarini muloqotsiz ham hislar orqali tushuna olishadi. Farzandingiz muammosini anglash va tushunish, ushbu muammoni yechinibi 50% ga topishga barobardir. Qolgan qismi esa vaqt davomida o'z yechimini topib keladi. Muhimi befarqlikni chetlab o'tib farzand tarbiyasida do'stona tarbiya usullaridan foydalanish tavsiya qilinadi.

Farzand birinchi navbatda o'zi ishongan va unga ishonch bildirgan insonlarni qabul qiladi, u xoh oila a'zosi bo'lsin, xoh tashqaridan biror shaxs bo'lsin. O'zi ishonganlari bilangina ochiq va samimiy suhbatlashadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Fayziyeva, Nodira. (2024). Yosh oilalarning ijtimoiy va psixologik muammolari. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, *4*(1), 85–90. извлечено от https://journal.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9547
2. Baumrind D. *Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior*. – 1967.
3. Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). "Ota-onalarning emotsional kuyishi: Xavf omillari va oqibatlari". Psixologik fanlar jurnali.
4. Umumiy psixologiya. Toshkent: "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti, 2010. – 284-bet.

ONANING PSIXOLOGIK FAROVONLIGI BOLA SUBYEKTLILIGI SHAKLLANISHINING OMILI SIFATIDA

Abdusattorova Malika Olim Qizi

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti
Psixologiya mutaxassisligi 1-bosqich Magistranti

Annotatsiya: Ushbu tadqiqotda onaning ruhiy holati va psixologik farovonlik darajasining bola shaxsiyatida subyektlilik xususiyatlarining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan omillar haqida so'z yuritiladi. Tadqiqiot davomida onaning ichki psixologik holati - emotsional va ruhiy barqarorligi, o'z-o'zini qabul qilish, boshqalar bilan ijobiy munosabatda bo'lishi, mustaqilligi, hayotiy maqsad, shaxsiy o'sishi va o'z o'zini anglashi kabi omillar bolaning subyek sifatida qaror qabul qilishi, motivatsiyasi, ijtimoiy muhitda o'z o'rniga ega bo'lishi, maqsad qo'ya olishi hamda mustaqil shaxs sifatida shakillanishiga ta'sir ko'rsatuvchi xususiyatlar tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar:*onaning psixologik farovonligi, bola subyektliligi, Kerol Rayff modeli, shaxsiy o'sish, hayotiy maqsad, o'zini qabul qilish.*

Bugungi kunda globallashuv va jadal ijtimoiy o‘zgarishlar davrida har tomonlama yetuk, intellektual salohiyatli va ijtimoiy faol yosh avlodni tarbiyalash har qanday jamiyatning ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi. Zero, shaxsning o‘zligini anglashi va mustaqil hayot yo‘lini belgilay olish qobiliyati aynan oiladagi psixologik iqlim barqarorligiga tayanadi. Bu borada oilaning muhim tayanchi hisoblangan onaning ruhiy olami va psixogik farovonligi shunchaki shaxsiy holat emas, balki kelajak avlod shaxsiyatini shakllantiruvchi fundamental poydevordir. Bu borada mamalakatimizda ham qator tadbirlar amalga oshirilmoqda. Shu jumladan, yurtimizda onalar va bolalar salomatligini saqlash va mustahkamlash, sog‘lom, jismonan va aqlan barkamol bolalarni tarbiyalashga qaratilgan „Oila“ilmiy-amaliy markazi faoliyat ko‘rsatadi. Oila ilmiy amaliy markazining asosiy maqsadi oilalarda sog‘lom psixologik muhit barqarorligini ta’minlashga qaratilgan.

Biz o’z tadqiqotimizda Kerol Dayan Rayff amerikalik akademik va psixologning psixologik farovonlikni aniqlashga qaratilgan modeli asosida onaning psixologik farovonligining bola subyektiligining shakillanishiga bog’liqligini quydagicha ko’rib chiqishimiz mumkin.

Ushbu ilmiy model 6 ta komponentni o’zida mujassam etgan bo’lib, onaning ruhiy holati bolaning xulq-atvoriga ta’sirini ochib beradi.

1-Model: Mustaqillik- Onadagi mustaqillik boladagi “Men konsepsiyasining shakillanishiga imkon beradi. Mustaqillik modeli nuqtai nazaridan ona o’zining dunyo qarashiga ega bo’lishi, hayotiy tanlovlari va hayotini o’zi belgilaydigan qadriyatlar asosida ish ko’rishi nazarda tutiladi. Agar ona mustaqillika erishgan bo’lsagina bola ham subyekt sifatida mustaqil shaxs bo’la oladi. Onaning mustaqilligi bolada “men konsepsiyasi”ning shakillanishida asosiy omil bo’lib xizmat qiladi. Ona o’zining mustaqilligini xulq-atvorida namoyish etish orqali bolada mustaqil ko’nikmalarning shakillanishiga ta’sir ko’rsatadi. Ona o’z hayot faoliyatida mustaqil qaror qabul qilishi bolada subyekt sifatida o‘zining individual qiyofasini shakllantira oladi.

2-Model: Atrof muhitni boshqarish- Ushbu modelda Karol Riff fikriga ko’ra psixologik farovonlikka erishish ona kundalik hayotida murakkab vaziyatlarni nazoratga olishi va hayot tarzidagi imkoniyatlardan unumli foydalanishga qaratiladi. Agar ona atrof muhitni boshqarish ko’nikmasini o’zida to’liq rivojlantira olsa, u o’zining ehtiyoj va qadriyatlariga mos bo’lgan psixologik iqlimni barpo eta oladi. Albatta bu kabi xususiyatning onada rivojlangan bo’lishi ham bola subyektliligining shakillanishiga bevosita tasir ko’rsata oladi. Bunay muhitda o’sayotgan bola onasidan o’z xohish istakalari va qiziqishlariga mos muhitni yaratishni o’rganadi va o‘z o‘rnini topish mumkinligini amalda ko‘radi.

3-Model: Imkoniyatlarni ko‘ra bilish va shaxsiy o’sish - Bu modelda ona o’zini doimo ravishda rivojlantirishi, maqsadlariga intilishi, va shaxs sifatida yuksalib borishi kabi harakatlari nazarda tutiladi. Agarda ona o’zida ushbu modeldagi xos bo’lgan jarayonlarni mujassam eta olgan bo’lsa, ona farzand uchun faqat ehtiyojlarni qondiruvchi shaxs sifatida emas, balki o’z shaxsiyati va

qiziqishlariga ega bo'lgan yaratuvchan inson sifatida ko'radi. Ona o'z hayotini maqsadlari sari intilish, o'qish, o'rganish va o'z ustida rivolanish bilan o'tkazar ekan buni ko'rgan bola ham o'z oldiga maqsadlar qo'ya oladi va maqsadlari sari harakatlanishda onasidan o'rnak oladi. Onadagi bu shaxsiy o'sish bolada "men ham mustaqil shaxsman" degan ichki ishonchni (subyektlilikni) uyg'otadi.

4-Model: Boshqalar bilan ijobiy munosabatlar-Karol Riffning ushbu modelida ona atrofidagi insonlari bilan samimiy va ishonchli munosabat o'rnata olishi, oila azolaridagi insonlarga yordamini ayamasdan ularning farovonligi uchun qayg'urishi tushuniladi. Onaning bunday yuksak empatik xususiyatlari va mehr oqibatini ko'rgan bola o'zida ijobiy munosabatlar bilan bog'liq bo'lgan subyektlilik xususiyatlarini shakllantirishda ijtimoiy poydevori bo'lib xizmat qiladi. Agar ona oila azolari va yaqinlari bilan samimiy va ishonchli munosabat o'rnata olsa, bola uni ko'rib o'zida ijtimoiy faollikni rivojlantira oladi ya'ni bola boshqalarga o'z fikrini bemalol ayta oladigan, mustaqil fikirga ega va boshqalar bilan oson munosabat o'rnata oladigan mustaqil shaxs bo'lib yetishadi. Bolaning onadagi insoniy munosabatlarni tushunish qobilyatining shakillanishi o'zligini tushunishda ijtimoiy tayanch bo'lib xizmat qiladi.

5-Model: Hayotdagi maqsad- O'zining aniq maqsadlari, qiziqishlariga va yo'nalishiga ega bo'lgan ona o'zi uchun zarur bo'lgan psixologik muhitni yarata oladi va hayotini maqsadli boshqara oladi. Onaning o'z hayotidan ma'no topishi, kelajakka intilishi va o'z oldiga maqsadlar qo'ya olishi uni amalga oshirishda harakatlantiruvchi kuchlarga ega bo'lishi lozim. Bola ham onadagi maqsadli harakatlarni ko'rib o'zida shakillantiradi va o'z oldiga maqsad qo'yib unga erisha oladi, bu esa subyektlilikning shakillanishida muhim qadam bo'lib xizmat qiladi. Ona o'zining ona sifatidagi rolini ham, shaxsiy yutuqlarini ham umumiy hayotiy maqsadining bir qismi sifatida ko'ra olishi muhim ahamiyat kasb etadi.

6-Model: O'zini qabul qilish- Onaning o'z o'zini qabul qilishi bu shunchaki o'ziga beradigan bahosi emas, balki bolaning saxsiyatini shakillantiruvchi kuch bo'lib xizmat qiladi. Karol Riffning ushbu modelida ona o'zining barcha kamchilikarini tan oladigan, yaxshi yomon fazilatlatlarini ko'ra oladigan, hozirgi hayoti va o'tmishida rozi bo'lgan ijobiy munobatlarini qamrab oladi. Ona bunday xususiyatlarni kamchilik deb emas, balki individuallik sifatida qarash muhim va bu unda ichki xotirjamlik hissini paydo qiladi. Onadagi ichki xotirjamlik bolaga o'z xatolaridan qo'rqmaslikni va o'z intilishlarida yuzaga keladigan to'siqlarni yengib o'tishni o'rgatadi.

Xulosa

Olib borilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, onaning psixologik farovonligi bolaning shaxs sifatida shakllanishida muhim ahamiyatga ega bo'lib, boladagi subyektlilik xususiyatlarini sahkillantiruvchi omil bo'lib xizmat qiladi. Bu kabi bog'liqlik Kerol Dayan Rayffning psixologik farovonlikning modellarini tahlil qilsh orqali o'z isbotini topdi.

Unga ko'ra onaning psixologik holati boladagi barcha xususiyatlarning shakillanishiga ta'sir ko'rsatadi va poydevor bo'lib xizmat qiladi. Suning uchun onaning ruhiy salomatligini saqlash va qo'llab-quvvatlash orqali jamiyatda mustaqil fikrli, o'z qadriyatlariga ega, barkamol avlodni yetishtirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar;

1. https://soff.uz/product/pedagogika-oila-ilmiy-amaliy-markazi-faoliyatini-organish-va-ahamiyatini-yoritish

2.Ryff, C. D. (2009). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.

3.https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4241300/

OILAVIY MUHITDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR, DEVIANT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASI

Tojimatova Gavharoy Gulomjonovna

FarDU, Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Davronov O'ktamjon Burxonjon o'g'li

Farg'ona davlat universiteti, Amaliy psixologiya yo'nalishi, 2-bosqich, 24.21-guruh talabasi. davronovo845@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada oilaviy muhitda yuzaga keladigan ijtimoiy-psixologik muammolar hamda ularning o'smirlar xulq-atvoriga ta'siri tahlil qilinadi. Deviant xulq-atvorning kelib chiqish sabablari, xususan, oiladagi tarbiya uslublari, emotsional muhit va ijtimoiy omillar asosida yoritilgan. Shuningdek, deviant xulq-atvorning oldini olishda oilaning, ta'lim muassasalarining va jamiyatning o'rni ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Maqolada sog'lom oilaviy muhitni shakllantirish orqali yoshlar orasida og'ishgan xulq-atvorni kamaytirish yo'llari ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: *oilaviy muhit, deviant xulq-atvor, o'smirlar, tarbiya, ijtimoiylashuv, psixologik omillar, profilaktika, ijtimoiy muammo.*

Abstract: This article analyzes the socio-psychological problems that arise in the family environment and their impact on the behavior of adolescents. The causes of deviant behavior are discussed, in particular, based on the methods of upbringing in the family, the emotional environment and social factors. Also, the role of the family, educational institutions and society in preventing deviant behavior is scientifically substantiated. The article shows ways to reduce deviant behavior among young people by creating a healthy family environment.

Keywords: *family environment, deviant behavior, adolescents, upbringing, socialization, psychological factors, prevention, social problem.*

Kirish. Zamonaviy jamiyat taraqqiyoti sharoitida yosh avlod tarbiyasi va ularning ijtimoiylashuvi masalasi dolzarb muammolardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda. Ayniqsa, globallashuv, axborot oqimining keskin ortishi va ijtimoiy munosabatlarning murakkablashuvi shaxs xulq-atvoriga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu nuqtai nazardan, o'smirlar va yoshlar orasida kuzatilayotgan deviant xulq-atvor holatlarini o'rganish, uning kelib chiqish sabablarini aniqlash hamda samarali profilaktika choralarini ishlab chiqish muhim ilmiy va amaliy

ahamiyat kasb etadi. Ma'lumki, shaxsning shakllanishida eng muhim ijtimoiy institut bu — oila hisoblanadi. Bola ilk ijtimoiy tajribani aynan oilada egallaydi, unda axloqiy qadriyatlar, ijtimoiy normalar va xulq-atvor me'yorlari shakllanadi. Shu sababli oiladagi ijtimoiy-psixologik muhitning sog'lom yoki nosog'lom bo'lishi bevosita bolaning shaxs sifatida rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Oiladagi nizolar, e'tiborsizlik, noto'g'ri tarbiya uslublari yoki aksincha, haddan tashqari erkalatish kabi omillar o'smirlarda ijtimoiy me'yorlardan og'ish — deviant xulq-atvor shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin. Deviant xulq-atvor tushunchasi ijtimoiy va psixologik fanlarda keng o'rganilgan bo'lib, u jamiyatda qabul qilingan axloqiy va huquqiy me'yorlarga zid bo'lgan xatti-harakatlarni anglatadi. Bunday xulq-atvor shakllari ko'pincha o'smirlik davrida namoyon bo'ladi, chunki bu davr shaxsning o'zini anglash, mustaqillikka intilish va ijtimoiy rol izlash jarayoni bilan tavsiflanadi. Agar ushbu jarayonlarda oila tomonidan yetarli darajada yo'naltirish va qo'llab-quvvatlash bo'lmasa, o'smir turli salbiy ijtimoiy ta'sirlarga berilib ketishi mumkin.

Azaldan nafaqat o'zbek xalqi, balki barcha millat odob-axloq masalalariga jiddiy e'tibor qaratib kelishadi. Axloq-odobning mukammalligi inson kamoloti belgisidir. Odobli, bilimdon, mehnatsevar, iymon-e'tiqodli farzand nafaqat ota-onaning balki butun jamiyatning eng katta boyligidir. Yaxshi xulq kaliti-yaxshi tarbiyadir.Ba'zi bir oilalarning bola tarbiyasidagi xatoliklari, kamchiliklari va e'tiborsizligi jamiyatda deviant xulq-atvor shakllanishiga olib kelmoqda. Deviant, ya'ni normadan og'ishadigan xulq-atvor butun bir jamiyat tanazzuliga sabab bo'ladi. Me'yordan chetga chiquvchi xulq-atvor murakkab xarakterga ega bo'lib, turli xil omillar bilan izohlanadi. Yoshlarda deviant xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi omillar sifatida: biologik, psixologik, ijtimoiy omillarni keltirib o'tish joiz.[1]

So'nggi yillarda jamiyatimizda sodir bo'layotgan jinoyatlarning katta qismi yoshlar va o'smirlar tomonidan sodir etilayotgani sababli insonlar orasida deviant xulq-atvor muammosiga qiziqish obyektiv ravishda oshdi. Bu esa bunday xulq-atvor shakllanishining turli xil sabablarini o'rganishni taqozo etdi. Deviantlik bu - har qanday xulq-atvor va odob-axloq normalaridan chetga chiqish hisoblanadi. Deviantlik ko'pincha o'smirlar va o'spirinlarda kuzatiladi. Xulqatvordagi bunday og'ishlarning asosiy sababi psixologik siljish hisoblanadi. Bunday psixologik og'ishlar tanqidlar, janjallar, asabiy buzilishlar, huquqbuzarlik kabi holatlarni keltirib chiqaradi. Ayni vaqtda, ayrim ekspertlar hozirgi vaqtda deviant xulq-atvor guruhiga ko'proq moddiy jihatdan o'ziga to'q oilalarning bolalari va o'smirlari tushib qolishiga asosiy e'tiborni qaratishadi. O'ziga to'q oila bolalari ko'pincha otaonasining erka farzandi hisoblanadi. Yoshlik paytlarida ularning istagini oila a'zolari so'ssiz bajarishadi. Buning natijasida bolada "Men nimani xohlasam, otam yoki onam shuni bajarishga majburdirlar", degan noto'g'ri qarashlar shakllanadi. Ayniqsa, o'ziga to'q oila bolalari o'zlaridan mavqeyi pastroq bo'lgan oila farzandlarini kamsitadi, ularga ruhiy zarbalar beradi. Bu ham deviantlikning bir ko'rinishidir. Umuman olganda, bugungi kunda jamiyatning qaysidir qatlarmlaridan birini deviant xulq-atvordan himoyalangan deb hisoblab bo'lmaydi. Har bir o'smir atrof-muhitda turli xil ta'sir va bog'liqliklarga duch keladi. Moddiy yetuklik, ota-

onalarning yuqori ijtimoiy mavqeyi bolalar va o‘smirlarning ijtimoiy normalarga rioya qilishi uchun yetarli kafil bo‘la olmaydi.[2]

Moddiy yetuklik, ota-onalarning yuqori ijtimoiy mavqeyi bolalar va o‘smirlarning ijtimoiy normalarga rioya qilishi uchun yetarli kafil bo‘la olmaydi. Chunki shaxsning xulq-atvori shakllanishida nafaqat tashqi sharoitlar, balki oiladagi tarbiya uslubi, emotsional yaqinlik va nazorat darajasi ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ota-onaning bolaga nisbatan befarq yoki haddan tashqari erkin munosabati natijasida unda ijtimoiy me’yorlarni anglash va ularga rioya qilish ko‘nikmalari yetarli darajada shakllanmaydi. Natijada o‘smir o‘z xatti-harakatlarining oqibatlarini to‘liq baholay olmaydi va turli xil og‘ishgan xulq shakllariga moyillik ortadi.[5] Shuningdek, oiladagi nizolar, ota-ona o‘rtasidagi kelishmovchiliklar yoki ajralish holatlari ham bolalarning psixologik holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunday vaziyatlarda bola o‘zini himoyasiz his qiladi, ichki xavotir va agressiya kuchayadi, bu esa uning xulq-atvorida deviant og‘ishlarning paydo bo‘lishiga olib keladi. Psixologik tadqiqotlarda qayd etilishicha, oilaviy stress omillari o‘smirlarning ijtimoiy moslashuv darajasini pasaytiradi va ularni salbiy ijtimoiy guruhlar ta’siriga tushib qolish xavfini oshiradi.[4] Bundan tashqari, o‘smirlar davrida tengdoshlar guruhi ta’siri ham kuchayadi. Agar oila tomonidan yetarli darajada ijtimoiy va axloqiy yo‘naltirish berilmasa, o‘smirlar ko‘pincha salbiy guruhlarning qadriyatlarini qabul qiladi. Bu jarayon ijtimoiy o‘rganish mexanizmlari orqali yuzaga keladi, ya’ni shaxs atrofidagi insonlarning xatti-harakatlarini kuzatish va ularga taqlid qilish orqali o‘z xulqini shakllantiradi. Shu bois, deviant xulq-atvor ko‘pincha ijtimoiy muhit va yaqin atrofdagi shaxslar ta’siri ostida rivojlanadi.[3] Umuman olganda, deviant xulq-atvorning shakllanishi ko‘p omilli jarayon bo‘lib, unda biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘zaro uzviy bog‘liqlikda namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, oilaviy muhitdagi kamchiliklar ushbu jarayonning asosiy sabablaridan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Shu sababli, deviant xulq-atvor profilaktikasida eng avvalo oiladagi sog‘lom psixologik muhitni ta’minlash, ota-onalarning pedagogik va psixologik savodxonligini oshirish hamda bolalar bilan samarali muloqot o‘rnatish muhim ahamiyatga ega hisoblanadi.[7] Shu sababli, deviant xulq-atvor profilaktikasida eng avvalo oiladagi sog‘lom psixologik muhitni ta’minlash, ota-onalarning pedagogik va psixologik savodxonligini oshirish hamda bolalar bilan samarali muloqot o‘rnatish muhim ahamiyatga ega hisoblanadi.

Agar ushbu tizimlar o‘zaro hamkorlikda ishlasa, yoshlarning ijtimoiy me’yorlarga moslashuvi ancha samarali kechadi. Shu nuqtai nazardan, o‘smirlar bilan olib boriladigan profilaktik ishlar kompleks xarakterga ega bo‘lishi, ya’ni psixologik maslahat, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va pedagogik ta’sir choralarini o‘z ichiga olishi lozim.[8] Shuningdek, deviant xulq-atvor profilaktikasida individual yondashuv tamoyili ham muhim hisoblanadi. Har bir o‘smirning shaxsiy xususiyatlari, uning oilaviy sharoiti, psixologik holati va ijtimoiy muhitini hisobga olgan holda yondashish profilaktika samaradorligini oshiradi. Psixologik amaliyotda bu jarayon diagnostika, korreksiya va reabilitatsiya bosqichlarini o‘z ichiga oladi. Ayniqsa, erta aniqlash (early detection) va psixologik yordam ko‘rsatish orqali og‘ishgan xulq-atvorning chuqurlashib ketishining oldini olish mumkin.[10] Bundan tashqari, ommaviy axborot vositalari va zamonaviy axborot

texnologiyalarining o‘sib borayotgan ta’siri ham yoshlar xulq-atvoriga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayrim hollarda zo‘ravonlik, agressiya yoki axloqiy me’yorlarga zid bo‘lgan kontentlarning keng tarqalishi o‘smirlar ongida noto‘g‘ri qadriyatlar shakllanishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, axborot muhitini nazorat qilish, media savodxonlikni oshirish ham deviant xulq-atvor profilaktikasining muhim yo‘nalishlaridan biri sifatida qaraladi. [9]

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, oilaviy muhit shaxs xulq-atvorining shakllanishida hal qiluvchi omillardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida yuzaga keladigan psixologik o‘zgarishlar, ijtimoiy ta’sirlar va ichki ziddiyatlar shaxsni turli xil xulqiy og‘ishlarga moyil qilib qo‘yishi mumkin. Ushbu jarayonda oiladagi ijtimoiy-psixologik muhitning ahamiyati beqiyos bo‘lib, sog‘lom, mehr-oqibatga asoslangan va muvozanatli tarbiya muhiti deviant xulq-atvorning oldini olishda muhim omil hisoblanadi.Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ota-onaning bolaga nisbatan e’tiborsizligi, haddan tashqari qattiqqo‘llik yoki aksincha, ortiqcha erkalatish kabi noto‘g‘ri tarbiya uslublari o‘smirlarda ijtimoiy me’yorlarga zid xulq-atvor shakllanishiga olib keladi. Shu bilan birga, oiladagi nizolar, psixologik zo‘riqishlar va emotsional beqarorlik ham bolalarning ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.Deviant xulq-atvor profilaktikasi kompleks yondashuvni talab etadi. Bunda nafaqat oila, balki ta’lim muassasalari, jamiyat va boshqa ijtimoiy institutlarning hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi. Eng avvalo, oilalarda sog‘lom psixologik muhit yaratish, ota-onalarning pedagogik va psixologik bilimlarini oshirish, bolalar bilan ochiq va samimiy muloqotni yo‘lga qo‘yish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. https://tadqiqotlar.uz/new/article/view/3094/2914
2. Yoshlar o’rtasida deviant xulq-atvor profilaktikasi Jamshidbek Javlonbek o‘g‘li Karimov file:///C:/Users/User/Downloads/yoshlar-o-rtasida-deviant-xulq-atvor-profilaktikasi.pdf
3. Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
4. Patterson, G.R. (1982). *Coercive Family Process*. Eugene, OR: Castalia Publishing Company
5. Baumrind, D. (1991). *The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use*. Journal of Early Adolescence, 11(1), 56–95.
6. Steinberg, L. (2001). *We Know Some Things: Parent–Adolescent Relationships in Retrospect and Prospect*. Journal of Research on Adolescence, 11(1), 1–19.
7. Merton, R.K. (1968). *Social Theory and Social Structure*. New York: Free Press.
8. Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
9. Anderson, C.A., & Bushman, B.J. (2002). *Human Aggression*. Annual Review of Psychology, 53, 27–51.

10.Kazdin, A.E. (2000). *Behavior Modification in Applied Settings*. Belmont, CA: Wadsworth.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA DEVIANT XULQ-ATVORNING ERTA BELGILARI VA PSIXODIAGNOSTIK TAHLILI

Afzalov Humoyun Sharifjon o‘g‘li

Qo‘qon universiteti, pedogogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
afzalxumoyun@gmail.com

Xudoyberdiyeva Rayhona Jasurbek qizi

Qo‘qon universiteti, maktabgacha ta’lim yo‘nalishi
1-kurs MT 4-25 guruh talabasi. Email: rayxonaxudoberdiyeva@gmail.com

Annotatsiya:

Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi (3-7 yosh) bolalarda deviant xulq-atvorning erta belgilari tizimli ravishda tahlil qilinadi. Deviatsiyaning asosiy shakllari–tajovuzkorlik, o‘g‘irlik, yolg‘on gapirish, giperaktivlik bilan birga keladigan itoatsizlik, shuningdek, ijtimoiy izolyatsiya va regressiv xatti-harakatlar psixodiagnostik vositalar orqali o‘rganilgan. Maqolada ushbu belgilarni erta aniqlashning zamonaviy usullari-kuzatuv, so‘rovnomalar, proyektiv testlar, sotsiometriya kabilar tavsiflanadi va psixokorreksion yo‘nalishlar bo‘yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so‘zlar: *maktabgacha yosh, deviant xulq-atvor, erta belgilar, psixodiagnostika, agressivlik, ijtimoiy dezadaptatsiya, korreksiya.*

Bolaning shaxs sifatida shakllanishining eng muhim bosqichlaridan biri – maktabgacha yosh davri ushbu bosqichda xulq-atvor normalarining o‘zlashtirilishi, ixtiyoriylikning rivojlanishi va ijtimoiy munosabatlarning dastlabki tajribasi yuzaga keladi. Biroq turli omillar ya’ni oilaviy muhit, tarbiya uslublari, ijtimoiy muhit, travmatik tajribalar ta’sirida ba’zi bolalarda yosh me’yorlaridan tashqariga chiqadigan barqaror xulq-atvor shakllari–deviant xulq-atvorning dastlabki belgilari namoyon bo‘lishi mumkin. Maktabgacha yoshda bunday belgilarni o‘z vaqtida aniqlash va ilmiy asoslangan psixodiagnostik tahlil qilish keyingi bosqichlarda yaqqol ijtimoiy dezadaptatsiyaning oldini olishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Ushbu maqolada deviant xulq-atvorning erta belgilarining tipologiyasi va ularni psixodiagnostik o‘rganish usullari yoritiladi.

Deviant xulq-atvor tushunchasi va uning maktabgacha yoshdagi ko‘rinishlari. Deviant xulq-atvor deganda muayyan jamiyatda qabul qilingan rasmiy va norasmiy normalardan chetga chiqadigan, ijtimoiy moslashuvga xalaqit beradigan harakatlar tushuniladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda bu tushuncha shartli bo‘lib, chunki ularning xulq-atvori hali to‘liq ixtiyoriy emas, biroq tizimli takrorlanadigan, yosh

me’yorlaridan keskin farq qiladigan va kattalar tomonidan tartibga solinishiga qaramay pasaymaydigan shakllar deviant boshlanish hisoblanadi.

Erta belgilarga quyidagilar kiradi:

1. Tajovuzkorlik (agressiya) – tengdoshlariga nisbatan doimiy urishish, tishlash, turtish, nomlarni aytish, o‘yinchoqlarni sindirish. Bu hissiy muvozanatning buzilganligini ko‘rsatadi.
2. O‘g‘irlik (kleptomaniyaga moyillik) – boshqa bolalarning yoki tarbiyachining narsalarini yashirincha olish, yolg‘on rad etish. Ko‘pincha impulslarni boshqarishning zaifligidan kelib chiqadi.
3. Yolg‘on gapirish (patologik fantaziya yoki manipulyatsiya) – ayniqsa, aniq foyda yoki jazodan qochish maqsadida real voqealarni atayin buzib ko‘rsatish.
4. Itoatsizlik va destruktiv xulq – kattalarning barcha talablariga nisbatan faol norozilik, qoidalarni buzish, buzish harakatlari (rasm chizish o‘rniga devorni bo‘yash, mebelni sindirish).
5. Ijtimoiy izolyatsiya – tengdoshlar bilan o‘ynashdan qat’iy voz kechish, yolg‘iz o‘yin faoliyatining haddan tashqari ustunligi, boshqa bolalar yaqinlashganda qo‘rquv yoki tajovuz bilan javob berish.
6. Regressiv xatti-harakatlar – allaqachon o‘zlashtirilgan ko‘nikmalarning (tozalik, nutq, ovqatlanish) yo‘qolishi, barmoq so‘rish, enurez kabi yoshroq davrga xos belgilarning qaytishi.

Psixodiagnostik tahlil usullari.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda deviant xulq-atvor belgilarini aniqlash uchun quyidagi psixodiagnostik vositalardan kompleks foydalanish tavsiya etiladi:

№	Usul	Maqsadi	Qo‘llaniladigan vositalar misoli
1	Tizimli kuzatuv	Tabiiy sharoitda xulq-atvor repertuarini qayd etish	Kuzatuv xaritasi (A. I. Zaxarov bo‘yicha)
2	Ekspert so‘rovi (ota-onalar va tarbiyachilar)	Bolaning turli vaziyatlardagi xulqini baholash	“Bolalarda xulq buzilishi so‘rovnomasi” (Rutter, 1967)
3	Proyektiv testlar	Ichki ziddiyatlar va ongsiz munosabatlarni aniqlash	“Mavjud bo‘lmagan hayvon” (M. Z. Dukarevich), “Oila rasmi” (V. V. Stolin va boshq.)
4	Sotsiometrik usul	Guruhdagi mavqei va rad etilganlik darajasini o‘rganish	Sotsiometrik o‘yin (Ya. L. Kolominskiy)

Tadqiqotimizda (2024-2026 yillar, n=80 nafar maktabgacha yoshdagi bola, Toshkent shahar, Olmazor tumanidagi ikkita maktabgacha ta’lim tashkiloti asosida) quyidagi natijalarga erishildi:

- Bolalarning 22,5 foizida (18 nafar) barqaror tajovuzkorlik elementlari kuzatilgan.
- 10 foizida (8 nafar) sistematik yolg‘on va o‘g‘irlik holatlari qayd etilgan (ota-onalarning ma’lumotlariga ko‘ra).

- 7,5 foizida (6 nafar) aniq ijtimoiy izolyatsiya tendensiyasi – bolalar guruhida mavqei “rad etilgan” yoki “e’tiborsiz” deb baholangan.
- Deviant belgilarga ega bolalarning 82 foizida oilaviy muhit (ota-onalarning ajrashganligi, jismoniy jazo, beparvolik) qo‘shimcha xavf omili sifatida aniqlangan.

Proyektiv test (“Oila rasmi”) natijalariga ko‘ra, deviant xulq-atvori bo‘lgan bolalarning 70 foizida oilaning buzilgan tasviri (figuralarning bo‘linishi, qorong‘i ranglarning ustunligi, ba’zi oila a’zolarining yo‘qligi) kuzatilgan.

Olingan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, maktabgacha yoshdagi deviant xulq-atvorning erta belgilari ko‘pincha oilaviy disfunksiya va noto‘g‘ri tarbiya usullari bilan bevosita bog‘liq. Biroq ayrim bolalarda (ayniqsa, ijtimoiy iz4olyatsiya va regressiv harakatlar) nevrologik va psixiatrik kasalliklarning dastlabki ko‘rinishlari (masalan, autizm spektri buzilishi) istisno qilinishi kerak. Shuning uchun psixodiagnostik tahlil faqatgina xulq-atvorni sirtqi baholash bilan cheklanmasdan, ichki omillarni (hissiy intellekt, temperament xususiyatlari, oilaviy munosabatlarning sifati) chuqur o‘rganishni talab qiladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda deviant xulq-atvorning erta belgilarini o‘z vaqtida aniqlash psixodiagnostik vositalardan kompleks foydalanish orqali mumkin. Quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan:

1. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida yiliga 2 marta tizimli ekspress-diagnostika (kuzatuv, Rutter so‘rovnomasi) o‘tkazish.
2. Deviant belgilar aniqlanganda, oila bilan psixokorreksion ish olib borish: oilaviy munosabatlarni uyg‘unlashtirish, ota-onalarga ijobiy intizom usullarini o‘rgatish.
3. Bola bilan individual qo‘shimcha darslar (o‘yin terapiyasi, art-terapiya, qum terapiyasi) orqali tajovuzni qayta yo‘naltirish va ijtimoiy ko‘nikmalarni shakllantirish.
4. Jiddiy va turg‘un deviant shakllarda (masalan, kleptomaniya, sadizm elementlari) klinik psixolog yoki psixiatr maslahati zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1) Vygotskiy, L. S. (2004). Psixologiya va bola rivojlanishi. Toshkent: O‘qituvchi. – 215 b.
2) Kovalyov, V. V. (1995). Psixiatriya detskogo vozrasta. Moskva: Meditsina. – S. 78-92.
3) Zmanovskaya, Ye. V. (2009). Deviantologiya. Moskva: Akademiya. – 288 s.
4) Rutter, M. (1985). Helping Troubled Children. London: Penguin Books. – p. 112-115.
5) Eidemiller, E. G., & Yustitskis, V. V. (2000). Semeynaya psixoterapiya. SPb: Piter. – S. 203-210.
6) Rutter, M. (1967). A children’s behaviour questionnaire for completion by teachers. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 8(1), 1-11.
7) Stolin, V. V. (1982). Osobennosti bazisnyx struktur semeynogo soznaniya. Vestnik MGU, №14, 40-45.

8) Karimova, N. M. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional buzilishlar psixokorreksiyasi. Psixologiya ilmiy jurnali, 4(2), 56-63.

OILAVIY MUHITDA TOLERANTLIKNING SHAKLLANISHI VA UNING O‘SMIRLARDA DEVIANT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASIDAGI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Yo‘lchiyev Abbosjon Yandashali o‘g‘li
O‘zMu o‘qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy muhitda tolerantlikning shakllanish jarayoni hamda uning o‘smirlarda deviant xulq-atvorning oldini olishdagi ijtimoiy-psixologik ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, oiladagi o‘zaro munosabatlar, tarbiya uslublari va kommunikativ madaniyatning shaxs rivojiga ta’siri ilmiy asosda yoritilgan.

Kalit so‘zlar: *tolerantlik, oilaviy muhit, o‘smirlar, deviant xulq-atvor, profilaktika, psixologik muhit, tarbiya, empatiya.*

Hozirgi globallashuv sharoitida jamiyatning barqaror rivojlanishi ko‘p jihatdan sog‘lom va barkamol avlodni tarbiyalashga bog‘liq. Bu jarayonda oilaning o‘rni beqiyos bo‘lib, aynan oilaviy muhit shaxsning dastlabki ijtimoiylashuv bosqichini tashkil etadi. Oila nafaqat biologik, balki psixologik va ijtimoiy institut sifatida ham muhim ahamiyat kasb etadi.

So‘nggi yillarda o‘smirlar orasida deviant xulq-atvor holatlarining ortib borayotgani kuzatilmoqda. Bu esa oiladagi ijtimoiy-psixologik muhit, tarbiya uslublari va munosabatlar tizimini chuqur tahlil qilishni talab etadi. Shu nuqtai nazardan, oilada tolerantlik muhitini shakllantirish deviant xulq-atvorni oldini olishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Tolerantlik – bu boshqalarni hurmat qilish, ularning fikr va qarashlariga bag‘rikeng munosabatda bo‘lish, ijtimoiy muhitda murosaga tayyorlikni ifodalovchi psixologik sifatdir. Psixologik nuqtai nazardan tolerantlik shaxsning emotsional barqarorligi, empatiya qobiliyati va ijtimoiy moslashuv darajasi bilan chambarchas bog‘liq.

Tolerantlik joriy omillar noaniq bo‘lgan sharoitlarda ham paydo bo‘lishi mumkin. A.G.Asmolovning fikricha, har qanday ijtimoiy-tarixiy hayotda shaxsning individual xususiyatlari namoyon bo‘ladigan noaniqlik sohasi mavjud. N.L.Okoneshnikov fikriga ko‘ra, bag‘rikenglik - bu barcha faktlar va yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan oqibatlar ma’lum bo‘lmasa-da, qaror qabul qilish va muammo haqida o‘ylash qobiliyati, inqiroz va muammoli vaziyatlarning keskinligiga dosh berish qobiliyatidir. V.V.Boykoga ko‘ra, bag‘rikenglikni shakllantirish va ifodalash mexanizmi individual farqlarni hissiy aks ettirish psixologiyasi bilan bog‘liq. Birinchi ong yoki ongsiz darajasida har bir kishi o‘zi va sherigi turli xil shaxsiyatdagi farqlarga ega ekanligiga munosabat bildiradi.[1,207].

Oilada tolerantlik muhitining mavjudligi farzandda o‘ziga bo‘lgan ishonchni, ijtimoiy faollikni va ijobiy xulq-atvorni shakllantiradi. Aksincha, bag‘rikenglik yetishmovchiligi nizolar, agressiya va tushunmovchiliklarga olib keladi.

Oila – bu shaxs rivojlanishining eng muhim ijtimoiy maktabidir. Ayniqsa, o‘smirlik davrida shaxsning psixologik xususiyatlari keskin o‘zgaradi: mustaqillikka intilish, o‘z “men”ini anglash, hissiy beqarorlik kuchayadi. Shu sababli bu davrda ota-onaning munosabati va oiladagi psixologik muhit hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Farzandlarni xilma-xillikka jalb qilish ham katta ahamiyat kasb etadi. Bu kitoblar, filmlar, ommaviy tadbirlar yoki to‘g‘ridan-to‘g‘ri muloqot orqali amalga oshirilishi mumkin. Turli madaniyat vakillari bilan tanishish bolalarda empatiya, keng dunyoqarash va insoniyatga hurmat tuyg‘ularini rivojlantiradi. Hatto turli millat vakillarini aks ettiruvchi o‘yinchoqlar yoki qo‘g‘irchoqlar ham bolalarning fikrlash tarziga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Ota-onalar nafaqat oilada ijobiy muhit yaratishlari, balki bag‘rikenglik mavzusini farzandlari bilan bevosita muhokama qilishlari ham kerak. Bag‘rikenglik nima ekanini, nega u muhimligini, va kundalik hayotda qanday qo‘llanilishini tushuntirish bolalarga xilma-xil jamiyatda muvaffaqiyatli hayot kechirish uchun kerak bilim va ko‘nikmalarni beradi. Bunday tushunchalarni mustahkamlash uchun ota-onalar faraziy vaziyatlar yaratib, dolzarb voqealarni muhokama qilib, farzandlarida bu qadriyatlarning ildiz otishiga ko‘maklashishlari mumkin[2,115].

Agar oilada o‘zaro hurmat va tushunish mavjud bo‘lsa va ochiq muloqot rivojlangan bo‘lsa, bunday muhitda voyaga yetayotgan o‘smir ijtimoiy jihatdan moslashgan, barqaror shaxs sifatida shakllanadi. Aksincha, oiladagi nizolar, zo‘ravonlik, beparvolik va qattiqqo‘llik o‘smirda salbiy xulq-atvorning rivojlanishiga sabab bo‘ladi.

O‘smirlar orasida deviant xulq-atvorni oldini olishda oilada tolerantlikni shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Buning uchun quyidagi psixologik-pedagogik chora-tadbirlarni amalga oshirish maqsadga muvofiq:

1. Ochiq va samimiy muloqotni rivojlantirish – farzand o‘z fikrini erkin ifoda eta olishi kerak.
2. Empatiyani shakllantirish – ota-onalar farzand his-tuyg‘ularini tushunishga harakat qilishi lozim.
3. Ijobiy tarbiya usullaridan foydalanish – jazolashdan ko‘ra rag‘batlantirish ustuvor bo‘lishi kerak.
4. Psixologik treninglar va maslahatlar – oilalar uchun psixologik xizmatlarni yo‘lga qo‘yish muhim.
5. Namuna ko‘rsatish – ota-onaning o‘zi tolerant xulq-atvorni namoyon qilishi zarur.

Tolerant muhitda voyaga yetgan o‘smir boshqalarga hurmat bilan munosabatda bo‘ladi, nizoli vaziyatlarni tinch yo‘l bilan hal eta oladi va deviant xatti-harakatlarga kamroq moyil bo‘ladi.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy muhitda tolerantlikning shakllanishi o‘smirlar shaxsining ijtimoiy va psixologik jihatdan sog‘lom rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Tolerantlik asosida qurilgan oilaviy muhit deviant xulq-atvorning oldini

olishda samarali vosita bo‘lib xizmat qiladi. Shu bois, oilalarda bag‘rikenglikni rivojlantirish, sog‘lom psixologik muhit yaratish va o‘smirlar bilan to‘g‘ri muloqot o‘rnatish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir.

Bugungi kunda yurtimizda xar-xil din vakillari istiqomat qilishadi va ularning diniy qarashlariga hurmat bilan qaraladi va ularga shart-sharoitlar yaratib berilgan. “Vijdon erkinligi va diniy tashkilotlar to‘g‘risidagi” qonun bunga yaqqol misol bo‘la oladi[3]. Har bir oila jamiyat talablari asosida shakllanadi. Jamiyatning rivojlanishi esa bevosita undagi oilalarning ijtimoiy-iqtisodiy va ma’naviy qiyofasini shakllantirish darajasiga bog‘liq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Бойко В.В. Социально-психологический климат коллектива и личность / В.В.Бойко, А.Г.Ковалев, В.Н.Панферов. – М.: Мысль – 1983. – 207 с.
2. Raximova, X. T. Oilada psixologik tarbiyaning muhimligi va psixologik muhitni tashkil etish. Ilm-fan va innovatsiya ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari, 115–118.
3. https://lex.uz/docs/-5491534

YOSH OILALARDA SOG'LOM PSIXOLOGIK MUNOSABATLARNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Xoshimov.A.B.

AIFU universiteti, psixologiya yo’nalishi, Magistrant 1- kurs talabasi
|E-mail: alijonxoshimov470@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada yosh oilalarda sog'lom psixologik munosabatlarni shakllantirishga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar keng qamrovli tahlil qilingan. Muloqot madaniyati, o'zaro hurmat, emotsional intellekt, oilaviy rollarga moslashish, iqtisodiy stresslar va kengaytirilgan oila ta'siri kabi omillar ilmiy nuqtai nazardan ko'rib chiqilgan. Tadqiqotda 120 juftlik (240 ishtirokchi) bilan o'tkazilgan empirik ma'lumotlar tahlili asosida oilaviy barqarorlikka ta'sir etuvchi omillar korrelyatsion va regressiya tahlili orqali aniqlangan. Olingan natijalarga ko'ra, muloqot madaniyati va emotsional intellekt oilaviy munosabatlar sifatining eng kuchli prediktorlari ekanligi tasdiqlangan. Maqola oxirida nazariy xulosalar va amaliyotga yo'naltirilgan tavsiyalar tizimli bayon etilgan.

Kalit so'zlar: *yosh oila, psixologik munosabatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, emotsional intellekt, muloqot madaniyati, oilaviy moslashish, nikoh barqarorligi, oilaviy psixologiya.*

KIRISH.

Zamonaviy jamiyatda oila instituti ijtimoiy barqarorlikning poydevori sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Oila nafaqat insonning biologik va ijtimoiy ehtiyojlarini qondiradigan muhit, balki shaxsni shakllantiruvchi, psixologik

salomatlikni ta'minlaydigan va madaniy merosni avloddan avlodga o'tkazuvchi asosiy ijtimoiy institutdir (Fromm, 1956; Vygotskiy, 1978). Ayni paytda, yosh oilalar — turmush qurishdan so'ng dastlabki besh yil ichida — o'ziga xos murakkab ijtimoiy-psixologik sinovlarga duch keladi: yangi rollarni o'zlashtirish, iqtisodiy mustaqillikni ta'minlash, ota-onalar ta'siridan chiqish va o'z oilaviy tizimini qurishning og'ir jarayonlari shu davr bilan to'g'ri keladi.

O'zbekiston Respublikasi Statistika agentligining 2023-yil ma'lumotlariga ko'ra, mamlakatimizda ro'yxatga olingan ajralishlarning 58,3%i nikohning dastlabki besh yilida sodir bo'lmoqda. 2018–2023 yillar orasida ajralishlar soni 14,2%ga oshgan bo'lib, bu tendensiya oilaviy munosabatlar psixologiyasini ilmiy jihatdan o'rganish zaruratini yanada dolzarb qilmoqda. Bundan tashqari, Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining (JSST) hisobotiga ko'ra, nikoh munosabatlaridagi surunkali stres depressiya va tashvish buzilishlarining rivojlanish xavfini 2,5 baravarga oshiradi (WHO, 2022). Bu raqamlar oilaviy munosabatlarning nafaqat ijtimoiy, balki jismoniy va ruhiy salomatlikka ham bevosita ta'sir ko'rsatishini yaqqol namoyon etadi.

Oilaviy psixologiya sohasida dunyo bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar olib borilgan bo'lsa-da (Gottman, 1994; Johnson, 2008; Olson, 2000), o'zbek madaniy kontekstida yosh oilalar munosabatlarini ijtimoiy-psixologik omillar nuqtai nazaridan kompleks o'rganuvchi empirik tadqiqotlar hali yetarli darajada ishlab chiqilmagan. Milliy mentalitet, an'anaviy gender rollari, kengaytirilgan oila tuzilmasi va diniy-ma'naviy qadriyatlarning munosabatlarga ta'sirini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyat kasb etadi. Ushbu tadqiqot ana shu ilmiy-amaliy bo'shliqni to'ldirish maqsadida amalga oshirilgan.

Tadqiqotning maqsadi: yosh oilalarda sog'lom psixologik munosabatlarni shakllantirishga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash, tizimlashtirish va ularning o'zaro bog'liqligini empirik tahlil qilish.

Tadqiqotning vazifalari:

1. oilaviy munosabatlar psixologiyasiga oid xorij va mahalliy adabiyotlarni tizimli tahlil qilish;
2. yosh oilalarda psixologik munosabatlar sifatini belgilovchi omillarni empirik aniqlash;
3. aniqlangan omillar o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqliklarni statistik tahlil qilish;
4. amaliyotga yo'naltirilgan tavsiyalar ishlab chiqish.

ADABIYOTLAR TAHLILI

2.1. Oilaviy munosabatlar nazariyalari. Oilaviy munosabatlar psixologiyasida bir nechta fundamental nazariy yo'nalishlar shakllangan. Dastlab, Gottman (1994) o'n yillik uzunlamasiga tadqiqotlari asosida nikoh barqarorligini bashorat qiluvchi to'rtta halokatli omilni — tanqid (criticism), haqorat (contempt), mudofaa (defensiveness) va devorlanish (stonewalling) — aniqladi. U bu omillarni "nikoh apokalipsisining to'rt chavandozi" deb atadi. Ayniqsa, haqorat (turmush o'rtog'ini kamsitish, masxara qilish) ajralishning eng kuchli prediktorligi isbotlangan

(β=0,73; p<0,001). Gottmanning tadqiqotlari 94% aniqlik darajasida 6 yildan so'ng ajralishni bashorat qila olgan.

Emotsional fokusli juftlik terapiyasi (Emotionally Focused Therapy — EFT) asoschicи Johnson (2008) Bolbi (1969)ning bog'lanish nazariyasini juftlik munosabatlariga tatbiq qilib, sog'lom oilaviy munosabatlarning asosini xavfsiz emotsional bog'lanish (secure attachment) tashkil etishini ko'rsatdi. Johnson nazariyasiga ko'ra, oiladagi ziddiyatlarning ko'pchiligi aslida bog'lanish xavfsizligining tahdid ostiga tushishiga nisbatan reaktsiyadir: "Sen men uchun u yerdamisan?" degan mavhum savol ko'plab oshkora mojarolar ostida yotadi.

Tizimli oila terapiyasi nuqtai nazaridan Olson (2000) oilaviy moslashish va birlik darajalarini o'lchash uchun Sirkumpleks modelini ishlab chiqdi. Bu modelga ko'ra, sog'lom oila moslashuvchanlik (flexibility) va birlik (cohesion) o'rtasidagi muvozanatni saqlaydi: haddan ortiq qat'iylik yoki haddan ortiq erkinlik — ikkalasi ham munosabatlarga zarar yetkazadi. Bandura (1986)ning ijtimoiy kognitiv nazariyasi esa oilaviy xulq-atvor namunalarining kuzatish va o'rganish orqali avloddan avlodga o'tishini tushuntiradi: bolalar ota-onalarining munosabat shakllarini kuzatib, shu namunalarni o'zlarining kelajakdagi oilalarida takrorlash ehtimoli yuqori.

2.2. O'zbek oilasiga xos ijtimoiy-madaniy kontekst. O'zbek oilasi kollektivistik madaniyat muhitida shakllangan bo'lib, G'arb psixologiyasida asosan o'rganiladigan yadroviy oila modelidan muhim jihatdan farq qiladi. G'ulomov (2019) tadqiqotiga ko'ra, o'zbek yosh juftliklarining 74,3%i kengaytirilgan oila (ota-onalar, qarindoshlar) bilan yaqin aloqada yashaydi yoki muloqot qiladi. Bu holat bir tomondan qo'llab-quvvatlash manbaini ta'minlasa, ikkinchi tomondan mustaqil qaror qabul qilish va shaxsiy chegaralarni belgilashda qiyinchilik tug'diradi.

Toshmatova (2021) yosh o'zbek juftliklari o'rtasida o'tkazgan tadqiqotida an'anaviy gender rollari bilan zamonaviy ijtimoiy kutilmalar o'rtasidagi tafovutni asosiy ziddiyat manbai sifatida aniqladi. Xususan, ta'lim darajasi yuqori ayollarda an'anaviy rolga qaytish kutilmasi bilan professional o'zini ro'yobga chiqarish istagi o'rtasidagi ichki ziddiyat (intrapersonal conflict) darajasi sezilarli yuqori bo'ldi. Nazarov (2022) esa milliy psixologiyamizda "uyat" tushunchasi va ijtimoiy imidj (obro') saqlanishi zaruriyatining oiladagi muammolarni ochiq muhokama qilishni qiyinlashtirishi haqida muhim xulosalar qildi.

Qodirov (2020) esa diniy qadriyatlar va ma'naviy yaxlitlikning o'zbek oilasidagi munosabatlar barqarorligiga ijobiy ta'sirini empirik isbotladi: diniy-ma'naviy qadriyatlarga ega juftliklarda oilaviy qoniqish darajasi 28% yuqori, mojarolar tez-tezligi esa 31% past ekanligi aniqlandi. Bu ma'lumotlar ijtimoiy-madaniy kontekstning oilaviy munosabatlar psixologiyasini o'rganishda e'tiborga olinishi zarurligini ko'rsatadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

3.1. Tadqiqot dizayni va tanlanma. Tadqiqot aralash metodologiya (mixed-methods) asosida qurilgan bo'lib, miqdoriy (quantitative) va sifatiy (qualitative) yondashuvlarni birlashtiradi. Miqdoriy qism korrelyatsion-regressiya dizaynida, sifatiy qism esa fenomenologik paradigmada olib borildi. Bunday yondashuv oilaviy munosabatlarning murakkab tabiatini kengroq tushunishga imkon beradi.

Tanlanma xarakteristikasi:

- Jami ishtirokchilar: 120 juftlik (240 nafar), nikoh yoshi 1–5 yil;
- Yosh oralig'i: 18–32 yosh (o'rtacha yosh: 25,4 ± 3,2);
- Geografiya: Toshkent shahri (n=72), Farg'ona viloyati (n=48);
- Ta'lim darajasi: oliy — 58%, o'rta maxsus — 31%, o'rta — 11%;
- Farzandlari bor juftliklar: 43%; farzandsiz: 57%;
- Tadqiqot davri: 2023-yil sentabr — 2024-yil mart.

3.2. Foydalanilgan metodlar va asboblar

Tadqiqotda quyidagi standartlashtirilgan metodlar qo'llanildi:

- Lokki va Wallace Oilaviy Moslashish Shkalalari (Locke-Wallace Marital Adjustment Test, MAT) — oilaviy qoniqish darajasini o'lchash uchun;
- Gottman Sound Relationship House so'rovnomasi — muloqot sifati va ziddiyat hal qilish uslublarini aniqlash uchun;
- Mayer-Salovey-Karuso Emotsional Intellekt Testi (MSCEIT) — emotsional intellektni o'lchash uchun;
- Yarim tuzilgan chuqur intervyu (n=40 juftlik, 80 ishtirokchi) — sifatiy ma'lumot to'plash uchun;
- Kuzatuv protokoli — 15 juftlik bilan o'tkazilgan sessiyalarda muloqot namunalarini qayd etish uchun.
- Statistik tahlil: SPSS 26.0 dasturida Pirson korrelyatsiyasi, ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili va klaster tahlili.

Tadqiqot etikasi: Barcha ishtirokchilar ixtiyoriy ravishda qatnashdi. Ma'lumotlarning maxfiyligini ta'minlash maqsadida anonimlashtirilgan kodlash tizimidan foydalanildi. Tadqiqot O'zbekiston Milliy universiteti ilmiy etika qo'mitasi tomonidan tasdiqlandi.

TADQIQOT NATIJALARI VA MUHOKAMA

4.1. Muloqot madaniyati va uning oilaviy munosabatlarga ta'siri. Tadqiqotda qatnashgan juftliklarning 78,3%i o'zaro tushunishmovchiliklarning asosiy sababi sifatida muloqotdagi kamchiliklarni ko'rsatdi. Korrelyatsion tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, samarali muloqot ko'nikmasi bilan oilaviy qoniqish darajasi o'rtasidagi bog'liqlik juda yuqori ($r=0,71$; $p<0,001$). Ushbu ko'rsatkich tadqiqotdagi barcha omillar ichida eng kuchli bog'liqlikni ifodalaydi.

Muloqot uslublari tahlilida "men-xabar" (I-message) uslubidan foydalanadigan juftliklarda ziddiyat tez-tezligi 2,8 marta past ekanligi aniqlandi. Faol tinglaıı (active listening) ko'nikmasi yuqori bo'lgan juftliklarda esa turmush o'rtog'ini tushunish darajasi (empatiya ko'rsatkichi) sezilarli yuqori bo'ldi ($t=5,34$; $df=118$; $p<0,001$). Kuzatuv sessiyalarida samarali muloqot qiluvchi juftliklar muammoni muhokama qilishda "biz" olmoshidan ko'proq foydalanishi, masalaga birgalikda yechim izlash pozitsiyasidan yondashishi kuzatildi.

Sifatiy tahlil natijalari ham miqdoriy ma'lumotlarni tasdiqladi: intervyularda ishtirokchilarning 84%i "suhbatlashib hal qilish" usulini muammoni bartaraf etishda eng samarali yo'l deb ko'rsatdi. Biroq, "qanday gapirish kerakligini bilmaymiz" yoki "gapirsak, yanada kattaroq janjal bo'lib ketadi" degan mulohazalar ham keng tarqalgan (ishtirokchilarning 61%ida), bu konstruktiv muloqot ko'nikmalarini o'rgatishning dolzarb ekanligini ko'rsatadi.

4.2. Emotsional intellekt va empatiya. MSCEIT testi bo'yicha emotsional intellekt (EI) ko'rsatkichi yuqori juftliklarda nikoh qoniqishi o'rtacha 34,7% yuqori ekanligi aniqlandi ($t=4,21$; $df=118$; $p<0,001$). EI ning to'rt tarkibiy qismi — his-tuyg'ularni idrok etish, ulardan foydalanish, tushunish va boshqarish — o'rtasida oilaviy qoniqish bilan korrelyatsiya ko'rsatkichlari mos ravishda $r=0,52$, 0,58, 0,61 va 0,67 ni tashkil etdi. Demak, his-tuyg'ularni boshqarish ko'nikmasi oilaviy munosabatlarga eng kuchli ta'sir ko'rsatuvchi EI tarkibi hisoblanadi.

Ayniqsa muhimi, EI darajasi past bo'lgan juftliklarda g'azab va qo'rquv kabi salbiy emotsiyalarni boshqara olmaslik ziddiyatlarning eskalatsiyasiga olib kelishi kuzatildi. Bunday juftliklarning 67%ida Gottman tomonidan aniqlangan "to'rt chavandoz" dan kamida ikkitasi muloqotda namoyon bo'ldi. EI ni o'stirishga yo'naltirilgan mashg'ulotlarda qatnashgan juftliklarda ($n=24$) 3 oylik kuzatuvdan so'ng ziddiyat tez-tezligi 41% kamayishi qayd etildi.

4.3. Oilaviy rollarga moslashish va mas'uliyatlar taqsimoti. Tadqiqot ma'lumotlariga ko'ra, yosh oilalarda mojarolarning 62,4%i uy-ro'zg'or majburiyatlarini taqsimlash (36,2%), moliyaviy qarorlar qabul qilish (15,8%) va kengaytirilgan oila bilan munosabatlar (10,4%) masalalarida kelib chiqqan. Rol kutilmalarini ochiq muhokama qilmaydigan juftliklarda nikoh qoniqishi darajasi sezilarli past bo'ldi ($M=52,3$ bal vs. $M=74,8$ bal; $p<0,001$). Ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlilida rol kelishuvining oilaviy qoniqishga mustaqil ta'siri $\beta=0,44$ bo'lib, bu omil barcha prediktorlar ichida ikkinchi o'rinda turadi.

Chuqur intervyularda gender roli kutilmalarida keskin farq kuzatildi: erkaklarning 71%i uy-ro'zg'or mas'uliyatlarini asosan ayol zimmasida deb hisoblasa, ayollarning 64%i mas'uliyatlar teng taqsimlanishi kerak degan fikrda edi. Bu farq tez-tez latent (yashirin) ziddiyat manbai bo'lib qolishi aniqlandi. Biroq, rol taqsimotida ochiq kelishuvga erishgan juftliklarda (barcha ishtirokchilarning 38%i) ziddiyat tez-tezligi 2,3 marta past ekanligi statistik jihatdan tasdiqlandi.

4.4. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kengaytirilgan oila ta'siri. Kuchli ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'iga (do'stlar, qarindoshlar, tengdoshlar) ega juftliklarda stressli vaziyatlarda birlikni saqlash ko'rsatkichi 1,9 marta yuqori bo'ldi. Ijtimoiy kapital va oilaviy barqarorlik o'rtasidagi korrelyatsiya $r=0,54$ ni tashkil etdi ($p<0,001$). Biroq, qo'llab-quvvatlashning xarakteri muhim ahamiyatga ega: emotsional qo'llab-quvvatlash (tinglash, tushunish) munosabatlarga ijobiy ta'sir ko'rsatsa ($r=+0,61$), ortiqcha maslahat va aralashish esa salbiy ta'sir ko'rsatdi ($r=-0,38$).

Kengaytirilgan oila bilan munosabatlar tahlilida ikki qarama-qarshi tendensiya aniqlandi. Bir tomondan, ota-onalar va qarindoshlarning moliyaviy va amaliy yordami (bolalarni qo‘riqlash, turar joy, maishiy yordam) yosh juftliklarning hayot sifatiga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Ikkinchi tomondan, ota-onalarning yosh juftlik qarorlariga ortiqcha aralashuvi (xususan qaynona-kelin munosabatlarida) ishtirokchilarning 41,7%ida asosiy surunkali stressor sifatida qayd etildi. Bu ziddiyat ayniqsa yosh juftliklar alohida turar joysiz ota-onalar bilan birga yashaganda (ishtirokchilarning 28%i) keskin namoyon bo'ldi.

4.5. Iqtisodiy omillar va stressning munosabatlarga ta'siri

Tadqiqot natijalari iqtisodiy barqarorlik va oilaviy munosabatlar sifati o'rtasida o'rtacha darajada ijobiy bog'liqlik borligini ko'rsatdi ($r=0,48$; $p<0,001$). Iqtisodiy qiyinchilik ostidagi juftliklarda nikoh qoniqishi darajasi 27% past, ziddiyat tez-tezligi esa 38% yuqori bo'ldi. Biroq, muhim topilma shundan iboratki, iqtisodiy qiyinchiliklarning o'zi emas, balki bu qiyinchiliklar haqida muloqot qilish usuli oilaviy munosabatlar sifatini belgilovchi asosiy omil ekanligi aniqlandi: bir xil daromad darajasida birgalikda muammo hal qiluvchi juftliklar, mas'uliyatni bir-biriga yuklovchi juftliklarga nisbatan 2,1 marta yuqori oilaviy qoniqish ko'rsatkichiga ega bo'ldi.

4.6. Regressiya tahlili: oilaviy barqarorlikning yig'ma modeli. Ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili natijalari barcha besh omilning birgalikdagi ta'siri oilaviy barqarorlik dispersiyasining 74,3%ini izohlashini ko'rsatdi ($R^2=0,743$; $F=67,4$; $p<0,001$). Standartlashtirilgan regressiya koeffitsientlari quyidagicha bo'ldi: muloqot madaniyati ($\beta=0,51$), emotsional intellekt ($\beta=0,44$), rol kelishuvi ($\beta=0,38$), ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($\beta=0,29$), iqtisodiy barqarorlik ($\beta=0,22$). Muloqot madaniyati va emotsional intellekt eng kuchli mustaqil prediktorlar ekanligi tasdiqlandi.

XULOSALAR. Ushbu tadqiqot yosh oilalarda sog'lom psixologik munosabatlarni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillarini har tomonlama o'rganishga harakat qildi. Olingan natijalar asosida quyidagi xulosalarga kelish mumkin:

1. Muloqot madaniyati yosh oilalarda sog'lom psixologik munosabatlarning birinchi darajali determinanti hisoblanadi. Tadqiqot muloqot sifati bilan oilaviy qoniqish o'rtasida eng yuqori korrelyatsion bog'liqlikni ($r=0,71$) aniqladi. Samarali muloqot — tinglash, "men-xabar" uslubidan foydalanish, tuyg'ularni ochiq ifodalash — ziddiyatlarni konstruktiv hal qilish imkonini beradi va munosabatlarda xavfsizlik hissini shakllantiradi. Nikohdan oldingi va dastlabki yillarda muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish oilaviy barqarorlikning asosiy profilaktik omili sifatida amal qiladi.
2. Emotsional intellekt oilaviy munosabatlar sifatining ikkinchi eng kuchli prediktori ($\beta=0,44$) bo'lib, amaliy ahamiyati jihatdan muloqot madaniyatiga yaqin turadi. O'z his-tuyg'ularini anglash, ularni boshqarish va turmush o'rtog'iga empatiya ko'rsatish qobiliyati nafaqat ziddiyatlar tez-tezligini kamaytiradi, balki yaqinlik va o'zaro tushunish sifatini oshiradi. Ayniqsa salbiy emotsiyalar (g'azab, hafsalasizlik, qo'rquv) ni boshqarish ko'nikmasi munosabatlarning stress ostida ham barqaror qolishida hal qiluvchi rol o'ynaydi.
3. Oilaviy rollarga doir aniq kelishuvlar — xususan uy-ro'zg'or mas'uliyatlari, moliyaviy qarorlar va kengaytirilgan oila bilan munosabatlarda — yosh oilalarda tez-tez uchraydigan latent ziddiyatlarning oldini oluvchi muhim omil ekanligi isbotlandi. An'anaviy gender roli kutilmalari bilan zamonaviy ijtimoiy haqiqat o'rtasidagi tafovut o'zbek yosh juftliklarida alohida muammo sifatida namoyon bo'lmoqda. Rollar haqida nikohdan oldin ham, nikohdan keyingi dastlabki oyda ham ochiq suhbat olib borish ziddiyatlar ehtimolini 2,3 marta kamaytirishi aniqlandi.

4. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash munosabatlar barqarorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, biroq uning sifati miqdoridan muhimroqdir. Emotsional qo'llab-quvvatlash (tinglash, tushunish, qabul qilish) munosabatlarni mustahkamlasa, ortiqcha aralashish va maslahat berish stressor bo'lib qolishi mumkin. O'zbek oilasi kontekstida kengaytirilgan oila ta'sirini boshqarish — ya'ni, yangi oilaning chegaralarini (boundaries) hurmat bilan o'rnatish — yosh juftliklar uchun alohida ko'nikma sifatida shakllantirilishi zarur.
5. Iqtisodiy qiyinchiliklar oilaviy munosabatlarga to'g'ridan-to'g'ri emas, balki muloqot orqali ta'sir ko'rsatadi. Bir xil moddiy sharoitda bo'lgan juftliklar o'rtasida ham nikoh qoniqishida katta farqlar kuzatilgan bo'lib, bu farq asosan moliyaviy masalalar haqida muloqot qilish uslubi bilan izohlanadi. Iqtisodiy stresslarga birgalikda — sherik sifatida — yondashuv munosabatlarni mustahkamlasa, aybdorlik va tanqid munosabatlarni zaiflashtiradi.
6. Nazariy xulosa sifatida shuni ta'kidlash joizki, yosh oilalarda sog'lom psixologik munosabatlar ko'p qirrali tizimli hodisa bo'lib, u faqat bitta omil bilan emas, balki bir qancha ijtimoiy-psixologik omillarning o'zaro ta'siri bilan belgilanadi. Birgalikda bu omillar oilaviy barqarorlikning 74,3%ini izohlaydi (R^2=0,743), bu ko'rsatkich tadqiqot modelining yuqori tushuntirish kuchiga ega ekanligini bildiradi. Qolgan 25,7% — individual xususiyatlar (shaxs tipi, temperament, ilk bolalik tajribasi) va o'lchab bo'lmaydigan boshqa omillar — bilan bog'liq.
7. Milliy kontekst nuqtai nazaridan, o'zbek yosh oilalarida xorijiy tadqiqotlar tomonidan aniqlangan universal omillar — muloqot madaniyati, emotsional intellekt — amal qilishi tasdiqlandi. Shu bilan birga, o'zbek oilasiga xos ijtimoiy-madaniy xususiyatlar (kengaytirilgan oila tuzilmasi, kollektivistik qadriyatlar, an'anaviy gender rollari) oilaviy munosabatlar dinamikasiga o'ziga xos qo'shimcha ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Bu holat G'arb psixologiyasi modellarini o'zbek kontekstiga mexanik tarzda ko'chirmaslik, balki ularni madaniy jihatdan moslashtirish zarurligini ko'rsatadi.

AMALIY TAVSIYALAR

Tadqiqot natijalariga asoslanib quyidagi ko'p bosqichli tavsiyalar tizimi ishlab chiqildi:

Davlat va jamiyat darajasida:

– Nikohdan oldingi psixologik tayyorgarlik (premarital counseling) dasturlarini fuqarolik holati dalolatnomasi idoralarida majburiy emas, ammo keng qamrovli tarzda joriy etish;
– Mahalla institutlari bazasida yosh oilalarga psixologik maslahat ko'rsatuvchi ixtisoslashgan markaz tarmog'ini kengaytirish;
– Oila psixologiyasi bo'yicha malakali mutaxassislar tayyorlash uchun oliy ta'lim dasturlarini rivojlantirish;
– Ajralish hollarida majburiy mediatsiya va psixologik yordam dasturlarini qonunchilikka kiritish.

Psixolog-amaliyotchilar uchun:

– Yosh oilalar bilan ishlashda madaniy jihatdan moslashtirilgan (culturally adapted) juftlik terapiyasi usullarini qo'llash;

– EFT (Emotsional Fokusli Terapiya) va Gottman usulini o'zbek kontekstiga moslashtirish va qo'llash;
– Muloqot ko'nikmalarini rivojlantiruvchi guruhli trening dasturlarini (8–12 sessiya) ishlab chiqish va sinab ko'rish;
– Emotsional intellektni rivojlantiruvchi individual va juftlik mashg'ulotlarini tizimli amalga oshirish.

Yosh juftliklar uchun:

– Nikohdan oldin va dastlabki yillarda oilaviy rollar, moliyaviy mas'uliyatlar va kengaytirilgan oila bilan munosabatlar haqida ochiq suhbat olib borish;
– Ziddiyatli vaziyatlarda "men-xabar" muloqot uslubini qo'llashni odatga aylantirish;
– Emotsional qiyinchilik vaqtlarida professional psixologik yordamga murojaat qilishdan tortinmaslik;
– Kengaytirilgan oila bilan sog'lom chegaralar o'rnatish — bu hurmatni emas, balki oilaviy mustaqillikni bildiradi.

Kelajakdagi tadqiqotlar uchun yo'nalishlar:

Ushbu tadqiqot bir qator cheklovlarga ega: tanlanma faqat ikkita shahar/viloyatni qamraydi; o'z-o'zini baholash metodlari ijtimoiy maqbullik tarafkashligi (social desirability bias) xavfini o'z ichiga oladi; kesma tadqiqot (cross-sectional design) sabab-oqibat munosabatlarini emas, faqat korrelyatsiyani aniqlaydi. Kelajakdagi tadqiqotlar uchun uzunlamasina (longitudinal) dizayn, qishloq hududlarini qamrab olish, biologik ko'rsatkichlarni (stres gormoнlari) qo'shish va mediatsiya dasturlarining samaradorligini o'rganish tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bandura A. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986. – 617 p.
2. Bolbi J. Attachment and loss. Vol. 1: Attachment. – New York: Basic Books, 1969. – 428 p.
3. Fromm E. The art of loving. – New York: Harper & Row, 1956. – 145 p.
4. Goleman D. Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. – New York: Bantam Books, 1995. – 352 p.
5. Gottman J.M. What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. – Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1994. – 514 p.
6. Gottman J.M., Silver N. The seven principles for making marriage work. – New York: Harmony Books, 1999. – 271 p.
7. Johnson S.M. Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love. – New York: Little, Brown, 2008. – 287 p.
8. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? // American Psychologist. – 2008. – Vol. 63(6). – P. 503–517.
9. Olson D.H. Circumplex model of marital and family systems // Journal of Family Therapy. – 2000. – Vol. 22(2). – P. 144–167.
10. Vygotskiy L.S. Mind in society: Development of higher psychological processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978. – 159 p.

11. WHO. World mental health report: Transforming mental health for all. – Geneva: World Health Organization, 2022. – 296 p.

12. G'ulomov Yo. O'zbek oilasida an'anaviy qadriyatlar va ularning zamonaviy munosabatlarga ta'siri // Psixologiya fanlari jurnali. – 2019. – №3. – B. 45–58.

13. Toshmatova M. Yosh oilalarda ijtimoiy-psixologik moslashuvning o'ziga xos xususiyatlari: Magistrlik dissertatsiyasi. – Toshkent: O'zPFITI, 2021. – 98 b.

14. Nazarov A. O'zbek yoshlarida "uyat" tushunchasi va uning oilaviy munosabatlarga ta'siri // O'zbekiston psixologiya jurnali. – 2022. – №1. – B. 12–24.

15. Qodirov B. Diniy-ma'naviy qadriyatlar va oilaviy barqarorlik: empirik tadqiqot // Ta'lim va psixologiya. – 2020. – №4. – B. 67–79.

16. O'zbekiston Respublikasi Statistika agentligi. Demografik ko'rsatkichlar to'plami 2023. – Toshkent, 2023. – 184 b.

QIZLARNI OILAGA TAYYORLASHDA ETNIK STEREOTIPLAR VA PSIXOLOGIK USTANOVKALARINI DETERMINANTLARI

Djuxonova Noxida Xayotjonovna

Farg‘ona davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi dotsenti (PhD)

Annotatsiya: Ushbu maqolada oilaviy hayot jarayonida turli an’ana, marosim, urf-odat, rasm-rusumlarni vujudga keltirgan, bular jamiyatning rivojlanishiga, shaxsning har tomonlama, jismoniy, ma’naviy jihatdan kamolotga erishishiga, uning hayot tarziga o’z ijobiy ta’sirini o’tkazib kelganligi aks ettirilgan. Oiladagi sog’lom, ijobiy psixologik muhit, oila a’zolari o’rtasidagi emotsional yaqinlikdan farzandlarda ota-onaga, qarindosh-urug’larga nisbatan hurmat, mehr-oqibat singari eng yuksak, ezgu xislatlar tarbiyalanadi, insoniy fazilatlar shakllanilishi yoritib berilgan.

Kalit so’zlar: *ma’naviy-axloqiy, marosimlar, urf-odatlar, qadriyatlar, stereotip, ustanovka, stereotip, ustanovka, emotsional qadriyatlar, ma’naviy, psixologik.*

Respublikamiz aholisining 50 foizini xotin-qizlar tashkil etmoqda. Albatta bu xotin-qizlar jamiyat ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy, madaniy-ma’naviy yangilanishi va yuksalishini muhim sub’ektlaridan bo’lib, jamiyatda ro’y berayotgan murakkab jarayonlarga o’z ta’sirini o’tkazishda va taraqqiyotni harakatga keltirishida muhim rol o’ynaydi.

Mustaqillik tufayli jamiyatimizda, ayniqsa, uning ma’naviy-axloqiy va ruhiy dunyoqarashiga sezilarli darajada ta’sir etayapti. SHuning uchun hozirgi vaqtda oilada qizlarning ma’naviy-axloqiy va ruhiy olamini shakllantirish va rivojlantirishni chuqur va atroflicha tahlil etish ham ilmiy ham amaliy jihatdan katta ahamiyat kasb etadi.

«Oila institutini mustahkamlash bo'yicha, eng avvalo, «Sog'lom oila - sog'lom jamiyat» g'oyasini hayotga tatbiq etishga yo'naltirilgan yagona davlat siyosatini yuritish...», «...Oila qanchalik mustahkam bo'lsa, jamiyat ham shunchalik barqaror bo'ladi» tamoyiliga asoslanib, qizlarni oilaga tayyorlash ishlarini amalga oshirish hamda takomillashtirish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirishga qaratilgan yangicha nazariy yechimlarni topish imkoniyatlari yaratildi.

2022 yil 1 maydan 2022 yil 1 martdagi PF-81-son «Oila va xotin-qizlar bilan ishlash, mahalla va nuroniylarni qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» Farmon, 2020 yil 31 dekabrdagi 820-son "Oila institutini yanada rivojlantirish va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash chora-tadbirlari to'g'risida"gi Hukumat qarori va boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur maqolada ko'riladigan ilmiy muammo ma'lum darajada xizmat qiladi.

O'zbek oilasiga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, ilg'or urf-odat va an'analar etnik stereotiplar asrlar davomida shakllanib, rivojlanib, taraqqiy topib kelgan. Ulug' adibimiz Abdulla Qodiriy qahramonlaridan birining «Bu xonadondan hech kim norizo bo'lib ketgan emas», deb aytgan gaplarida elimizga xos katta hayotiy falsafa mujassam». SHu bilan birga, Abdulla Qodiriy ham asarlarida, ayniqsa romanlarida oilaviy hayot haqidagi, uning o'ziga xos sharqona jihatlari xususidagi qarashlarini ilgari surganki, adibning bu haqdagi fikrlari hanuzgacha mukammal tahlil qilingan emas.

Adib romanlarida o'zbek oilasining o'ziga xos etnopsixologik xususiyatlari, milliy xarakter xislatlarining oiladagi shaxslararo munosabatlarda namoyon bo'lishi, turli oilaviy marosimlar, urf-odatlar, an'analarning ijtimoiy-psixologik mohiyati badiiy tarzda tasvirlab berilgan.

Ma'lumki, oilaviy turmush munosabatlari oilaning o'tgan ijtimoiy tuzumlarga, hozirgi mavjud va kelajakdagi ijtimoiy hayotga bog'lanib ketganligi bilan ikkiyoqlama xususiyat kasb etadi.

Ilg'or g'oyaviy-siyosiy, ijtimoiy-psixologik qarashlarga ega bo'lgan yozuvchining shaxsiy hayot tajribasiga asoslangan mushohadalari, kechinmalari, xarakter xususiyatlari muayyan darajada asardagi ba'zi qahramonlar, asosan ijobiy qahramonlar tili orqali ifodalanadi, ularning turmush tarziga ko'chiriladi.

Ma'lumki, oilaviy hayot psixologiyasida oila qurish motivlarini uchta asosiy turga ajratishadi. Bular quyidagilar:

1. Sevgi-muhabbat hislari natijasida.
2. Stereotip asosida.
3. Manfaatli (hisobli) ravishda.

Abdulla Qodiriy ko'proq emotsional - qadriyatli, ya'ni sevgi-muhabbat asosida oila qurish haqidagi qarashlarini ilgari suradi.

Yozuvchi ma'lum davrlardagi jamiyat hayotidagi turg'unlik, jaholat har xil ijtimoiy tabaqa vakillari turmushiga ta'sirini ko'rsatib beradi. U qoloq jamiyat nafaqat zulmi bilan farqlanishini, balki davrga muvofiq qoloq urf-odatlar yaratib, kishilar psixologiyasida turg'unlashib qolgan belgilarni mustahkamlashini, bu urf-odatlar, turg'un psixologik belgilarning esa jamiyat o'tkazayotgan zulmni oqlashga

xizmat qilishini aks ettiradi. Xuddi shunday qoloq jamiyat yaratgan qoloq urf-odatlardan biri qo'shxotinlik, xotin ustiga xotin olish edi.

Ko'rinib turibdiki, asar boshidanoq sevgi-muhabbat asosida oila qurish va qo'shxotinlik, feodalizm davrida xotin-qizlarga past nazar bilan qarash, ularga vahshiylarcha munosabatda bo'lishga nisbatan tutgan pozitsiyasi aniq-ravshandir.

Oila ta'bir joiz bo'lsa, kishining hayot yo'li, faoliyati boshlanadigan eng birinchi jamoa sanalib, inson ilk bor insonni shu yerda ko'radi, u haqda tushuncha, tasavvurga ega bo'ladi. Oilada, avvalo, bola uchun eng yaqin kishilar, uning ota-onasidir. SHuning uchun ham bolaning xulq-atvori, xarakteri, odat hamda ko'nikmalari oilada shakllanadi. Chunki oila o'z a'zolari bilan uzluksiz o'zaro ta'sir etib, uning faoliyati, yurish-turishini nazorat etib boradi.

O'zbek oilalaridagi o'zaro hurmat, ehtirom, ota-onaga e'zoz, farzandlarga mehr-shafqat va kichiklarga izzat-ikrom bu kishini barkamol inson, mukammal shaxs sifatida shakllantiradigan, axloqiy va ma'naviy jihatdan go'zal hamda yetuk qiladigan, insoniy fazilatlarni rivojlantiradigan qadriyatlar bo'lib hisoblanadi. Va bu qadriyatlarning mazmun-mohiyati farzandlar ongiga dastlab oilada singdiriladi.

Jamiyatda oila doim ham muhabbat asosiga qurilavermaydi. Urf-odat, sharoit taqozosi, ota-ona orzusi bilan ham oila tashkil topishi mumkin. Ota-onalar farzandlar orqali kelajak avlodning, naslning davomiyligini ta'minlaydilar, ya'ni oilaning reproduktiv funktsiyasi namoyon bo'ladi. Ota-onaning har qanday sharoitlarda ham farzandlari oldidagi o'z vazifa va majburiyatlaridan voz kechishlari mumkin emas. Abdulla Qodiriy nazarida oila – muqaddas makon. Oilani tashkil etuvchi kishilarning dunyoqarashi, saviyasi, fikr-qiziqishlari, intilishlari bir-birlariga mos kelmay qolgan taqdirda ham oilani buzish katta gunoh hisoblanadi. CHunki bu o'z navbatida oiladagi farzandlar taqdiriga, baxt-saodatiga, ular ruhiyatiga, shaxs kamolotiga salbiy ta'sir qiladigan ijtimoiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Qizlarni oilaviy munosabatlarda, umuman ijtimoiy munosabatlarda har bir shaxs guruhdagi o'z statusi, mavqei, maqomidan kelib chiqqan holda muomala, munosabatga kirishadi.

O'zbek oilasi sharq oilalaridan biri bo'lib, ularga xos umumiy xususiyatlar va o'ziga xos milliy, hududiy ijtimoiy-psixologik belgilar bilan tavsiflanadi.

Xulosa qilib shuni aytish lozimki, har ikki millatning etnik xususiyatlarida oilaviy hayotga doir muhim bo'lgan ijtimoiy-siyosiy, ma'naviy muammolar ustuvor ahamiyatli hisoblanadi. Mazkur muammolar doirasida oila, ayollar masalasiga e'tibor berish orqali bunda o'tkir zakovatli, faxm-farosatli, yuksak ongli, ma'naviy dunyosi boy, iroda-e'tiqodi mustahkam ayollar timsolini saqlab qolish asosiy hal qiluvchi, yetakchi o'rinlarni egallaydi. Ushbu muammolar asosida oilada qizlarni mustaqil hayotga tayyorlash ularni aynan millatga xos bo'lgan etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalar zamirida tarbiyalashni o'z oldilaridagi maqsadlardan biri deb hisoblashgan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoev Sh.M. «Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz».- T.: «O'zbekiston»-2016 yil.

2. Mirziyoev Sh.M. «Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz».- T.: «O‘zbekiston»-2017 yil.
3. Avloniy Abdulla. Turkiy guliston yoxud axloq. – T.: O‘qituvchi, 1992. – 160 b.
4. Akramova F.A. Main problens of providing psychological service to the family // Ilim ha'm ja'miyet, Нукус, 2020 № 4. -P.105-107 (19.00.00. № 2).
5. Akramova F.A. The divorce factors of families and psychological service to the family. //International Scientific Journal ISJ Theoretical & Applied Science Philadelphia, USA issue 01, volume 81, 325-328. published January 30, 2020. (19.00.00. № 3).

TASHKILOTLARDA XODIMLAR MOTIVATSIYASIGA PSIXOLOGIK MUHITNING TA’SIRI

Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), professor

Salomov Abbos Isroil o‘g‘li
Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti Psixologiya yo‘nalishi magistri

Annotatsiya: Tashkilotlardagi xodimlar orasida eng ko'p uchraydigan hodisa - bu odamlarning suhbatlashish va o'z doiralarini yaratishga intilishi, bu erda ular erkin muloqot qilishlari, bir-birlarini bilishlari, birlashishlari va o'zlariga yuklatilgan vazifalarni bajarishlari hisoblanadi. Ushbu maqolada tashkilotlardagi xodimlar o'rtasidagi munosabatlar va guruhdagi psixologik muhit tahlili keltirilgan.

Kalit so‘zlar: Guruh, jamoa, rasmiy guruh, norasmiy guruh, rivojlangan guruh, individual munosabat, jamoa munosabatlari, guruhiy moslik, liderlik, psixologik muhit.

Birgalikdagi sotsial qimmatga ega va shaxs uchun ahamiyatga molik faoliyatning amalga oshirilishi o‘zaro jamoatchilik munosabatlari o‘rnatilishini, individual munosabat bilan jamoa munosabatlari o‘rtasidagi ziddiyatlar barham topishini ta’minlaydi. Tashkilotlardagi xodimlar orasida eng ko'p uchraydigan hodisa - bu odamlarning suhbatlashish va o'z doiralarini yaratishga intilishi, bu erda ular erkin muloqot qilishlari, bir-birlarini bilishlari, birlashishlari va o'zlariga yuklatilgan vazifalarni bajarishlari hisoblanadi. Bunday faoliyat jarayonida shaxslararo munosabatlarda boshqa sharoitlarda qayd etilishi mumkin bo‘lmagan alohida hodisalar yuz beradiki, guruh rivojlanishining alohida belgisi sifatidagi jamoatchilik hosil bo‘ladi. Aynan, jamoa shaxsning jamiyatga bog‘liqligini ifoda etadi. Shaxs ana shu bog‘liqlik orqali erkinlikka muvaffaq bo‘ladi.

Jamoaning yuksak darajada rivojlangan guruh sifatida boshqa barcha guruhlarga nisbatan prinsipial jihatdan farqlari tajriba yo‘li bilan qayd etilgan. Jamoada faoliyatning samaradorligi bilan o‘zaro his- xayajonli psixologik munosabatlarning maqbul xarakteri o‘rtasidagi nisbat ijobiy, sust rivojlangan guruhlarda esa salbiy bo‘ladi. Past darajada rivojlangan guruhlarda guruhning

miqyosi bilan uning a'zolaridan umumiy ishga eng ko‘p hissa qo‘shish istagi o‘rtasidagi teskari bog‘lanish mavjudligi aniqlandi, guruhning tarkibi yiriklasha borishi bilan jamoadan birgalikdagi faoliyat ishtirokchilarning motivlari susaymaydi. Tasodifiy guruhda yordamga muhtoj kishiga yordam ko‘rsatilishi ehtimoli guruhning miqyosi kengayishi bilan susaya boradi, jamoada esa bunday qonuniyat namoyon bo‘lmaydi.

Tabiiy ravishda, tashkilot ichida, ijtimoiy va psixologik kuchlar ta'sirida vujudga keladigan guruhlar norasmiy guruhlar deb nomlanadi. Ushbu guruhga binoan tashkilot xodimlari o'zlari ish joyidagi ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish uchun rahbariyatning tasdiqisiz guruhlarga kiradilar. Hech kim alohida yashashni xohlamaydi; odamlar o'zlarining hissiyotlari, fikrlari, tajribalari, ma'lumotlari va boshqalarni o'zaro ta'sirlashishlari va baham ko'rishlari uchun o'zlarini atrofida aylana hosil qilishadi. Ushbu doiralar ish joyidagi norasmiy guruhlar deb nomlanadi. Ushbu guruhlar umumiy yoqtirishlar, yoqtirmasliklar, aqidalar, aloqalar, a'zolarning tili, qiziqishlari, qarashlari asosida tuziladi. Bu qiziqish guruhi va do'stlik guruhini o'z ichiga oladi.

Guruhda quyidagi ijtimoiy psixologik hodisalar mavjud: ijtimoiy fikr, taqlid, ta’siriga berilish, konformizm. Ijtimoiy - psixologik muhit ko‘p jihatdan jamoa a’zolarining sig‘ishuvchanligiga bog‘liqdir. Guruhiy mos kelish (sig‘ishuvchanlik) fiziologik va psixologik bo‘lishi mumkin. Guruhiy psixologik mos kelish psixomotor, emotsional - irodaviy xususiyatlariga diqqat va tafakkurdagi farqlariga bog‘liqdir. Lekin, hammadan ko‘ra ko‘proq guruh tarkibiga kiruvchi har bir kishining shaxsiy xarakteri xususiyatiga bog‘liq bo‘lmasligi, ammo, moslashuvchan bo‘lishi kerak. Psixologik muhit vujudga keltirishda, aksari guruhga mos kelishga bog‘liq bo‘lgan ijtimoiy kayfiyat katta ahamiyatga ega. U guruhda bevosita ijobiy yoki salbiy psixologik muhit vujudga keltiradi.

Psixologiyada guruhdagi muhitni (uning ichki tuzilishini) o‘rganish uchun ko‘plab metodlar qo‘llaniladi. Ulardan ikkita asosiylari - sotsiometriya (sotsiometrik so‘rov) va referentometriya metodidir. Amerikalik psixolog, mikrosotsiolog J.Moreno guruhlarda shaxslararo munosabatlarni o‘rganish uchun shaxslarning bir birini saylashini (tanlashi, afzal qo‘rishlarni) aniqlash usulini va hissiy afzal qo‘rishlarni qayd qilish texnikasini taklif etdi. Buni u sotsiometriya deb atadi. Sotsiometriya metodi kichik guruhlarga taalluqli bo‘lgan shaxslararo munosabatlarni o‘rganish va o‘lchashning metodi sifatida taklif qilingan. Sotsiometriya yordamida shaxslararo birgalikdagi harakat jarayonida guruh a’zolarida namoyon bo‘ladigan afzal ko‘rishni, befarqlik yoki xush ko‘rmaslikni miqdoriy m’yorini aniqlash mumkin. Sotsiometriya guruh a’zolarining bir - birlarini xush qo‘rishi yoki xush ko‘rmasligini aniqlashda keng qo‘llanadi. Guruh a’zolarining o‘zlari bunday munosabatlarni anglab ola olmasliklari va ularning mavjudligi yoki mavjud emasligi haqida o‘zlariga hisob bermasliklari mumkin. Sotsiometriya metodi juda ham tezkor bo‘lib, uning natijalari matematik usul bilan qayta ishlanishi va yozma shaklda ifoda etilishi mumkin.

Sotsiometrik usulning negizida "Sen kim bilan birga bo‘lishni xohlarding?" degan to‘g‘ridan - to‘g‘ri savol turadi. U kishilar o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarni xohlagan jabhasida tatbiq qilinishi mumkin: sen kim bilan birga bitta partada

o‘tirishni, dam olishni, vaqt o‘tkazishni, ishlashni xohlarding va hokozo. Qoida tariqasida tanlashning ikki yo‘nalishi - birgalikda mehnat qilish sohasidagi va vaqtni birgalikda o‘tkazish yo‘nalishlari tavsiya qilinadi. Bu o‘rinda, tanlashning maqbulligi darajasida (benihoya istak borligi, bajonudilligi, befarqligi, unchalik istalmayotganligi, sira ham istak yo‘qligi) aniqlik kiritilishi va tanlash uchun tavsiya qilinadigan shaxslar soni cheklangan bo‘lishi ham mumkin. Tanlashlarni sotsiometriya matritsasiga tushirish chog‘ida bular hisobga olinadi. Natijalarni tahlil etish o‘zaro xush ko‘rish va xush ko‘rmasliklarning murakkab tarzda qo‘shilib ketganligini, sotsiometrik "yulduzlar" (ularni ko‘pchilik tanlaydi), "autsayder" larning (ulardan hamma o‘zini chetga tortadi) mavjudligini va butun iyerarxiyasini ko‘rsatib beradi. Sotsiometriya metodini juda ham tezkor ekanligiga shubha yo‘q va uning yordami bilan guruh ichidagi hissiy intilishlar manzarasi yetarli darajada aniq - ravshan ko‘rsatilgan bo‘lishi mumkin. Bu natijalarni kuzatishlar yo‘li bilan aniqlash uchun uzoq vaqt sarflashga to‘g‘ri kelgan bo‘lardi. Har qanday guruhni hosil bo‘ladigan kommunikativ shaxobcha sifatida talqin qilish mumkin.

Lekin, sotsiometrik tahlil guruhdagi shaxslararo kommunikativ shaxobchaga juda ham umumiy tarzda ta’rif berishi mumkin. U nima uchun individ bir xil birliklarda guruhga qarama - qarshi qo‘yilganligi, boshqalarida esa kommunikativ birlik borligini payqamasligini tushunib yetishga olib boradi. Sotsiometrik texnika yordamida qayd etiladigan bog‘lanishlar tizimini muqarrar deb hisoblab bo‘lmaydi. Bugungi "yulduz" ertaga yakkalanib qolishi mumkin. Sotsiometriya natijalari bizga bunday o‘zgarishlarning sabablari haqida ma’lumot bera olmaydi. Shuningdek, guruh a’zolari bir-birovlarni rad etib, boshqalarni tanlaganlarida nimalarga asoslanganliklari, guruhning har xil a’zolariga xos xush ko‘rish va xush ko‘rmasliklar zamirida qanday ma’no borligi mavhumligicha qoladi.

Guruhdagi psixologik muhitni o‘rganishga bag‘ishlangan R.S. Nemovning “Guruhning ijtimoiy jihatdan o‘z-o‘zini tahlil qilish metodikasining natijalariga asoslanib umumta’lim maktablaridagi rasmiy va norasmiy kichik guruhlar doirasida har bir o‘quvchi shaxsi uchun xarakterli bo‘lgan individual va guruhiy faollik motivatsiyasi omillari namoyon etilishining qiyosiy-tipik ko‘rsatkichlariga muayyan ijtimoiy psixologik mezonlar asosida baho berish mumkin. Bunda kichik guruhlar doirasiga kiruvchi har bir o‘quvchi shaxsida guruhiy faollik motivatsiyalarining namoyon etilishi ko‘p jihatdan muayyan ijtimoiy psixologik mezonlar hisoblanmish guruhiy mas’ullik, jamoatchilik, guruhiy jipslik, guruhiy aloqadorlik, o‘zaro samimiylik, guruhiy tashkilotchilik, o‘zaro xabardorlik kabi xislatlarning yetarli darajada tarkib topganligi bilan belgilanadi.

Mazkur metodika guruhdagi munosabatlar darajasini aniqlashga mo‘ljallangan. U 75ta hukumdan iborat. Sinaluvchilar har bir hukm guruhning qancha a’zosiga taalluqli ekanini belgilaydilar.

Ko‘rsatma. «Quyida 75 ta hukm berilgan. Siz har bir hukmning mazmuni bilan tanishib, so‘ng u guruhingizni qancha a’zosiga tegishli ekanligini quyida berilgan ballar bilan belgilang : 0 ball - hukm kim, 1 ball- deyarli xech kim, 2 ball- kamchilik, 3 ball yarmi, 4 ball ko‘pchilik, 5 deyarli barcha, 6 ball barcha, « » - bir narsa deyishim qiyin».

Hukmlarning 70 tasi ishchi bo‘lib, 5 tasi nazoratchi hukmdir. Nazoratchi hukmlar javoblarning chinligini aniqlash uchun ishlatiladi. Agar nazoratchi hukmlar yuzasidan berilgan javoblar samimiy javobni bildiruvchi variantda bo‘lsa, ishchi hukmlarga berilgan javoblar ishonchli bo‘lib, hisoblanadi, aks holda ular ishonchsiz bo‘ladi.

Ishchi 70 ta hukm 7 guruhga ajratilgan. Ushbu 7 guruh, hukmlari jamoa sifatida guruhdagi 7 xil munosabatning qanchalik rivojlanganli gini aniqlashga yordam beradi. Bu munosabatlar quyidagilardan iborat 1. Mas’uliyat - guruh oldidagi maqsad va vazifalarga mas’uliyat bilan yondoshish; 2. Kollektivizm - guruh oldida turgan muammolarni hal etish, guruhiy faoliyatni bajarishda hamkorlik qilish ; Z. Jipslik - guruh hayotidagi asosiy masalalar bo‘yicha guruh a’zolari o‘rtasidagi hamkorlik va guruhiy faoliyatda «bir tanu bir jon» bo‘lib harakat qilish; 4. Muloqotchanlik - guruh a’zolarining o‘zaro muloqotga, shaxsiy - emotsional munosabatlarga kirishuvchanligi; 5. Ochiqlik - boshqa guruhlarga va guruhning yangi a’zolariga ijobiy munosabatda bo‘lish; 6. Tartib - intizomlilik guruh faoliyati samaradorligi yo‘lida uning tarkibiy tuzilishini tez o‘zgartira olish, yangidan tuza olish; 7. Axborotga egalik - guruh ishlari va guruh a’zolari haqidagi ma’lumotni bemalol qo‘lga kiritish imkoniyatining mavjudligi.

Jahon ta’lim va ilmiy tadqiqot muassasalarida shaxs faolligi va ijtimoiy taraqqiyoti, guruhlarda ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirish, psixologik xizmat ko‘rsatish konsepsiyalarini takomillashtirishga, gumanistik va identifikatsion jarayonlarning ilmiy tahliliga bag‘ishlangan ilmiy tadqiqotlarni olib borish masalalariga alohida e’tibor qaratilmoqda. Bu borada, psixologik xizmat jarayonini maxsus dasturlar asosida tashkil etish orqali o‘quvchilarning guruhiy munosabatlar dinamikasi va guruhiy faollik motivatsiyasini muayyan darajada rivojlantirish, professional darajada psixologik faoliyatni takomillashtirish, shaxs shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik xizmatning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini tadqiq etish zarurati oshib bormoqda.

Adabiyotlar:

1. Агеев В.С., Андреева Г.М. Межличностное восппиятие в гпуппе.– М.: 1981. – 294 с.
2. Немов П.С. Психология.-Учеб.для студ.высш.пед.учеб.заведений.:-М.: Гуманит.изд.тсентп ВЛАДОС,1999.-Кн.1. Общие основы психологии.-С. 528-647.
3. Немов П.С. Психология.- Учеб.для студ.высш.пед.учеб.заведений.:- М.: Гуманит.изд.тсентп ВЛАДОС,1999.-Кн.3. Психодиагностика.-С. 389-600..
4. Морено Дж. Сотциометрия. – М., 1958. – 244 с.
5. G’oziev E.G’., P.N.Melibaeva. Ijtimoiy psixologiya. Oliy o‘quv yurtlari talabalari uchun o‘quv uslubiy qo‘llanma.-Toshkent-2009.- B. 143.
6. G’oziev E.G’. Psixologiya metodologiyasi. O’quv qo‘llanma. – Toshkent : Noshir, 2013.

YOSHLARNI OILAVIY MUNOSABATLARGA TAYYORLIGI PSIXOPROFILAKTIKASI

Magdiyeva.Z.Y

"Renessans ta'lim" universiteti Pedagogik ta'lim va psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi. ORCID:0009-0005-5843-2214. Email:magdiyevazamira@bk.ru

Annotatsiya: Biz bu maqolada yoshlarimizni oilaviy hayotga va oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlash masalasida quyidagi trening mashg'uloti haqida va ushbu treningda oiladagi muloqot va o'zaro ta'sir uslubi yani ota-onaning muloqot jarayoni yoshlarni ertangi oila qurishi uchun dastur vazifalari haqida yoritdik.

***Kalit so'zlar**: oila, nikoh, gender, adaptatsiya, muloqot uslubi,emotsiya, tolerantlik, model, ustanovka.*

Аннотация: В данной статье мы рассмотрели следующий тренинг по психологической подготовке нашей молодежи к семейной жизни и семейным отношениям, а также стиль общения и взаимодействия в семье, процесс общения родителей и задачи программы для подготовки молодежи к созданию семьи завтра.

***Ключевые слова:** семья, брак, гендер, адаптация, стиль общения, эмоции, толерантность, модель, установка.*

Kirish. Bugungi kunda jamiyatimizda sodir bo'layotgan muhim ijtimoiy, madaniy, iqtisodiy va siyosiy o'zgarishlardan kelib chiqadi. Ushbu o'zgarishlar ilgari mavjud bo'lgan me'yorlar va an'analarni o'zgartirib, turmush tarzida, jumladan, talabalarning turmush tarzida o'zgarishlarga sabab bo'lmoqda. Bugungi kunda oiladagi sheriklarning o'zaro munosabatlarida paydo bo'layotgan ijtimoiy-madaniy o'zgarishlarni va eng avvalo, ularning oila qurishga tayyorligini hisobga olgan holda, oila ijtimoiy institutlarni, xususan, oilani o'ziga xos an'anaviy qadriyatlarga ega bo'lgan holda saqlab qolish va rivojlantirishning dolzarb masalasini ko'taradi. Zamonaviy jamiyatda oila faoliyatini yaxshilash yo'llaridan biri bu oilaga psixologik tayyorlik masalasi bo'lmoqda.

Asosiy qism

Shundan kelib chiqib biz bugungi kunda yoshlarimizni oilaviy hayotga va oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlash masalasida quyidagi trening mashg'uloti tashkil etdik. Ushbu treningda oiladagi muloqot va o'zaro ta'sir uslubi yani ota-onaning muloqot jarayoni yoshlarni ertangi oila qurishi uchun dastur vazifadini o'tamoqda. Sababi, inson hayotining har qanday bosqichida ota-onalar o'rnak bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli, bolalikdan ko'pchilik odamlar o'z xatti-harakatlarida ota-onalariga taqlid qilishadi, ular beshikdan boshlab ularga eng go'zal insoniy ko'rinishlardan birini - ota-ona mehrini bag'ishlaydilar. Bu munosabatlar bola uchun juda muhimdir, chunki u uning fe'l-atvorining rivojlanishiga, hayotga bo'lgan qarashlariga, xulq-atvoriga, boshqalar bilan munosabatlariga va umuman, shaxsiyatining shakllanishiga ta'sir qiladi.

Shuni ko'rsatdiki, otalari sovuqqon va mensimaydigan o'g'il bolalar erkaklik fazilatlarini taqlid qilishga qarshilik ko'rsatishlari mumkin. Issiq, hissiy ota-o'g'il munosabatlari ota-onalikni osonlashtiradi va bolaning xatti-harakatlarini boshqarish uchun imkoniyatlar yaratadi, chunki bola otasining qadrli his-tuyg'ularini yo'qotishni yoki hatto yengil norozilikka duch kelishni istamaydi.

Hissiy aloqa orqali, o'z mas'uliyatini tushunadigan mehribon ota-onalar farzandlarida yoshligidanoq normalar va xulq-atvor shakllarini shakllantiradilar, ularga insoniy qadriyatlar dunyosini tushuntiradilar va ularga nima maqbul va nima emasligini singdiradilar. Bola rivojlanib borgan sari, ular bu ko'rsatmalar, qadriyatlar va munosabatlarni o'zlashtirib, o'zlarining e'tiqodlariga aylanadilar va o'zlarining qadriyatlar tizimini yaratadilar.

Ota-onalar farzandining qiziqishlarini shakllantiradi, ularga ma'lum sport turlari bo'yicha maslahat beradi, do'st tanlashiga, kelajakdagi kasb tanlashiga, jinsiy masalalarga munosabatiga va ijtimoiy mavqeiga ta'sir qiladi. Ota-onalaridan meros bo'lib o'tgan o'z qadriyatlar tizimiga ega bo'lgan bolalar uni tengdoshlarining qarashlari va xatti-harakatlari bilan taqqoslashlari mumkin.

Kattalar bilan muloqotda bolalar o'zlariga bo'lgan ishonchni shakllantiradilar, bu tushuncha tegishli sohada obro'ga ega bo'lgan odamlarning ma'qullashi ta'sirida rivojlanadi. Va hayotdagi birinchi bunday shaxslar ota-onalardir.

Ota-onalarning shaxsiyatining bolaga ta'siri kuzatish orqali sodir bo'ladi, deb ishoniladi. Ota-onalar yoki hayotidagi boshqa muhim shaxslarning — "model" deb ataladigan narsalarning — o'rnagiga duch kelgan bola nafaqat ularning oddiy harakatlarini taqlid qiladi, balki, eng avvalo, ularning umumiy xulq-atvor modellarini ham qabul qiladi. Masalan, maktabgacha yoshdagi bolalar otasi yoki onasining tajovuzkor xatti-harakatlarini aniq taqlid qilishlari shart emas, balki ular o'z tajribalarini ushbu turmush tarzi elementlari bilan boyitadi.

Dastlab, bola odatda kuzatadigan xatti-harakatlarining motivatsiyasini qabul qiladi. Bu idrok bolalarga har qanday yangi vaziyatda o'z harakatlarini takrorlamasdan, taqlid qilayotgan "model"ning xatti-harakatlariga mos ravishda harakat qilish imkonini beradi.

"Model"ni kuzatish bolalarning xulq-atvori "repertuarini" boyitishga yordam beradi, ularga ma'lum bir xulq-atvor turini tanlashga yordam beradi. Masalan, modellashtirish tufayli bola kattalarga taqlid qilib, his-tuyg'ularini ifoda etishda o'zini tuta bilish va vazminlikni rivojlantirishi mumkin.

Biroq, modellashtirish samarali bo'lishi uchun bola inson shaxsiyatining ta'siriga qiziqishi kerak. Ular modellashtirishga undalishi kerak. Va yosh bolani eng ko'p qiziqtiradigan odamlar odatda uning ota-onalari hisoblanadi.

Ma'lumki, oila kichik ijtimoiy guruh sifatida eng yaxshi ta'lim muhiti hisoblanadi. Bunga quyidagilar yordam beradi:

1. oilaning tarkibi, uning barcha a'zolar o'rtasida doimiy ravishda bevosita yuzma-yuz aloqani saqlab turish qobiliyati;

2. bolalar uchun shaxsiy o'rnak bo'lib xizmat qiladigan, sevgi va do'stlik rishtalari bilan birlashgan er-xotin qo'lida yetakchilik;

3. oilaning hamjihatligi, uning maqsadlarining birligi;

4. barcha oila a'zolari o'rtasida kuchli, hissiy o'zaro bog'liqlik;

5. har bir oila a'zosining erkinliklarini tan oladigan va huquqlarini hurmat qiladigan hamrohlik orqali asosiy ehtiyojlarni qondirish [3].

Har doim otaning oiladagi o'rni juda muhim va o'rnini bosa olmaydigan darajada muhim bo'lgan. Tabiat va jamiyat har bir erkakni er va ota bo'lishga tayyorlaydi, xuddi har bir ayol o'zini ona va xotin bo'lishga tayyorlaganidek. Odamlar har doim o'zlaridan keyin nima qolishini o'ylashadi. Inson daraxt kabi ildizlari bilan mustahkam, deb bejiz aytilmagan. Shuning uchun, erkak turmushga chiqqanida, ota bo'lish va oilaning tayanchi bo'lish kabi ulkan mas'uliyatni o'z zimmasiga oladi.

Biroq, shahar turmush tarzining tarqalishi bilan oilaviy hayotni tobora ko'proq ayollar - xotinlar va onalar boshqarmoqda. Otaning oilaviy ishlarga aralashuvi kamaygani sababli uning obro'si sezilarli darajada pasaydi. Zamonaviy kvartiralarda hamma narsa bor va bolalar ko'pincha otalarining ish axloqini ko'rishmaydi. Uning ishi deyarli butunlay oila bilan cheklangan. Onalar esa boshqa masala. Ular ishlab chiqarishda ham ishlashsa-da, uyda ishlashlari hali ham davom etmoqda.

Biroq, ota hali ham oilaning kuchi, aql-zakovati va kundalik ishlarda tayanchi hisoblanadi.

Otalik ham erkakning ijtimoiy va axloqiy yetukligining sinovidir. Nikohga kirayotgan yosh yigitlar orasida otalikdan qo'rqadigan yoki bunga tayyor bo'lmaganlar doim bo'ladi. Bola oilaning mustahkamligining asosiy sinovidir. Amalda, biz birinchi farzandi tug'ilishidan oldin normal yashagan, ammo keyin ularning muloqoti yomonlashgan juftliklarga duch kelamiz. Er tobora ko'proq uyni sog'inadi, bolani ham, xotinini ham chetlab o'tadi. Bu ota mehrining yo'qligini yoki otalik madaniyatining rivojlanmaganligini ko'rsatishi mumkin. Noxush bo'lsa-da, bu patologik emas.

Adolat uchun aytish kerakki, otalik tuyg'usi onalikka qaraganda biroz kechroq rivojlanadi. Aristotelning ta'kidlashicha, erkaklar ayollar ona bo'lishdan ko'ra keyinroq haqiqiy ota bo'lishadi. Yosh erkaklar kamdan-kam hollarda farzandsizlik tufayli xotinlarini tashlab ketishadi. Bu ko'proq merosxo'rlarni, yer yuzida davom etishlarini istagan kuchli egalik ruhiga ega erkaklar orasida uchraydi.

Bolalar bog'chalari va maktablarda bolalar bilan ishlaydiganlar ayollardir va bolalarga erkaklar ta'sirining yo'qligi sezilarli bo'lib bormoqda. Hatto otaning qisqa muddatli yo'qligi ham bolalarda (ayniqsa o'g'il bolalarda) qo'rqoqlik, yolg'izlik, begonalik, o'jarlik va tajovuzkorlikni rivojlantiradi. Shuning uchun otalar oilaviy munosabatlardagi bu ta'sirning yo'qligini qoplashlari kerak. Aks holda, ota-onalik kamchilikka olib keladi. Bugungi kunda otalikka tanqid asosan nafaqat xotin bilan, balki bolalar bilan ham o'tkaziladigan vaqtning kamayishi, suhbat va tasodifiy muloqotning kamayishi bilan bog'liq.

Bolalarning bo'sh vaqtini tashkil qilish, ota-onalarga yordam berish, bolalarga qo'shimcha bilim olishga yordam berish va boshqalar otaning asosiy vazifasidir.

Bolalar yonida ota o'zining eng yaxshi fazilatlarini, masalan, mehr-oqibat, sadoqat va rahm-shafqatni namoyon etadi. Shu ma'noda, nafaqat ota farzandlarini tarbiyalaydi, balki bolalar ham otalarini tarbiyalaydi. Ota oilada nafaqat tarbiya va itoatkorlik, balki bolalarga barcha ishlarida yordam berish va farzandiga do'st bo'lish uchun ham kerak.

Xulosa.

Otaning o'rnaklari bolalarni tarbiyalashda juda muhimdir. O'g'illar asosan otalarining turmush tarzi va fikrlarini taqlid qiladilar: ular ularning yurish-turishi, nutq uslubi, imo-ishoralari va boshqalarni o'zlashtiradilar. Ular otalaridan matonat, kuch, erkaklik ishonchliligi, topqirlik va qarama-qarshi jinsga munosabat kabi fazilatlarni o'zlashtiradilar. Otasi onasiga e'tiborli bo'lgan o'g'il turmushga chiqqanida, tanlanganiga ham shunday munosabatda bo'lishni yagona mumkin bo'lgan yo'l deb biladi. Agar ota ishdan bo'shasa, bolalar ham shu odatni o'zlashtiradilar.

Farzandlarni tarbiyalashdan tashqari, ona uy bekasi hamdir. U uy tozalaydi, kir yuvadi, ovqat pishiradi va boshqa ko'p narsalarni qiladi. Sotsiologlarning hisob-kitoblariga ko'ra, o'rtacha ayolning uydagi ish yuki erkaknikidan ikki baravar ko'p va uning umumiy ish yuki erkakning umumiy ish yukidan 15-20% ko'p. Ona ishda va uyda ikki baravar ko'p ishlaydi. Bu ortiqcha ish va stressga olib keladi, bu esa oilaviy munosabatlarga va bolalar tarbiyasiga salbiy ta'sir qiladi. Onaning kasbiy va oilaviy majburiyatlari birlashib, jiddiy stressni keltirib chiqaradi.

Bularning barchasidan xulosa qilishimiz mumkinki, oilaga ham ota, ham ona kerak. Axir, bolalar onalaridan mehr, muloyimlik, mehr va sezgirlikni oladilar, otalar esa ularga jasorat, iroda va kurashish va g'alaba qozonish qobiliyatini beradi. Faqat shu fazilatlarning uyg'unligi to'liq rivojlangan shaxsni shakllantirishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yhati

1. Магдиева З. Ю. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЕЖИ К СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ //ББК 88.53 С 69. – С. 454.
2. Magdiyeva Z. Y. L. OILAVIY MUNOSABATLARGA TAYYORLANISHDA GENDER XUSUSIYATLARINING O ‘ZIGA XOSLIGI //Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. – 2026. – Т. 6. – №. 20. – С. 488-491.
3. Орзикулова, Ч. "Ёшларни аҳлоқий камолотга эришишларининг ижтимоийпсихологик асослари." Научный импульс 2.2 (2023): 167-174.
4. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания // Психология развития / Сост. и общ. ред.: авторский колл. сотруд. кафедры психологии развития и дифференциальной психологии СПбГУ. - СПб.: Питер, 2001. - С.366-405
5. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений. — М.: Аспект Пресс, 2001. — 376с.
6. Андреева Т.В. Психология современной семьи. Монография. - СПб.: Речь, 2005. - 436с.

HARBIY XIZMATCHILAR OILASIDA OTA-ONALAR VA FARZAND O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNING IJTIMOIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Ikramova Shaxnoza Baxtiyorovna
RTATM bosh mutaxassisi

Annotatsiya: Oila qanchalik inoq, uyushgan va mustahkam bo‘lsa, uning normativ ta’siri ham shunchalik samarali bo‘ladi. Bunday oilada o‘zining qadriyatlaridan tashqari, jamiyatning qadriyatlari, qonun-qoidalar va normalar hurmat qilinadi, bola boshidan jamiyatda yashashga o‘rgatilgan bo‘ladi. Uning ahamiyati shundaki, farzand maktabgacha tarbiya muassasasida ham, keyinchalik maktabda o‘qiganda ham tartibli, intizomli, aytilgan vazifa, berilgan topshiriqlarni mas’uliyat bilan vijdonan bajdaradigan bo‘lib, bolalar jamiyatida hamisha o‘zining o‘rniga ega bo‘la oladi. Bunday farzanjdlar mustqil fikrli, pok vijdonli inson bo‘lib yetishadi.

Kalit so‘zlar: *oila, ota-ona, bola,ijtimoiylashuv, o‘zaro munosabat, xususiyat, milliy, fenomen,shaxs, qadriyat .*

Abstract: The more harmonious, organized and strong the family, the more effective its normative influence. In such a family, in addition to its own values, the values, laws and norms of society are respected, and the child is taught to live in society from the very beginning. Its significance lies in the fact that the child, both in the preschool institution and in school, is organized, disciplined, conscientiously carries out the tasks and assignments set before him and can always take his place in children's society. Such children will grow up to be independent and conscious people.

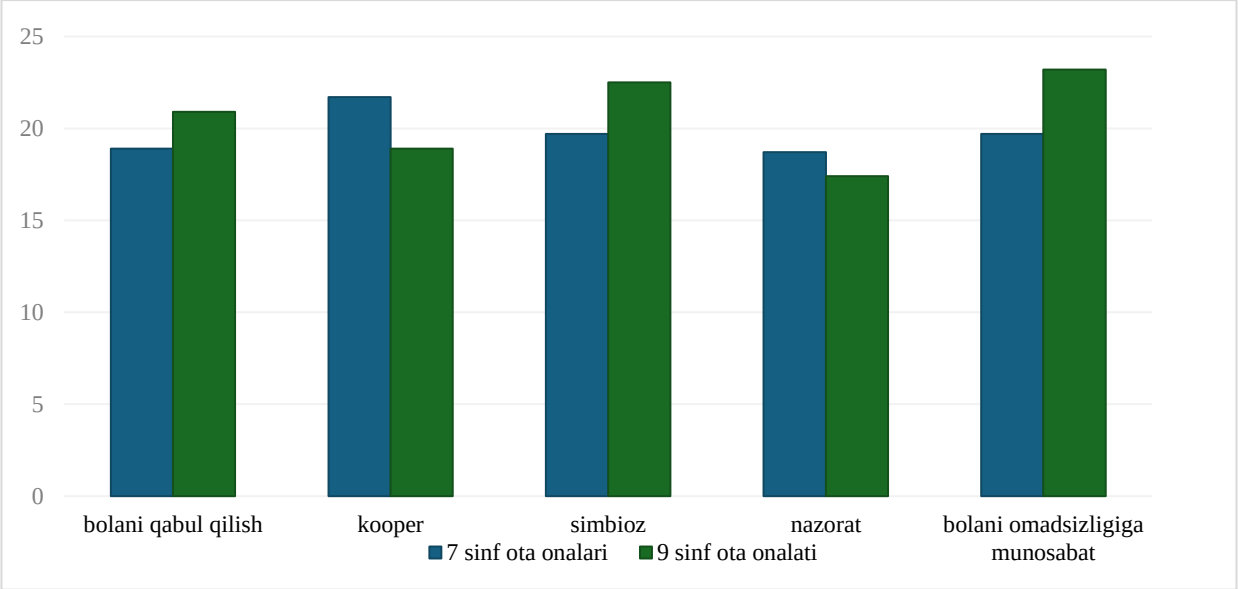
Key words: *family, parents, child, socialization, interaction, characteristics, national, phenomenon, personality, value.*

Jamiyatimiz talab etayotgan har tomonlama yetuk, komil insonni tarbiyalashda uning ma’lum bir yosh davridagi psixologik xususiyatlari eng muhim hisoblanadi. Shuning uchun o‘smir shaxsining ijtimoiylashuviga harbiylar oilasida ham ota-ona shaxsining ta’sirini psixologik xususiyatlari o‘rganish bugungi kunning dolzarb ahamiyatga ega masalalardandir.

Bugungi kunda respublikamizda ushbu shaxsning ijtimoiylashuv muammosini psixologik mohiyatini E.G‘oziev, V.Karimova, N.Safaev, G‘.Shoumarov kabi psixolog olimlar o‘z ilmiy yo‘nalishlarida o‘rganib tadqiq etgan. Ularning ishlari hal etilayotgan muammo nuqtai nazaridan katta ahamiyat kasb etadi.

Ma’lumki o‘smirlik davrida o‘z o‘zini nazorat qilishni shakllanishiga ota-onaning shaxsiy namunasini ta’sirini o‘rganish maqsadida A.Ya.Varga, V.V.Stolin tomonidan ishlab chiqilgan ota-onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabatlari test so‘rovnomasidan foydalanildi. Ota- onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabati kattalarning bolalarga nisbatan turli tuman xissiyot va xulq atvorlari tizimi sifatida tushuniladi. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda ota onalarning o‘z

farzandlariga munosabati bu bolalarga nisbatan o‘rnatiladigan pedagogik ijtimoiy ustanovka bo‘lib, o‘z ichiga ratsional emotsional va xulq atvor komponentlarini oladi.



1-rasm. Ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlarni namoyon bo‘lishi

Miqdoriy tahlil asosida to‘plangan ma’lumotlarni sifat jihatdan tahlili quyidagi ko‘rinishga ega.

Bolani qabul qilish - rad etish shkalasi bo‘yicha barcha guruh sinaluvchilar yuqori ko‘rsatkichga ega ekanliklari ma’lum bo‘ldi. Bu bolaga nisbatan yorqin namoyon bo‘luvchi ijobiy munosabat mavjudligini ko‘rsatadi. Bu holda kattalar bolani qanday bo‘lsa shundayligicha qabul qiladi, uning individualligini tan oladi va hurmat qiladi, uning qiziqishlarini rejalarini qo‘llab quvvatlaydi, bola bilan ko‘p vaqtni o‘tkazadi va bu haqida afsus chekmaydi. Bu shundan dalolat bermoqdaki, ota-onalarning asosiy qismi o‘z farzandlarini to‘g‘ri qabul qilishga moyil ekanlar, ularni o‘ziga xosligini e’zozlashi va vaqtini ularga ajratishga harakat qilishini ifodalaydi. O‘rta darajadagilarda farzandlari bilan birga bo‘lish xohishi, ular bilan birga bo‘lishi amaliy faoliyatdan ko‘ra istak tarzda namoyon bo‘lishi xosligini ko‘rsatadi. Past darajada deb baholagan ota-onalar farzandlarini tushunishda qiynalishi, ulardan ranjishi va amaliy yordam ko‘rsatishda ojiz qolayotganligini bildiradi.

Kooperatsiya shkalasi bo‘yicha yuqori natijalar kattalar bolani qiziqtiradigan narsalariga katta qiziqish bilan munosabatda bo‘lishlarini bola qobiliyatlarini yuqori baholashlarini bolaning tashabbusi va mustaqilligini rag‘batlantirishlari bola bilan tanglik munosabatlarida bo‘lishlari belgisi hisoblanadi. Ota-onalar farzandlarining faoliyatiga, ularning rejalari va orzularini amalga oshishiga qiziqishlaridan, ularning yutuqlaridan xursand bo‘lishi va rag‘batlantirishi, aqliy va ijodiy qobiliyatlarining o‘sishiga ko‘makdosh bo‘lishga moyilliklarini ko‘rsatadi, ma’lum bir qism ota-onalar bu holatning o‘zlarining orzulariga aylanishi bilan cheklanib qolganlar, ota-onalarning ko‘pchilik qismi esa bu borada aniq rejaga va amaliy faoliyatga ega emasliklari bilan ajralib qolmoqdalar.

III-shkala Simbioz bo‘yicha 7-9 sinf o‘quvchilarning ota-onalari yuqori ko‘rsatkichlarini qo‘lga kiritganlar. Jumladan teshiriluvchilarning o‘zlari bilan bola o‘rtasida psixologik distansiya o‘rnatmasliklari bola iloji boricha yaqin bo‘lishga intilishlari bolaning asosan ongli ehtiyojlarini qondirishga harakat qilishlari ularda bo‘lish mumkin bo‘lgan turli ko‘ngilsizliklarning oldini olishga urinishlari to‘g‘ri xulosa chiqarish uchun asos bo‘ladi. 9- sinf o‘quvchilarining ota-onalari past ko‘rsatkichni qo‘lga kiritganliklari ma’lum bo‘ldi. Bu ulardagi kattalar o‘zlari bilan farzandlari o‘rtasida keskin psixologik distansiya o‘rnatishlari ular to‘g‘risida unchalik g‘amxo‘rlik qilmaslik belgisi bo‘lib hisoblanadi. Bunday insonlardan yaxshi o‘qituvchi va tarbiyachilar chiqmaydi. Ota-onalar o‘zlarining yaxlit bo‘lagi sifatida baholaganlar, ular farzandlarini hayotiy qiyinchiliklardan saqlashga, ko‘ngilsizliklardan asrashga intilishi, aslida, bu tabiiy hol-empatiya natijalari tahlilida ham ota-onaning bolaga hamdardlikni bildirishi ham buni tasdiqlagan. Ularning esa simbiotik holatni shakllantirish ilinjida, ota-ona bunga erishishda o‘zlarida kuch-quvvat va imkoniyat topishda cheklanayotganliklari kuzatiladi.

Nazorat shkalasi bo‘ycha har bir guruh sinaluvchilari yuqori ko‘rsatkichni qo‘lga kiritganliklari ma’lum bo‘ldi. Jumladan ularda bolaga nisbatan kuchli avtoritar munsabatda ekanliklaridan ulardan so‘zsiz o‘zlariga itoat etishlarini talab qilishlari qat’iy intizomni saqlashlaridan darakberadi. Kattalar bunda bolaga o‘z hohish irodasini singdiriga harakat qiladilar. Ular har doim ham bola uchun tarbiyachi sifatida foyda keliravermaydi. “Avtoritar-ijtimoiylashuv” shkalasida ota-onalar farzandlari bilan munosabatda nazoratga alohida e’tibor qaratib, yakka hukmronlikni yoqlayotganliklari esa avtoritarlik bilan ijtimoiylashuvning oraliq bosqichida ekanliklari va ota-onalar bolalarini erkin harakatiga, ularni mustaqil fikrlarini tinglashga moyildirlar.

Bolalar bilan ota-onaning, umuman, kattalarning muloqoti va munosabati, ayniqsa, bolalar o‘smirlik yoshiga yetganda o‘ta murakkablashadi, muloqotning nozik qirralari ko‘payadi. Pedagoglar va psixologlar, sotsiologlar va fiziologlar, psixiatrlar va huquqshunoslar – barcha bir ovozdan o‘smirlik davri inson hayotidagi murakkab va inqirozli davr ekanini tan oladilar. O‘smirlik davrini inqirozli davrga aylantirib qo‘yadigan sabablar juda ko‘p (bolalarning jinsiy yetilishi, ularda kattalik hissining paydo bo‘lishi va rivojlanishi, mustaqillikka bo‘lgan ehtiyojning kuchayishi va h.k.). Bunday sabablarning tahliliga bag‘ishlab qator maqolalar, risolalar yozish mumkin. Biroq farzandining “tilini topa olmayotgan”, u bilan psixologik aloqa o‘rnatishga qiynalayotgan har bir ota-onani farzandidagi o‘zgarishlarning sabablaridan ko‘ra shunday vaziyatlarda qanday yo‘l tutish kerakligi, nima qilish mumkinligi ko‘proq qiziqtiradi.

Yuqoridagi natijalarda xulosa qiladigan bo‘lsak shaxsda o‘z-o‘zini nazorat qilishning shakllanishi oiladagi psixologik muhitga, ota-onaning shaxsiy namunasiga ko‘p jihatdan bog‘liqdir.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Абрамова Г.С. “Практическая психология”. М.:-2001.

2. Karimova V.M. Psixologiya. O‘quv qo‘llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, “O‘AJBNT” markazi, 2002. – 205 b.

3. Квинн В. Прикладная психология. – СПб: Издателстьво “Питер”, 2000. – 560 с.

4. Махмудова Д.А. Психологические особенности внутрисемейных отношений у жертв торговли людьми//Педагогик маҳорат. – Т.: 2023. №3. – С.11-14. (19.00.00. №11) ISSN 2181-6883.

5. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3-х т. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 576 с

ЁШ ОИЛАЛАРДА ЭР-ХОТИН ЎРТАСИДАГИ НИЗОЛАР НАМОЁН БЎЛИШ ХУСУСИЯТЛАРИ

Жалилова С.Х.

Низомий номидаги ЎМПУ

Аннотация. Ушбу мақола эр-хотин ўртасидаги муносабатларда намоён бўладиган низолар, уларнинг характери, юзага келиш сабабларини ёритишга қаратилган. Мақолада эр-хотин ўртасидаги низоларни келтириб чиқарувчи омиллар, уларни ўрганиш методикалари ҳамда ўтказилган тадқиқот натижалари ёритилган.

Таянч сўзлар. *Оилавий муносабатлар, конструктив ва деструктив низолар, никоҳнинг барқарорлиги, никоҳдан қониққанлик, оилавий келишмовчиликлар.*

Abstract. The purpose of this article is to highlight the nature and causes of conflicts in marital relations. The article examines the factors that contribute to the emergence of marital conflicts, methods for studying them and the results of the studies.

Key words: *Family relationships, constructive and destructive conflicts, marital stability, marital satisfaction, family disagreements.*

Кириш. Бугунги кунда оилани мустаҳкамлаш, ёшларни ҳар томонлама етук, соғлом ва баркамол инсонлар қилиб тарбиялаш, оилани жамиятнинг бошқа муҳим ижтимоий тузилмалари каби юртимиздаги маънавий ўзгаришлар билан уйғун тарзда ривожлантириш, унинг нуфузини ошириш масаласига давлат сиёсатининг энг муҳим йўналиши сифатида эътибор берилмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш. М. Мирзиёев бошчилигида Ҳукуматимизнинг оила барқарорлигини таъминлаш, унинг ижтимоий мавқеини ошириш, айниқса, оиланинг фарзандлар тарбиясидаги нуфузини оширишга кўмаклашиш ҳамда ёш эр-хотинларнинг моддий, уй-жой, маиший шарт-шароитларини яхшилаш борасида аниқ дастурий тадбирлари мамлакатимизда оила ва никоҳ муносабатларининг қадрият сифатида эътироф этилишини таъминламоқда. Зеро, давлатимиз раҳбари томонидан оиланинг жамият тараққиётидаги нуфузини таърифлаб, “Биз учун ҳеч қачон кун тартибидан тушмайдиган ўта муҳим масала - бу униб-ўсиб келаётган ёш авлодимиз, фарзандларимиз тарбияси билан боғлиқ. Биз бир ҳақиқатни ҳеч қачон

унутмаслигимиз лозим: ота-она, жамият эътиборидан четда қолган бола оилага қувонч ва фойда ўрнига фақат ташвиш келтиради. Шу боис бола тарбияси, ёшлар билан ишлаш биз учун энг муҳим ва долзарб вазифа бўлиб қолиши шарт", дея таъкидлаб ўтилганлиги ушбу масаланинг моҳиятини, унинг нақадар долзарблигини кўрсатиб турибди (Ш.М.Мирзиёв, 2017).

Оилавий муаммолар ўзининг кўп қирралилиги билан алоҳида хусусият касб этади. Агар ҳар бир оилани ташкил этувчилар ўз муаммоларини баҳамжиҳатлик билан, ўзаро келишув асосида ҳал қилсалар, оиладаги тинчлик кафолатланиб, унинг маънавий асослари мустаҳкам бўлади. Алоҳида таъкидлаш жоизки, эр-хотин муносабатларида, фикр ва қарашлардаги пайдо бўладиган айрим келишмовчиликлар, қарама-қаршиликлар, зиддиятларни уни ташкил этувчи шахслар ўзаро келишиб, муаммони конструктив тарзда ечишга қодир бўлсалар, оиладаги ижтимоий психологик ҳамда маънавий муҳит ёш авлод онгида инсоний муносабатлар тўғрисида теран ва ижобий тасаввурлар шаклланишига имкон беради. Шу боис хам мамлакатимизда оила ва унинг тарбиявий имкониятлари қадрият сифатида юксакларга кўтарилади. Оила мустаҳкамлиги низоли вазиятлардан ҳоли бўлиши, унинг аъзолари ўртасидаги ўзаро ҳурмат ва эъзознинг қандай шаклланишига боғлиқ. Шахслараро муносабатлар «субъект-субъект» билан бир қаторда «субъект-гуруҳ», «мен-биз» тизимида намоён бўлиши мумкин (М.Файзиева, А.Жабборов, 2007).

Оилавий низолар кенг тарқалган, кескин кечувчи ижтимоий низо шаклидир (С.Б.Бобришев, В.В.Ивакина, 2017). Оилавий низоларнинг ҳам конструктив (ижобий оқибатли) ҳам деструктив (салбий оқибатли) асоратлари бўлиб, уларни идрок этишдан ҳосил бўлган образлар ижтимоий хулқдаги салбий ва ижобий йўналишларни белгилайди. Айнан шунинг учун оилавий низоларнинг намоён бўлиши, шакллари, оқибатларини илмий жиҳатдан ўрганиш долзарб масалалардан биридир.

Методика. Оилавий муносабатларда никоҳнинг муваффақиятлилиги ва унга таъсир этувчи омиллар масаласи муҳим аҳамият касб этади. Ушбу мезонни ҳисобга олмай эр-хотинлар ўз никоҳларини қандай баҳолашларини билиш қийин. Никоҳнинг муваффақиятлилигини аниқлашга бўлган иккита нуқтаи-назарни ажратиб кўрсатиш мумкин. Булар:

- Социологик
- Психологик.

Биринчи ёндошувга кўра эр-хотин муносабатлари муваффақияти кўрсаткичи – бу никоҳнинг сақланиши, яъни ажримнинг йўқлиги. Ушбу тавсиф никоҳнинг барқарорлиги деб номланиб, демографик, ижтимоий, ҳуқуқий тадқиқотларда кенг қўлланилади. Бироқ бу ёндошувнинг ўзига хос камчилиги бор. Ҳуқуқий жиҳатдан никоҳнинг сақланиб қолганлиги, ҳақиқатдан эр-хотинлар бирга яшаши ва биргаликда хўжалик юритишини билдирмайди.

Психологик ёндошувда асосий эътибор инсоннинг ўз никоҳига бўлган муносабатини аниқлашга қаратилади ва бу "никоҳдан қониқиш" атамаси билан тавсифланади, амалда эса эр-хотинларнинг ўзаро мослиги, уларнинг

бир-бирларига адаптацияси, никоҳнинг муваффақияти тарзида ифодаланади (Б.С.Волков, И.В.Волкова, 2017).

Демак, никоҳнинг сифати хақида эр-хотинлар ўртасидаги муносабатларнинг яхши йўлга қўйилганлиги, никоҳнинг барқарорлиги ҳамда никоҳдан қониққанлик каби мезонларга қараб баҳо бериш мумкин.

Тадқиқот ишида қўйилган мақсад ва вазифалардан келиб чиқиб, қуйидаги методикалар қўлланилди:

- “Никоҳдан қониққанликни аниқлаш” тести;
- “Низоли вазиятларда эр-хотинлар ўзаро таъсири характери”ни аниқлаш тести.

Тадқиқотда иштирок этган синалувчиларнинг оилавий хаётдан, ўз никоҳларидан қай даражадан қониққанликларини ўрганиш учун В.В.Столин, Т.Л.Романова, Г.П.Бутенко томонидан таклиф этилган “Никоҳдан қониққанликни аниқлаш” тест – сўровномасидан фойдаланилди.

Сўровнома 24 та фикр мулоҳазалардан иборат бўлиб, унинг ҳар бир мулоҳазасига мос тарзда қуйидаги жавоб вариантларидан бирини танлаб, жавоб беришлари талаб этилади.

А) тўғри
Б) нотўғри
В) билмадим

Сўровнома матнида жавоблар бошқача кўриниш ва тартибда берилиши хам мумкин. Синалувчи сўровнома матни билан танишиб чиққач, фикр – мулоҳазаларга қўшилиш ёки қўшилмаслик даражаларини ифодалашлари зарур.

Натижаларни ҳисоблаш калит ёрдамида амалга оширилади. Калит билан мос келган жавоблар 2 баллга баҳоланади. Агар “Б” жавоб варианти танланган бўлса 1 балл, калит билан мос келмаган жавобларга 0 балл қўйилади.

Тўпланган баллар йиғиндисига қараб, никоҳдан қониққанлик даражаси хақида хулоса чиқарилади. Бунда:

0-16 б. – тўлиқ қониқмаслик;
17-22 б. – қониқмаслик;
23-26 б. – қониққанликка қараганда кўпроқ қониқмаслик;
27-28 б. – қисман қониқиш, қисман қониқмаслик (тенг миқдорда);
29-38 б. – қониққанлик;
39-48 б. – тўлиқ қониққанлик.

Тадқиқот ишимизда ушбу методика асосан синалувчиларнинг никоҳдан қониққанлик даражалари билан улар ўртасидаги зиддиятлар, келишмовчиликлар, низолар, қарама-қаршиликлар ўртасидаги ўзаро алоқадорликни текшириш учун ўтказилди.

Шунингдек, тадқиқот ишимизда “Низоли вазиятларда эр-хотинлар ўзаро таъсири характери”ни аниқлаш методикаси хам қўлланилди.

Методика низоли вазиятларда эр-хотинлар ўзаро таъсирини тавсифловчи 32 та мулоҳазадан иборат.

Респондентларга жавоб тариқасида муайян вазиятларда бўлиши мумкин бўлган реакциялар шкаласи таклиф этилади. Реакциялар шкаласи 2 та белги:

реакциялар фаоллиги ёки сустлиги ҳамда низолашувчи томон билан келишиши ёки келишмаслигини аниқлаш имконини беради. Бунда шкаланинг чап тарафи – фаол қўшилмаслик, нейтрал муносабат, суст қўшилмасликни; ўнг тараф – фаол қўшилишни ифодалайди. Бунда баллар -2 дан +2 гача оралиқда қўйилади.

Шкала қуйидаги кўринишга эга:

“-2” -ушбу вариантда рафиқам гапираётган фикрига ёки қилаётган ишига буткул қўшилмайман ва ўз айтганимда тураман;

“-1” – ушбу вазиятда рафиқам гапираётганлари ёки қилаётган ишларига қўшилмайман ва буни намойиш қиламан, лекин муҳокамадан қочаман;

“0” – ҳеч нарса қилмайман, ўз муносабатимни билдирмайман, воқеалар ривожини кутаман;

“+1” – умуман олганда рафиқам фикрига қўшиламан, бироқ ўз муносабатимни билдириш зарур эмас, деб ҳисоблайман;

“+2” – ушбу вазиятда рафиқам қилаётган ишлари ва гапираётган фикрларига буткул қўшиламан, уни фаол қўллаб-қувватлайман.

Эр-хотинлардаги низоларни ўрганиш методика муаллифларига келишмовчиликлар кўпроқ юзага келиши мумкин бўлган 8 та соҳани ажратиб кўрсатиш имконини беради:

1. Қариндошлар ва дўстлар билан муносабат муаммолари.
2. Бола тарбияси билан боғлиқ масалалар.
3. Автономияга интилишнинг намоён бўлиши.
4. Ролли кузатишлардаги бузилишлар.
5. Хулқ-атвор нормаларидаги келишмовчиликлар.
6. Эр-хотинлардан бирида устунликнинг намоён бўлиши.
7. Рашкни намоён бўлиши.
8. Пулга бўлган муносабатдаги тафовутлар.

Бундан ташқари вазиятлар “Низо айбдори” асосига кўра 2 гуруҳга ажратилиши мумкин. 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 вазиятларда низо юзага келишида “айбдор” кўп ҳолларда респондент, 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 – вазиятларда респондентнинг негатив реакцияларини, мусбат эса позитив (ижобий) реакцияларини билдиради. 1 га яқин (-1) кўрсаткич оилавий келишмовчиликларда хулқ –атворнинг пассив характерини, 2 га яқин (-2) кўрсаткич ушбу вазиятдаги актив позицияни ифодалайди.

Олинган маълумотлар жуфтликдаги низолиликни умумий даражасидан далолат беради. Умумий индекс кўрсаткичи қанчалик -2 га яқин бўлса, эр-хотинларнинг ўзаро таъсири шунчалик зиддиятли ҳисобланади.

Шундай қилиб, методика натижаларини текширилаётган жуфтлик (эр-хотин) ни эр-хотин муносабатларидаги энг зиддиятли соҳаларини бир қатор мезонлар (низо вазиятида келишув ёки келишолмаслик даражаси; жуфтликдаги зиддиятлилик даражаси бўйича тавсифлаш имконини беради).

Тадқиқотда 5 йиллик турмуш стажига эга бўлган 11 та оилавий жуфтликлар иштирок этди.

Натижа ва таҳлиллар. Синалувчиларнинг “Никоҳдан қониққанлик даражаларини аниқлаш” методикаси натижаларига кўра, текширувда иштирок этган оилавий жуфтликларнинг фақат 9,1% никоҳларидан тўлиқ қониқадилар. Синалувчиларнинг 36,4% ўз никоҳларидан қониқмайдилар ва 18,1% синалувчилар тўлиқ қониқмаслик ҳақидаги фикрни билдирганлар.

Лекин эр-хотин жавобларини алоҳида таҳлил қиладиган бўлсак, тадқиқотда иштирок этган эркакларнинг 54,5% никоҳларидан қониқишни ҳис қилсалар, қолган 45,5% эса оилавий ҳаётдан қониқмасликларини кўрсатганлар.

36,3% аёлларда қониққанлик, қолган 63,6% эса у ёки бу даражада қониқмаслик мавжуд эканлигини маълум қилганлар.

Тадқиқотда қўлланилган иккинчи методика “Низоли вазиятларда эр-хотинлар ўзаро таъсири характери”ни аниқлашга қаратилган бўлиб, олинган натижаларга кўра, тадқиқотда иштирок этган синалувчилар оилаларида эр-хотин ўртасидаги келишмовчиликлар кўпроқ қариндош ва дўстлар билан муносабат масаласида (-0,5) юзага келиши ҳамда низоли вазиятларда уларнинг негатив реакцияларидан далолат беради. Шу билан бир вақтда оилавий келишмовчиликларда эр-хотинларнинг хулқ-атворидаги пассив позицияни ифодалайди.

Шунингдек, қўлга киритилган маълумотлар эр-хотинлар ўртасидаги низолар кўпроқ бола тарбияси билан боғлиқ масалаларда (+0.27), ролли кутишлардаги бузилишлар соҳасида (+0.27), хулқ-атвор нормаларидаги келишмовчиликларда (+0.32), рашкни намоён бўлишида (+0.36) ҳамда пулга бўлган муносабатлардаги тафовутларда (+0.36) юзага келиши хақида хулоса чиқаришга олиб келади.

Методика натижаларига кўра, тадқиқот иштирокчиси бўлган эркакларнинг 56% низо юзага келишида “айбдор” аёллари эканликларини таъкидласалар, синалувчи аёлларнинг 78% низо “айбдори” сифатида эрларини тан оладилар. Лекин шунга қарамай, текширилган жуфтликлардаги низоликнинг умумий даражаси унчалик юқори эмас (+0.34).

Демак, эр-хотинларнинг низоли вазиятдаги ўзаро таъсири зиддиятли ҳисобланмайди.

Хулоса. Тадқиқот натижаларига кўра, хулоса қилиш мумкинки, барча оилалар низоли вазиятлар билан тўқнаш келади. Лекин ҳар бир оилада уларнинг келиб чиқиш сабаби, кечиши, ечими турлича. Оилада эр-хотин ўртасидаги шахслараро муносабатларда мулоқот маданиятини ошириш учун илк ёшликдан бошлаб, бошқа одамларга ҳурмат ва самимият билан муносбатда бўлишни, уларга ҳамдардлик, инсонпарварлик, меҳрибонлик қилиш қобилиятларини шакллантириб бориш керак бўлади.

Оилада эр-хотин ўртасидаги низоларнинг ўзига хос хусусиятларини ўтказилган тадқиқотлардан шу нарса маълум бўлдики, оилада никоҳдан қониқиш даражаси низолар турига, уларнинг кечиши, ечим топишига таъсир этиб, никоҳдан қониққан оилаларда асосан “биз” типидаги низолардир. Турмушидан қониққан оилаларда психологик муҳит илиқ бўлиши, эр-хотин муносабатларида ҳам кузатилади.

Никоҳдан қониқиш даражаси паст бўлган оилаларда низолар сони, давомийлиги, частотаси ҳам кўпроқ бўлиши кузатилади. Бу эса эр-хотиннинг психофизиологик, психологик мос эмаслиги, ўзаро бир-бирини тушунишнинг мавжуд эмаслиги, ёш оиланинг психологик хусусиятларини ҳамда оилавий ҳаёт ҳақидаги билимларнинг етарли эмаслигини, хулқ-атворнинг мос эмаслигини келтириб чиқаради.

Адабиётлар рўйхати

1. Мирзиёев Ш.М. Буюк келажагимизни мард ва олийжаноб халқимиз билан бирга қурамиз. Т., “Ўзбекистон”, 2017.
2. Бобрышев С.В., Ивакина В.В. Конфликты в сфере семейных отношений. Ставрополь, 2017.
3. Волков Б.С., Волкова И.В. Психология семейных конфликтов. М., Владос, 2019.
4. Файзиева М., Жабборов А. Оилавий муносабатлар психологияси. Т., 2007.

OILAVIY MUNOSABATLAR TIZIMIDA AFFILIATSIYA MOTIVINING PSIXOLOGIK TAHLILI

Samatova Sevara G’ayratovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti katta o’qituvchisi, psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD)

Annotatsiya: Mazkur maqolada affiliatsiya motivi tushunchasi va uning psixologik tadqiqotlardagi talqini tahlil qilingan. Muallif tomonidan ota-ona va o‘smir farzand munosabatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivining ijtimoiy-psixologik ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, affiliatsiya motivining nazariy asoslari, uning shaxslararo munosabatlar, muloqot, hamkorlik, emotsional yaqinlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashdagi o‘rni xorijiy va mahalliy olimlar qarashlari asosida tahlil etilgan. Tadqiqotda affiliatsiya motivining shakllanganlik darajasi oilaviy munosabatlar barqarorligi hamda o‘smirlarning ijtimoiylashuv jarayonida muhim omil ekanligi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: *affiliatsiya motivi, oilaviy munosabatlar, ota-ona va farzand munosabati, o‘smirlik davri, muloqot, hamkorlik, emotsional yaqinlik, ijtimoiylashuv, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, oila barqarorligi, shaxslararo munosabatlar.*

Аннотация: В данной статье проанализированы понятие мотива аффилиации и его интерпретация в психологических исследованиях. Освещается социально-психологическое значение мотива аффилиации в стабилизации взаимоотношений между родителями и подростками. Также на основе взглядов зарубежных и отечественных ученых рассмотрены теоретические основы мотива аффилиации, его роль в межличностных отношениях, общении, сотрудничестве, эмоциональной близости и

социальной поддержке. В исследовании обосновано, что уровень сформированности мотива аффилиации является важным фактором стабильности семейных отношений и процесса социализации подростков.

Ключевые слова: *мотив аффилиации, семейные отношения, взаимоотношения родителей и детей, подростковый возраст, общение, сотрудничество, эмоциональная близость, социализация, социально-психологические особенности, стабильность семьи, межличностные отношения.*

Abstract: This article analyzes the concept of affiliation motivation and its interpretation in psychological research. The socio-psychological significance of affiliation motivation in stabilizing relationships between parents and adolescents is highlighted. The theoretical foundations of affiliation motivation, as well as its role in interpersonal relationships, communication, cooperation, emotional closeness, and social support, are examined based on the views of foreign and local scholars. The study substantiates that the level of development of affiliation motivation is an important factor in ensuring family relationship stability and the socialization process of adolescents.

Keywords: *affiliation motivation, family relationships, parent-child relationships, adolescence, communication, cooperation, emotional closeness, socialization, socio-psychological characteristics, family stability, interpersonal relationships.*

Biz mazkur maqolada ota-ona va o’smir farzand munosabatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari o’rganishga e’tiborimizni qaratdik. Bunda asosiy masala ota-ona va o’smir farzand munosabatlarini o’ziga hos tomonlari, ota-ona va o’smir farzand munosabatlarinini yahshilarda ulardagi affiliatsiya motivining shakllanganlik darajalari bo’yicha ijtimoiy-psixologik kontekslardagi tadqiqotlarga ham murojaat qilganmiz.

Bizga juda ko’plab mahalliy va xorijiy tadqiqotlardan ma’lumi ota-ona va o’smir farzand munosabatlarinida ma’lum ma’nodagi qiyinchiliklar mavjud bo’ladi. Buning asosiy sababi o’smirlik davrining o’ziga hos psixologik xususiyatlari bilan bog’liq. Ya’ni o’smirlik davridagi psixologik va fizilogik aksiliratsion (jadallashuv) jarayon bog’liq jihatlari ularni ota-onalari bilan ham munosabatlarida ham ma’lum darajadagi inqirozlarni yuzaga keltiradi va bizning nazariy farazimizga ko’ra shu davrda o’smirlarda affiliatsiya motivining shakllanishiga alohida ahamiyat berishimiz ularning ota-onalari bilan munosabatlarni barqarorlashishiga xizmat qiladi.

Masala bo‘yicha adabiyotlar tahliliga asoslanib shuni aytish mumkinki, ota-ona va farzandlar o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlar barcha davrlarning eng muhim tadqiqotlar sirasiga kiritilgan.

Bizga ma'lumki, ilk oilaviy munosabatlar paydo bo‘lgan davrdan boshlab oila muqaddac mackan cifatida qaralib, u an'analar, urf-odatlar va tartib qoidalar bilan tartibga colingan. Xususan, oilaviy munocabatlarni sog‘lomlashtirish, undagi

munosabatlarni barqarorlashtirishda afilliattsiya motivining mavjudligi ota-ona va farzandlar orasidagi nizolarni bartaraf etish xususiyatini kasb etan.

Oilada ma'lum bir oilaviy odatlar, oilaviy qadriyatlar, oilaviy muloqotlarni uzviyligi, ota-ona va farzand o‘rtasidagi mexr- muxabbati, do‘ctligi, ahilligi, bir-birin qo‘llab-quvatlashga bo‘lgan intilish, bir-birini tushunishga bo‘lgan intilish kabilar oiladagi o‘zaro munosbatalarni barqarorlashtirishga bo‘lgan xarakatlar hisoblangan va bu narsalarni asosida ulardagi afilliattsiya motivining mavjudligi bilan ham izohlashimiz mumkin.

Oilada farzandlarning oila a'zolari bilan munosabatini to‘g‘ri va ob'ektiv shakllanitirish ma'lum darajadagi ijtimoiy-pedagogik va ijtimoiy-psixologik bilimlarga bog‘liq deganida ularning bir-birin tushunitshga bo‘lgan intilish, hamkorlikka intilish, to‘g‘ri muloqot qoidalariga bog‘liq bo‘ladi [1].

Professor M.Davletshin oilada ota-onaning farzandiga bo‘lgan munocabatlarida o‘zaro yordam, bir-birini qo‘llab-quvvatlash, hamkorlikda ma'lum maqsadli va manzilli chora-tadbirlarni olib borish, oilaviy rollarni to‘g‘ri taqsimlanishi e'tibor qaratilmasa, ular orasida tushunmovchiliklar, kelishmovchiliklar, aytishib qolish va nizo-janjallar yuzaga kelishi yuz beradi deb xulosalarga kelishida ham ular orasidagi affiliatsiya motivining borligi yoki yo‘qligi bilan ham izohlashimiz mumkin [2].

Mazkur masalada akademik G‘.Shoumarovning “Oila pcixologiyaci” nomli kitobida to‘xtalib o‘tgan. Mazkur olimning tadqiqotlarida ham oilada ota-ona va o‘smir farzand munosabatlaridagi ijobiy va salbiy holatlarga alohida e'tibor qaratilgan. Olimning tadqqiotlariga ko‘ra ota-onalar va farzandlaridagi taranglik, quyidagi ijtimoiy-psixologik omillarga bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Jumladan:

1. Ota-ona va o‘smir farzand dunyoqarashlari oracidagi mavjud farqning hicobga olinmacligi;

2. Ota-onalarning o‘z farzandlarin bo‘sh vaqtlarin to‘g‘ri tashkil qilolmasliklari va nazorat qilolmasliklari oqibatida ularda bo‘sh vaqtini o‘zlari muctaqil tashkil etishi, do‘ctlar tanlashdagi muctaqilligi, hicciyot cohacidagi muctaqilligi, modaga, bugungi kun talabiga moc kiyinishi, kacb tanlashdagi muctaqilligi, umr yo‘ldoshi tanlashda muctaqilligi kabilarni ota-onalarining qarashlariga moc kelmacligi, zid ekanligi ikki avlod qarashlari oracida katta tafovutlarning yuzaga kelishi;

3. Ota-onalarning salbiy ma'naviy illatlarga berilishiligi, jumladan, ichkilikka ruju qo‘yishi yoki or-nomucni yig‘ishtirib qo‘yib, buzuqchilik qilishi farzandlari tomonidan katta tanqid octiga olinishi;

4. Ota-onalar o‘z farzandlarini mehnat qilishga o‘rgatmasligi va buning oqibatida farzanlarda yengil-elpi hayot kechirishga mayillikning kuchayishi;

5. Ota-ona o‘z o‘smir farzandida kerakli farzandlik burchini o‘rgatmaslik va ularni katta hayotga tayyorlamasliklari oqibatida ularda kattalar bilan, ya'ni rollar orasida munosbatlarni sog‘lom qura olmasligi;

6. Ota-ona o‘z o‘smir farzandlari bilan ularning ayni vaqtdagi psixologik o‘zgarishlarini inobatga olmasdan munosabatda bo‘lishliklari;

7.Ota-onalarning farzandlari bilan muloqaot va munosbat qilishga qaratilgan pcixologik-pedagogik bilim caviyalari yetarli darajada emacligi [3]. Demak

olimning izlanishlarida ham ota-ona va o‘smir farzandlar orasidagi affiliatsiya motivining mavjudligi oilaviy munosbatlarni barqarorlashishiga va mazkur motivning shakllanmaganligi oilaviy nizolarni kuchayishiga olib kelishi mumkinligini ko‘rishimiz mumkin.

Shuningdek G‘.Shoumarovning «Muhabbat va oila nomli ricolacida ota-ona va farzandlarlar orasidagi nizolarining o‘ziga xoc ijtimoiy-pcixologik xucuciyatlari hamda o‘zaro oilaviy munocabatlarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan kelishmovchiliklarning kelib chiqish cabablari bayon etilgan». Jumladan, oilaning ijtimoiy muhitida ota-ona va farzand oracidagi munocabatlardagi tig‘iz munocabatlar va o‘zaro bir-birini tushunmaclik holatlari, buning natijacida eca nizolar yuzaga kelishini tushuntirib o‘tadi [4].

Akademik G‘.Shoumarov va uning shogirdi N.Sog‘inovlar tomonidan tayyorlangan 1001 cavolga pcixologning 1001 javobi nomli qo‘llanmaci ham oilaviy munocabatlar, ota-ona va farzandlar o‘zaro munocabatlari, ularning muomala madaniyati hamda o‘zbek oilalaridagi ijtimoiy-pcixologik jarayonlarga alohida o‘rganilan [5].

N.Sog‘inovning ilmiy tadqiqotlarida o‘zbek oilalarida oilaviy munocabatlarining oila barqarorligiga ta'ciri, farzandlarning oila qurishi, avlodlar o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlarda paydo bo‘lishi mumkin bo‘lgan kelishmovchiliklarning etnopcixologik jihatlari hamda ijtimoiy-pcixologik xucuciyatlari mavzuciga bag‘ishlangan [5].

Professor V.Karimovaning tadqiqotlarida ham ota-ona va o‘smir farzand munosbatlarida ularning oila haqidagi sog‘lom ijtimoiy tasavvurlariga katta ahamiyat beradi. Ikkla tomonni ham oila haqidagi sog‘lom ijtimoiy tasavvurlari oilada ijtimoiy-psixologik barqarorlikni, oila haqidagi nosog‘lom ijtimoiy tasavvurlaresa ota-ona va o‘smir farzandlar orasida nizolarni kuchaytirish mumkinligin bo‘yicha ilmiy xulosalarga keladi. Shuningdek olimi ota-ona va farzandlar o‘rtacidagi nizolarni kelib chiqish cabablaridan biri ota-onaning o‘z farzandi bilan noto‘g‘ri munosabati oqibatida: farzandlarning o‘z ota-onaci bilan munocabati yomonlashish buning asosiy cababi esa – acocan kattalarning o‘z farzandlariga nicbatan adolatcizligi oqibati hicoblanadi deb ta'kidlanadi. Bunday holatda farzandlarning ota-ona va farzandlar orasidagi munosbatlarni taranglashtiradi farzandlar xulq-atvorida destruktiv jihatlarni namayon qila boshlaydi [6].

Olimaning fikricha ota-onaning o‘z farzandiga adolatsiz munosabati va qattiqqo‘lligi – bir qarashda emotsional rad etishga o‘xshaydi, lekin undan ochiqroq va og‘irroqdir. Qattiqqo‘llik to‘g‘ridan-to‘g‘ri bolani yoshligidan kaltaklash, haqorat qilish, kamcitish shaklida yoki bola ehtiyojlariga to‘la befarqlik, uning bor-yo‘qligini go‘yoki cezmaclik kabi ko‘rinishlarda bo‘lishi mumkin. Ikkala holatda ham bola yoshligidan nima qilib bo‘lca-da, tezroq katta bo‘lish, o‘zi amallab tirikchiligini qilish, ota-ona tayziqidan qutulishni tezlashtiradi. Bunday oilada bolani u yoki bu xulqi uchun jazolash odat tuciga kirib qolgan bo‘ladi, bola ota-ota-oasidan qo‘rqqanidan ota-ona hukmiga itoat etayotganligi, buning ictiqbolda yomon acoratlari borligini kattalar bilmaydilar, bilcalar ham bu ucul ular uchun camarali tuyuladi [6].

Aybdorlik, aybga yarasha jazo kabi ucullar bola xulq-atvorini boshqaruvchi pcixologik omilga aylanadi, u ham kelajakda doimo aybdorlarni qidirishga o‘rganib boradi. Demak olimaning qarashlarida ham affiliatsiya motivining tadqiqotiga extiyoj borligini anglash mumkin [6].

Ota-ona va o‘smir farzand orasidagi munosabatlar, muomala va milliy o‘zlikni anglash boracida ishlarni professor E.G‘oziyevning ilmiy tadqiqot ishlarida ko‘rishmiz mumkin. Olim muomala va milliy o‘zlikni anglash, muomala va nutq, muomala hamkorlik faoliyati cifatida, muomalaning tadqiqot tarixidan, muomalaning tadbiqiy macalalari jihatidan har tomonlama bayon etilganligi kuzatiladi. Uning «Oila etikaci va pcixologiyaci» kitobida oilaviy munocabatlarni to‘g‘ri olib borishda sharq mutafakkirlarining ilmiy qarashlari va ibratli fikrlaridan foydalanish zarurligi uqtiriladi [7].

Shuningdek E.G‘oziyev bolalar tarbiyacida etnopcixologik xucuciyatlarni o‘rganar ekan, u an'ana, urf-odat, axloq me'yorlari, yashash tarzi, ma'naviy-madaniy qadriyatlari, muomala qilish kabi xucuciyatlar bilan barcha etnoclar bir biridan farqli va o‘xshash jahatlari borligi haqidagi empirik ma'lumotlarini qo‘lga kiritadi. Shuningdek, «ota-onaga, tug‘ishganlarga nicbatan munocabat, qarindoshlik rishtalari ham milliy ruhiyatni akc ettirishi hamda oila a'zolarining o‘zaro camimiy munocabatlari, ayniqca, atrofdagilar bilan muntazam calomlashib yurish kabi xucuciyatlar milliy urf-odatlarimizning ibratli va o‘ziga xoc bir ko‘rinishi ekanligini» ta'kidlaydi [7]. Demak olimning izlanishlarida ham affiliatsiya motivining muloqotda ikkala tomonni o‘zaro tushunish dararajalari muhim ekanligi ko‘rishimiz mumkin.

O‘zbek psixologiyasi fanida oilaviy munocabatlardagi munocabat macalaci bo‘yicha psixolog olimlardan N.Sog‘inov, M.Yo‘ldoshev, G.Yadgarova, O‘.Shamsiyev, F.Ro‘ziqulov, R.Samarov, M.Utepbergenov, F.Akramova, X.Jabborov, D.Abdullayeva, U.Ibaydullayeva kabilarning tadqiqot ishlarida ota-ona va farzand o‘rtacidagi o‘zaro munocabatlar xamda boshqa oilaning a'zolarining o‘zaro munocabatlari haqida ilmiy jihatdan o‘rganishgan.

Endi biz affiliatsiya motivining bugungi ijtimoiy-psixologiya konteksidagi tadqiqotlaridagi ehtiyojiga, affiliatsiya motivining etimalogiyasi va bugungi kunda bunday tadquqiotlarga zaruarat sezilayotlagini nazariy jihatdan soslab o’tishga harakat qilamiz.

Masala bo’yicha o’rganishlarimiz bugungi virtuallashishi keskin odamlar hayotiga kirib kelishi, odamlarni realni muloqoti va munosabatlarida bevosita aloqaloradan ko’ra bilvosita aloqalarni maqul ko’rishlarini yuzaga keltirmoqda. Bunday bilvosita aloqalar odamlar orasida ijtimoiy begonalashuv va ijtimoiy yakkalanish (marginalizm) kabi hususiyatlarni kuchaytirmoda. Bu holat oilalarga ha, ta’sir qilmay qolmayapti. Juda ko’plab oilaviy munosabatlarni tadqiq qilishga qaratilgan ishlanmalarda ota-ona va o’smir farzandlar orasida begonalashuv va yakkalanish kuchayotganligi oqibatida ular orasidagi munosabatlar taranglashgan. Shu kabi muammolar ko’payotgan bir davrda biz tadqiq qilmoqchi bo’lgan affiliatsiya motivi bunday vaziyatlarni profilaktikasi uchu juda ta’sirli psixotexnika vazifasini bajaradi degan ilmiy farazni ilgari surmoqdamiz.

O’rganishlarimiz so‘ngi yillara affiliatsiya motivi ijtimoiy – psixologiyaning asosiy predmeti sifatida uch yo‘nalish bo‘yicha psixoanalitik, kognitiv va gumanistik yo‘nalishlarda o‘rganila boshlandi. Shu bois biz birinchi navbatda affiliatsiya motivining etimalogiyasiga to’xtalamiz.

Affiliatsiya so’zi inglizcha *“to affiliate”* so‘zidan olingan bo‘lib, **birlashtirmoq, birlashmoq** ma’nosini anglatadi, ya’ni insonni boshqa odamlar davrasida bo‘lishga intilishi tushuniladi [109].

Adabiyotlar tahlili masala bo’yicha olimlar affiliatsiya motivatsiyasiga ta’rif berganda, affiliatsiya motivatsiyasi – **birlashishga intilishi, muloqotga intilish, bilishga intilish, o‘z-o‘zini ta’kidlash, manfaatli hamkorlikka intilish kabi maqsadlar, ehtiyojlar, motivlar majmuidan iboratligini ta’kidlashadi** [125]. Demak oilada ota-ona va o’smir farzand munosbatlarini barqarorlashtirishda affiliatsiya motivi **“birlashishga intilish”, “muloqotga intilish”, “bilishga intilish”, “o‘z-o‘zini ta’kidlashga intilish”, “manfaatli hamkorlikka intilish”** kabi ijtimoy-psixologik xususyatlar sifatlari juda muhim hisoblanadi.

Bizningcha ushbu motiv o’zaro munosabatlarda yaqqol namoyon bo‘luvchi ijtimoiy xarakterga egadir, chunki ushbu motiv boshqa odamlar bilan o‘zaro munosabat doirasidagina amalga oshadi. Odamlarni bir-birlari bilan muloqot va munosabatlarga kirishishga bo‘lgan ehtiyoj umuminsoniy ehtiyoj hisoblanib, u insonni jamoatchilik va hamkorlikka intilish kabi fundamental baza asosidagina quriladi.

Adabiyotlar tahlili affiliatsiya motivini - bu insonning ijtimoiy aloqalarni o‘rnatish, guruhga qo‘shilish, yaqin munosabatlarni rivojlantirish va boshqalar bilan hissiy jihatdan bog‘lanishga bo‘lgan ichki ehtiyojini ifodalovchi motivatsion jarayon. Ushbu motiv insonning ijtimoiylashuvida va emosional farovonligini ta'minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Psixologik tadqiqotlardagi affiliatsiya motivi talqinini quyidagi nazariyalar bilan izohlash mumkin:

1. David MakKlellandning motivatsiya nazariyasi. olim motivatsiyani uch asosiy ehtiyoj orqali tushuntiradi: *muvaffaqiyatga erishish*, *hokimiyat va affiliatsiya*. Uning fikricha, affiliatsiya motiviga ega shaxslar odatda boshqalar bilan yaqin munosabatlarni qadrlaydi, ijtimoiy aloqalarni barqaror saqlashga intiladi va ko‘pincha qo‘llab-quvvatlashni talab qiladi [158].

2. Byronning biologik nazariyasi. Ushbu yondashuvda affiliatsiya motivining evolyutsion asoslari o‘rganiladi. Olimlar odamlarning ijtimoiy aloqalarni rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyojini omon qolish va reproduktiv muvaffaqiyatni ta'minlovchi omil sifatida ko‘radi. Guruh bilan birga yashash xavfsizlikni oshirgan va resurslarni taqsimlashni osonlashtirgan.

3. Shaxsiylik psixologiyasi nazariyasi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, affiliatsiya motivi shaxsning individuallik xususiyatlariga bog‘liq. Ba'zi odamlar ijtimoiy aloqalarga ko‘proq intilsa, boshqalar mustaqillikni afzal ko‘rishi mumkin. Affiliatsiya ehtiyojining intensivligi shaxsiy hayotiy tajribalarga va ijtimoiy muhitga bog‘liq.

4.Emonsional tonlanish nazariyasi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, odamlar emotsional zo’risiqish holatida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni

izlashadi. Affiliatsiya motivi emotsional zo'risiqish yengish strategiyalaridan biri sifatida qaraladi. Lazarus va Folkmanning stress nazariyasida ijtimoiy yordam stressni kamaytirishda muhim vosita sifatida ta'kidlanadi.

5.Ijtimoiy bog'lanish nazariyasi. Ushbu nazariya shaxslar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarning mustahkamlanishi hamda xavfsizlik va qulaylik hissi bilan bog'liq ekanligini tushuntiradi.

6. O'hshashlik va qo'llab-quvvatlash ehtiyoji nazariyasi. Odamlar o'zlariga o'xshash fikr, qiziqish va qadriyatlarga ega bo'lgan boshqalar bilan aloqalar o'rnatishga intiladi.

7. Madaniy identifikatsiya nazariyasi. Jamoa va guruh identifikatsiyasi: Affiliatsiya odamlarning o'z madaniyatiga, diniga yoki etnik guruhiga tegishli ekanligini his qilishida namoyon bo'ladi.

8.Ijtimoiy kapital va tarmoq nazariyasi. Affiliatsiya shaxslarning ijtimoiy aloqalar orqali foydali resurslar olishiga yordam berishi mumkin.

Tadqiqotchi X.Xekxauzen affiliatsiyani o'zaro munosabatlarni barqarorlashtirishda eng muhim jihat muloqotga ehtiyoj doirasida o'rgangan bo'lib, uning ta'kidlashicha, affiliatsiya psixik hodisa, motiv, mayl, hoxish kabilarda namoyon bo'lib boshqa odamlarga intilishni namoyon etadi. Boshqa odamlarga intilishi esa **"atrofidagilar bilan hisoblashish", "murosa qilish", "kelishish", "hamkorlik"ni** bildiradi, bu esa oilada ota-ona va o'smir farzand munosbatlarini barqarorlashtirishda juda muhim psixologik xususiyat kasb etadi [8].

Shunidek olimning fikricha affiliatsiya motivining asosida muloqotni amalga oshiruvchi insonni emotsional va ishonchli aloqalarga bo'lgan ichki ehtiyoji yotadi. Odatda u yaqin munosabatlar o'rnatishga intilish, har ikkala tomonga qoniqish olib kelish maqsadidagi muloqot jarayoni, birgalikdagi harakatlar majmui ko'rinishida namoyon bo'ladi. Ushbu ehtiyojning maqsadi turlicha bo'lishi mumkin va hatto bir-birini rad etuvchi (yaqin munosabatlarga erishish yoki suhbatdoshdan o'z maqsadi yo'lida foydalanish) ko'rinishda ham bo'lishi mumkin (X.Xekxauzen) [8].

Masala bo'yicha o'rganishimiz "Affiliatsiya motivi" tushunchasini turli tadqiqot ishlarida turlicha tahlil qilinganligini ko'rsatdi. Jumladan, affiliatsiya motivini birinchilardan bo'lib o'rgangan Xenri A. Myurrey tahliliga ko'ra, ushbu motivni namoyon bo'lishini ikki jihat bilan asoslaydi: **birinchisi - shaxsiy muloqot, birlashish ehtiyoji hisoblansa, ikkinchisi esa - ma'lum guruhga mansublikni o'zi bilan ifoda etadi** [9]**.**

Birinchisida munosabatlarni ishonchliligi, emotsional aloqalarga ehtiyoj (Yan Mazurkevich, K.Obuxovskiy) alohida ta'kidlab o'tiladi. Ikkinchisida, insonni ijtimoiy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji (Brem P.Bruunk), aniq bir guruhga aloqadorligi (D.Makklelannd, Ye.V.Trifonov) shuning bilan birgalikda referent guruhga qanday hissiyotlar sezishidan qat'iy nazar boshqa insonlar jamoasini qidirishga intilish (Brem P.Bruunk) nazarda tutiladi.

Bizningcha affiliativ ta'sir doirasining bunday ko'pqirraliligi bir-biriga zid qo'yish kerak emas, chunki ular turli vaqt va vaziyatlarda faollashadi. Bolalikda bu ona bilan bo'lgan yaqin aloqa bo'lsa, vaqt o'tishi bilan ushbu ehtiyojni namoyon bo'lish doirasi oshib boraveradi. Endi nafaqat yaqin insonlar bilan yaqin emotsional

aloqa o‘rnatish, balki “biror bir narsaning asosiy elementi” ga (Bleyer) aylantirishga harakat qilinadi degan ilmiy xulasalarni ham ko’rishimiz mumkin.

Demak xulosa qilib aytganda affiliatsiya motivatsiyasi ko‘pqirrali mazmunga ega bo‘lib, biz o’z tadqiqot doiramizda tahlil qiladiga bo’lsak u o‘z ichiga oilada oial a’zolarini o’zaro bir –birlari bilan munoabat va muloqotga kirish ehtiyoji, oilasida kerakli mavqega ega bo’lishi, oila a’zolari bilan o‘zaro samimiy va ochiq aloqada bo‘lish, o’z oila a’zolariga yordam ko‘rsatish, hamda ulardan ham yordam qabul qilish kabi kompleks motivlardan iborat bo‘lgani uchun ham, birinchi bo‘lib ijtimoiy psixologlar uchun maxsus tadqiqotlar predmetiga aylangan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yhati:

10. Шодиев Н. Педагогика фанидан муаммоли вазиятлар ва ўқув топшириқлари. – Т.: СамДУ. 2004. – 85 б.
11. Давлетшин М.Г. Оилавий низолар психологияси ва уларни бартараф этиш йўллари // Ўзбек оиласининг иқтисодий ва ижтимоий психологик муаммолари. Республика илмий-амалий анжуман. – Т.: 2000. – Б. 11-13.
12. Шоумаров Ғ.Б. Оила психолог ияси. Ўқув қўлланма. Шарқ, – Т.: 2010. – 177 б.
13. Шоумаров Ш.Б., Шоумаров Ғ.Б. Муҳаббат ва оилавий ҳаёт. – Т.: Ибн Сино номидаги нашриёт.2010. – 93 б.
14. Согинов Н.А. Социально-психологические особенности удовлетворенности браком в узбекской семьи. Дисс. канд. психол. наук. – Киев: 2000. – 43 с.
15. Каримова В.М. Оила психологияси. Дарслик. – Т.: 2007. – 128 б.
16. Ғозиев З. Ғ. Олий мактаб психологияси. Т.: «Ўқитувчи», 2007. - 106 б.
17. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность.В 2-х т. - СПб.: Питер, 2003.- Т.1. – 859 с.
18. Murray H. A. Explorations in Personality. New York: Oxford University Press. 2004. – 101 p.

YOSH OILALARNING MUSTAHKAMLIGIGA ZAMONAVIY AXBOROT VOSITALARIDAN FOYDALANISHNING TA’SIRI

Kushakova Nargiza Islambaevna

Nizomiy nomidagi TDPU
“Amaliy psixologiya” kafedrasi Dotsent v.b.
e-mail: nargiza.kushakova@inbox.ru

Annotatsiya. Maqolada yosh oilalarning mustahkamligiga internet va ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri masalalari ochib berilgan. Shuningdek, internetning ijobiy va salbiy tomonlari haqida ma’lumotlar keltirilgan. Ayniqsa, hozirgi zamonda internet tarmog’i orqali tarqatilayotgan yosh oila vakillari ongiga salbiy ta’sir etuvchi ma’lumotlar, turli g’oyalar, ijtimoiy normalarga zid bo’lgan materiallar,

yoshlar xulq-atvorida og'ishishga sabab bo'luvchi omillar borasida ilmiy-nazariy ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar. *Yosh oila, globallashuv, internetga tobelik, ijtimoiylashuv, ijtimoiy tarmoqlar, g'oyaviy-mafkuraviy immunitet, axborot, zamonaviy vositalar, psixologik ta'sir.*

Аннотация. В статье рассматриваеця влияние интернета и социальных сетей на стабильность молодых семей. Он также предоставляет информацию о положительных и отрицательных сторонах Интернета. В частности, имеютсяя научно-теоретические сведения о негативном влиянии на сознание молодых семей различных представлений, материалов, противоречащих общественным нормам, факторов, приводящих к отклонениям в поведении молодежи.

Ключевые слова. *Молодая семья, глобализация, интернет-зависимость, социализация, социальные сети, идеологический иммунитет, информация, современные СМИ, психологическое воздействие.*

Annotation. The article discusses the impact of the Internet and social networks on the strength of young families. It also provides information on the pros and cons of the internet. In particular, there is scientific and theoretical information about the negative impact on the minds of young families, various ideas, materials that contradict social norms, the factors that lead to deviations in the behavior of young people.

Keywords. *Young family, globalization, Internet addiction, socialization, social networks, ideological immunity, information, modern media, psychological influence.*

XXI asrda axborot bo'roni barcha insoniyatni o'z domiga tortib bormoqda. Shu sababli bugungi kunda tashqi olamdan kelayotgan axborotlar oqimiga nisbatan yoshlarda kuchli immunitetni shakllantirish va uning yangi etnopsixologik yo'llarini kashf etish zamonaviy psixologiyaning eng asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Ijtimoiy makon – bu ayni vaqtda axborot makoni hamdir. Globallashuv sharoitida axborot hajmining kattaligi, ularning zamonaviy tezkor vositalari orqali tarqatilayotgan axborot sohasining ijtimoiy makonning boshqa shakllaridan tubdan farq qilishini ta'minlamoqda. Xususan, zamonaviy ommaviy axborot vositalari (ayniqsa Internet tizimi) orqali tarqatilayotgan xabar va ma'lumotlarga turli siyosiy taqiqlar, davlat chegaralari to'siq bo'la olmaydi. Shunday ekan, jamiyatning asosiy bo'g'ini bo'lgan oilalar va undagi turli avlod vakillarining ijtimoiy-psixologik rivojlanishiga har tomonlama ta'sir qiluvchi internet tarmoqlarini tadqiq qilish va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolarning oldini olish bugungi kunning dolzarb masalasidir.

Darhaqiqat, yosh oilalar jamiyatning har tomonlama rivojlanishiga ta'sir qilib, ularning mustahkam bo'lishi millatning ertangi kunini belgilab berishi isbot talab qilmaydigan haqiqatdir. Yosh oila a'zolari tezkor axborot vositasi hisoblangan internetdan muntazam ravishda foydalanib kelishini zamonaviy hayotning bir ko'rinshi sifatida baholash mumkin. Ammo mazkur axborot vositalaridan to'g'ri

foydalanish, ularda keltirilgan turli ma’lumotlarni tahlil qila olish va uni amalda qo’llash eng murakkab jarayon hisoblanadi. Bundan tashqari, bunday axborot vositalariga ma’lumotlarni joylash va tarqatishda shaxsga nihoyatda katta mas’uliyat yuklanishini ko’pgina yoshlar tushunib yetmasligi natijasida, oilaviy munosabatlar darz ketishiga olib kelishi mumkin.

Aksariyat hollarda yosh oila vakillari internet olamiga turli maqsadlarda, xususan, oilaviy munosabatlarni yaxshilash, oilaviy byudjetni rejalashtirish yoki shunga o’xshash biror faoliyat haqida ma’lumot olish uchun kiradi. Lekin bunday vaziyatlarda asosiy maqsaddan chalg’ituvchi, inson psixikasiga salbiy ta’sir etuvchi axborotlar domiga tushib qolish ehtimoli mavjud bo’lib, go’yoki o’zlari uchun qiziqarli, ammo tashqaridan qaraganda xavfli ma’lumotlarni muntazam ravishda kuzatib borish orqali asta-sekin internetga tobelik muammosiga duch kelishi mumkin.

Yuqorida tilga olingan holatlar, ayniqsa, yosh oilalarda dunyoqarashi tor yoki ma’lum bir soha bo’yicha chuqur bilimga ega bo’lmagan insonlar turli o’yinlarga yoki kinofil’mlarga nisbatan tobelikning yuzaga kelishiga sababchi ekanligini va ana shunday ko’ngilochar tarmoqlar asta-sekin targ’ibot manbayiga aylanib borishini tushunib yetmaydilar. Mazkur turdagi targ’ibot ishlari, avvalo, inson tafakkuri, ongu shuurida, so’ngra esa dunyoqarashida katta o’zgarishlarni yuzaga keltiradi.

Psixolog olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqot ishlarida internetga tobelik masalalarining ilmiy-nazariya asoslari ochib berilgan. Jumladan, rossiyalik olimlar V.L.Maligin, N.S.Xomeriki va E.A.Smirnova izlanishlariga ko’ra, internetga tobelik o'smirlar guruhida tajovuzkorlik, xavotirlanishga moyillik, emotsional va kommunikativ sohadagi buzilishlarga olib kelishi mumkin [6].

J.Markof va K.Xefnerning “Xakerlar” kitobida va shu kabi boshqa asarlarida xakerlarning portretlari, ularning umumiy sifatlari, ayrim psixologik xususiyatlarini kuzatish mumkin. Xususan, ko'pchilik xakerlar juda yuqori darajadagi aql sohibi bo’lishadi. Buning boisi shundaki, xakerlar uchun masofaviy kompyuterlarga muvaffaqiyatli kirish, telefon va boshqa texnika tizimlari haqida kerakli bilimlarga ega bo’lish jarayonida yuqori kognitiv qobiliyatlar talab etiladi [6].

Shu o’rinda ta’kidlash joizki, axborotlar turli ijtimoiy qatlamlar, professional va milliy guruhlar vakillariga har xil ta’sir qilish barobarida, uni suiste’mol qilish amaliyoti turli guruhlarda bir-biridan keskin farq qilishi mumkin. Bu eng avvalo, axborot manbai minimal (televidenie, radio), ayrimlarda esa keng (internet, yangi telekommunikatsiyalar tizimi) bo’lishi mumkin. Mutaxassislar fikriga ko’ra, bugungi kunda jamiyatda aynan axborotni olish, unga yo’l topish sohasida keskin bo’linish, tabaqalashuv sodir bo’lmoqda [5; 189-b].

Yoshlar o’zining harakatchanligi va yangilikka intiluvchanligi hamda bo’sh vaqt resursiga egaligi tufayli yuqori darajada kommunikativ faollik ko’rsatishadi. Boshqa guruhlarda esa, nisbatan passivlik kuzatiladi. Ularga xos bunday xususiyatlar salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqarishi mumkin. Bu birinchi guruh uchun tobora faollashayotgan agressiv siyosiy ta’sirga berilib ketish xavfining

mavjudligida, ikkinchi guruhning esa, pozitiv mazmunga ega axborotlar ta'siridan tashqarida qolishi bilan belgilanadi [3; 155-b.].

Uchinchisi, iqtisodiy, siyosiy, madaniy-ma'rifiy va boshqa sohalardagi axborotlar ta'sirlashuvi ijtimoiy hayotning mazmunan boyishi, takomillashuvining muhim omili hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan qaraganda, bugungi kunda axborot almashinuvi insoniyat taraqqiyotining muhim shartiga aylandi, deyish mumkin.

Axborot tarmoqlarining yo'nalganligi mohiyatiga e'tibor qaratilsa, uni mantiqiy tahlil asosida ikki guruhga ajratish mumkin: ijobiy (ilmiy asosga va mantiqiy tasdiqqa ega) tarmoqlar va salbiy (ilmiy va mantiqiy tasdiqqa ega bo'lmagan) tarmoqlar. Har ikki tarmoqlar axborot tizimiga joylashtiruvchilarning o'z oldilariga qo'ygan maqsadlariga bog'liq bo'lib, mazkur maqsadlarga mos keladigan axborotlarni turli ko'rinishda tarqatish imkonini beradi.

Ijobiy (ilmiy asos va mantiqiy tasdiqqa ega) tarmoqlarga xalqimiz tarixi, qadriyatlarimizga mos ma'lumotlar va umumbashariy ilmiy manbalar hamda shu kabi asosli axborotlarni qamrab olgan vositalarni kiritish mumkin. Misol uchun, yosh tadqiqotchi olimlar tomonidan oilalar farovonligini ta'minlaydigan ijobiy tarmoqlarni yaratish bo'yicha olib borilayotgan izlanishlari jamiyat a'zolari uchun katta imkoniyatlarni taqdim etadi. Qolaversa, bugungi kunda yosh uy bekalari xonadon yumushlarini bajarishda yengillik berayotgan, "yaxshi maslahatchi" vazifasini bajaruvchi internet tarmoqlari ham mavjudki, undan unumli foydalanish kundalik hayotdagi vazifalarni amalga oshirish jarayonini soddalashtiradi.

Internet tarmoqlaridan to'g'ri foydalanish yosh oila vakillarining oilada yuzaga keladigan turli muammoli vaziyatlarning odini olib, mavjud muammolarni bartaraf etishda ijobiy natijalarga olib kelishi bilan bir qatorda, oilani mustahkamlashga ham xizmat qiladi. Buning uchun yoshlarni internet tarmoqlaridan to'g'ri foydalanish malakalarini takomillashtirib borish lozim.

Axborot iste'moli, aniqrog'i, ma'naviy ehtiyojlarni qondirishga qaratilgan hodisadir. Axborot iste'molining xizmatlar iste'molining o'ziga xos shakli hisoblanadi. Ma'lumki, har qanday xizmatni iste'mol qilishdan avval uning sifati, narxi, foydasi, qulayligi va boshqa shu xususiyatlari ham inobatga olinadi. Masalan, taklifi kamayib ketgan xizmatlarning iste'mol darajasi yuqori bo'lib, ularga talab kuchayadi. Mazkur xususiyatlar axborot iste'moli jarayoniga ham xosdir. Biroq ma'naviy ne'mat bo'lgan axborotni iste'mol qilish o'ziga xos tomonlari bilan ham ajralib turishini ta'kidlash joiz. Xususan, axborot konkret shaxs, ijtimoiy guruh, millat, jamiyat va davlat tomonidan iste'mol qilinadi-ki, mazkur darajalarda iste'mol jarayonlari bir-biridan farq qiladi. Masalan, biron shaxs uchun qiziqarli bo'lgan ma'lumot, muayyan ijtimoiy qatlam yoki guruh uchun ahamiyatsiz bo'lishi mumkin. Shuningdek, axborot makon va zamon xususiyatlariga ham ega. Chunonchi, G'arbda o'ta ommabop bo'lgan axborotlar, Sharq xalqlari tomonidan kam iste'mol qilinishi mumkin. Bundan tashqari, ma'lum bir tarixiy davrda katta qiziqish bilan kutib olingan ma'lumotlar vaqt o'tishi bilan odatiy holga aylanishi va ijtimoiy hayotda bu tarzda in'ikos etmasligi mumkin [1; 258-b].

Axborot iste'moli, kim tomonidan iste'mol qilinishidan qat'i nazar, qabul qilish, tushunish, talqin etish kabi bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lgan bosqichlarda amalga oshadi.

Bugungi kunda, axborot iste'moli jarayoni ham o'ziga xos madaniyatni taqozo etmoqda-ki, madaniyatning bunday shakli insoniyat ma'naviy madaniyatining tarkibiy qismiga aylnishi zarur.

Axborot iste'moli madaniyati globallashuv jarayonlarining xarakterli xususiyatlaridan biri bo'lgan, Internet tarmog'i jadal rivojlanib borayotgan hozirgi sharoitda, ayniqsa, muhim ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun hozirgi davr yoshlari oldida axborot tanlash imkoniyati shu qadar yuqoriki, uning talabini qondira olmaydigan ma'lumotlar bir zumda qimmatini yo'qotishi aniq. Shu nuqtayi nazardan qaraganda, hozirgi davrda axborot iste'moli avvalgilardan tubdan farq qiladi.

Oliy ta'limda bilim olish, ishlab chiqarishning biror sohasida faoliyat ko'rsatish kabi faoliyatlarda internet manbalaridan to'g'ri foydalanish davr talabiga aylanib bormoqda. Mazkur holatlarni inobatga olgan holda, yoshlarni internetdan ilmiy maqsadlarda foydalanish madaniyatini har tomonlama takomillashtirish uchun maxsus kurslarni yo'lga qo'yish maqsadga muvofiq.

Fan-texnika taraqqiyoti shiddat bilan rivojlanib borayotgan bir davrda, aksariyat yoshlar (ayniqsa, yosh bolali talaba ayollar) soatlab kutubxonalarda ishlash imkoniyatiga ega emas. Mana shunday holatlarning yechimi sifatida internetdan unumli foydalanish, unda keltirilgan elektron axborot resurslaridan kerakli ilmiy ma'lumotlar olish kabi amallarni keltirish mumkin. Internet tarmoqlaridan to'g'ri faydalana olish yosh oilalarning mustahkamligini ta'minlash bilan bir qatorda, ularda o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirib, fan sohasida yangidan yangi bilimlarni o'zlashtirish orqali ilmiy ishlanishlariga keng yo'l ochib beradi [3; 155-b.].

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash mumkinki, inson asosan axborot ta'siri va muhitida dunyoni kashf etadi, hayot va faoliyatining yo'nalishini belgilab oladi. Axborot o'zining mazmuni va xilma-xilligi bilan farqlanib turadi. Biroq u qanday bo'lmasin, yoshlar ongi, kayfiyati, hissiyotlariga ijobiy yoki salbiy ta'sir etuvchi vositadir. Internet va boshqa vositalar orqali axborot tarqalishini tartibga solishda nafaqat vakolatli davlat organlari, balki nodavlat tashkilotlar, fuqarolik jamiyati institutlari ham faol ishtirok etishlari maqsadga muvofiqdir. Shunday ekan, axborot xurujlari avj olgan globalizatsiya sharoitida har bir mas'ul xodim, mafkurachi, tarbiyachi va rahbar o'z ish usulini o'zgartirishi, muloqot qobiliyatini takomillashtirishi lozim. Undan tashqari, dunyo bo'yicha ommaviy axborot vositalari orqali ta'sir kuchaygan sharoitda, yoshlarning ma'naviy jihatdan tarbiyalanganligi o'ta dolzarb bo'lgan bir sharoitda yoshlar ongini psixologik himoya qilishga alohida e'tibor qaratish va bunda psixologik holatlar va hodisalarni bilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Гатчин Ю.А., Сухостат В.В. Теория информационной безопасности и методология зашиту информации. - СПб.: СПбГУ ИТМО, 2010.
2. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. - М.: Реч, 2004.
3. Do'stmuhammad X. Globallashuv davri va axborot makoni // O'zbekiston matbuoti, 2007 yil 3-son.

4. Захарова Ю.Б. О моделях психологической защиты на уровне межгруппового взаимодействия // Вестник Московского университета. Серия14. Психология. - 1991. - №3.
5. Samarov R. Axborotning psixologik xavfsizligini ta'minlash mexanizmi / uslubiy qo'llanma. – Toshkent: Universiet, 2015.
6. https://ecoohotnadzor31.ru/uz/vliyanie-internet-zavisimosti-na-razvitie-lichnosti.html

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВОНАРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ

Махмудзода Умед Давлат

Курсант факультета по работе с зарубежными кадрами Академии МВД Республики Узбекистан

Научный руководитель:
Кодиркулов Азизжон Саидкул угли

преподаватель кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В статье рассматриваются психологические факторы формирования правонарушающего поведения несовершеннолетних в цифровой среде. Показано влияние интернет-коммуникации, социальных сетей, анонимности, кибербуллинга и проблемного использования цифровых технологий на поведение подростков. Обоснована необходимость раннего выявления цифровых рисков и межведомственного взаимодействия семьи, образовательных учреждений, психологов и инспекторов профилактики.

Ключевые слова: несовершеннолетние, цифровая среда, правонарушающее поведение, девиантное поведение, кибербуллинг, социальные сети, виктимность, профилактика правонарушений.

Цифровизация современного общества существенно изменила условия социализации несовершеннолетних. Интернет, социальные сети, мессенджеры, онлайн-игры и различные цифровые платформы стали не только средствами общения и обучения, но и самостоятельной социальной средой, в которой подросток формирует представления о себе, сверстниках, нормах поведения, авторитете, успехе и допустимых способах самовыражения. В Республике Узбекистан цифровая трансформация закреплена на уровне государственной политики: Стратегия «Цифровой Узбекистан - 2030» направлена на развитие цифровой инфраструктуры, цифровой экономики и электронных услуг [1]. Расширение цифровых возможностей одновременно сопровождается появлением новых социально-психологических рисков. Для несовершеннолетних цифровая среда становится пространством интенсивного общения, группового давления, эмоционального сравнения,

конфликтов, травли, подражания и вовлечения в рискованные формы поведения. В отличие от традиционной социальной среды, интернет-коммуникация характеризуется высокой скоростью распространения информации, анонимностью, слабым внешним контролем, возможностью скрытого воздействия и снижением чувства личной ответственности за собственные действия.

Актуальность темы определяется тем, что правонарушающее поведение несовершеннолетних в цифровой среде не возникает изолированно. Оно формируется под влиянием комплекса психологических, семейных, групповых, информационных и организационно-воспитательных факторов. Закон Республики Узбекистан «О профилактике правонарушений» определяет профилактику как сферу правового регулирования, связанную с предупреждением правонарушений, устранением причин и условий, способствующих их совершению [2]. В отношении несовершеннолетних особое значение имеет также законодательство о профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних [3].

Одним из ключевых факторов является возрастная незрелость саморегуляции. Подростковый возраст характеризуется повышенной эмоциональной реактивностью, стремлением к самостоятельности, чувствительностью к оценке сверстников и недостаточной способностью прогнозировать отдалённые последствия поступков. В цифровой среде эти особенности усиливаются, поскольку реакция окружающих поступает быстро: лайки, комментарии, репосты, просмотры и сообщения становятся для подростка источником социального подкрепления. Если агрессивное, вызывающее или рискованное поведение получает одобрение онлайн-группы, оно может закрепляться как приемлемая модель самовыражения.

Вторым значимым фактором выступает феномен онлайн-растворможенности. В условиях анонимности или дистанционного общения подросток часто слабее ощущает личную ответственность за свои слова и действия. Отсутствие непосредственного зрительного контакта с жертвой снижает эмпатическое восприятие последствий собственного поведения. Поэтому оскорбление, унижение или угрозы в интернете могут восприниматься несовершеннолетним как «шутка», «игра» или способ самоутверждения, хотя по своему социальному и психологическому воздействию они способны причинять серьёзный вред другому человеку.

Третьим фактором является влияние группы сверстников. Для подростка принадлежность к группе имеет высокую психологическую ценность. В цифровой среде группа может быть не только школьной или дворовой, но и виртуальной. Онлайн-сообщества формируют собственные нормы, язык, символы, авторитеты и способы поведения. Если в такой группе поощряются агрессия, унижение других, пренебрежение законом или демонстративное нарушение правил, несовершеннолетний может постепенно усваивать эти нормы как допустимые. Особенно уязвимыми становятся подростки с низкой самооценкой, дефицитом признания в семье или трудностями общения в реальной социальной среде.

Четвёртым фактором является кибербуллинг как форма цифровой агрессии. По данным Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения, около 15 % подростков сообщали, что сталкивались с кибербуллингом, а около 12 % признавали участие в кибербуллинге других; по сравнению с 2018 годом эти показатели выросли [4]. Эти данные важны для профилактической практики, поскольку кибербуллинг может одновременно выступать и как форма правонарушающего поведения, и как фактор дальнейшей девиации. Подросток, который сам подвергается травле, может реагировать агрессией, избеганием школы, конфликтностью, замкнутостью или присоединением к асоциальной группе для получения защиты и поддержки.

Пятым фактором является проблемное использование социальных сетей и цифровых развлечений. Всемирная организация здравоохранения указывает, что доля подростков с признаками проблемного использования социальных сетей в Европейском регионе выросла с 7 % в 2018 году до 11 % в 2022 году, а 12 % подростков находятся в зоне риска проблемного игрового поведения [5]. Данные показатели не означают прямой причинной связи с правонарушениями, однако они показывают усиление зависимости части подростков от цифровой среды. При снижении контроля над временем, эмоциональной зависимости от онлайн-оценки и вытеснении реального общения цифровое пространство начинает оказывать значимое влияние на поведение, учебную дисциплину, эмоциональное состояние и социальные отношения несовершеннолетнего.

Шестым фактором является дефицит родительского контроля и доверительного общения в семье. Родители нередко контролируют внешнее поведение подростка, но не знают особенностей его цифровой жизни: с кем он общается, в каких группах состоит, с какими конфликтами сталкивается, какие материалы просматривает и какие эмоциональные переживания испытывает. При этом избыточно жёсткий контроль без доверительного диалога также может иметь отрицательный эффект: подросток начинает скрывать онлайн-активность, использовать дополнительные аккаунты и избегать разговора со взрослыми. Следовательно, профилактическое значение имеет не только контроль, но и качество семейного общения.

Седьмым фактором является виктимность несовершеннолетних в цифровой среде. Подросток может быть не только субъектом правонарушающего поведения, но и жертвой давления, обмана, травли или психологической манипуляции. UNICEF Uzbekistan отмечает, что подростки и молодёжь при столкновении с онлайн-угрозами чаще делятся этим с друзьями и сверстниками, чем с родителями или педагогами; в приведённых данных 54 % готовы рассказать друзьям, 48 % - родителям и только 19 % - учителям [6]. Это показывает, что взрослые часто узнают о цифровых рисках поздно, когда ситуация уже приобрела конфликтный или травмирующий характер.

Цифровая среда не является единственной причиной подростковых правонарушений, однако она усиливает действие уже существующих факторов риска. Интернет ускоряет распространение конфликтов, снижает ощущение

личной ответственности, расширяет круг влияния сверстников и создаёт новые формы девиантного поведения. Поэтому профилактика правонарушений несовершеннолетних должна учитывать не только поведение подростка в семье, школе и махалле, но и особенности его цифровой активности. Эффективная профилактика возможна при объединении усилий семьи, образовательных учреждений, психологов, инспекторов профилактики и общественных структур. Основной акцент должен быть сделан на раннем выявлении цифровых рисков, развитии правового сознания, формировании культуры онлайн-общения, повышении психологической устойчивости подростков и создании доверительной системы помощи. Именно такой подход позволяет предупреждать правонарушающее поведение несовершеннолетних не только на уровне внешнего контроля, но и на уровне его психологических причин.

Список литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 года № УП-6079 «Об утверждении Стратегии “Цифровой Узбекистан - 2030” и мерах по ее эффективной реализации».
2. Закон Республики Узбекистан от 14 мая 2014 года № ЗРУ-371 «О профилактике правонарушений».
3. Закон Республики Узбекистан «О профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних».
4. World Health Organization. One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO Europe study. 2024.
5. World Health Organization. Teens, screens and mental health. 2024.
6. UNICEF Uzbekistan. Children in a Digital World: Benefits and Perils. Awareness is Key to Safety.

ЦИФРОВИЗАЦИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: ВЫЗОВЫ, УСЛОВИЯ, СТАБИЛЬНОСТЬ

Мирзажонова Элеонора Топволдиевна,

Ферганский государственный университет,
старший преподаватель кафедры «Психология»,

В республике Узбекистан, как и во всём мире, одним из главных трендов является цифровизация. Реализуются комплексные меры по активному развитию цифровой экономики, а также широкому внедрению современных информационно-коммуникационных технологий во все отрасли и сферы, прежде всего, в государственное управление, образование, здравоохранение и сельское хозяйство. В 2020 году принята стратегия «Цифровой Узбекистан - 2030», в рамках которой запланированы свыше 220 приоритетных проектов, предусматривающих совершенствование системы электронного правительства, дальнейшее развитие отечественного рынка программных продуктов и информационных технологий, организацию во всех регионах

республики IT-парков, обеспечение данной сферы квалифицированными кадрами. [1.52]. При этом человек, существуя в стремительно изменяющихся условиях своего бытия, нуждается в усилении психологических ресурсов, обеспечивающих его здоровье и безопасность. Проблема обеспечения безопасности человека и жизненной среды, влияющей на его формирование и развитие, выступает одной из основных задач современной социальной практики. Актуальность проблемы психологического здоровья и безопасности личности обусловливается следующими причинами:

- необходимостью психологических исследований, которые направлены на изучение (целостное) жизни человека, занятого поиском интегрированных оценок своего бытия в его разнообразных проявлениях с позиции «опасность-безопасность»;

- недостаточностью изучения психологической природы различных видов активности личности, которые направлены на обеспечение её безопасности.

Специалисты отмечают рост числа людей с деформированной потребностью в социальной безопасности из-за низкой удовлетворенности настоящим, отсутствия уверенности в будущем, возрастания тревоги и страха, снижения устойчивости к негативным воздействиям, что обусловливает необходимость разработки модели и механизмов социально-психологической безопасности личности;

- необходимостью использования новых методов и теоретических подходов социально-психологического изучения представлений о личности и ее активности в условиях новой социальной реальности, определяемой как социальная нестабильность, для интеграции их в целостную психологическую концепцию безопасности личности;

- логикой развития психологической науки, а также необходимостью интеграции достижений общепсихологического и социально-психологического знания, исследований в области психологии служебной деятельности и экстремальной психологии. Изменение социальных настроений, возрастающие ощущение бесперспективности и уровень неопределенности ожиданий, понимание невозможности защитить человека от сложных и напряженных ситуаций, от всех угроз определяют необходимость переосмысления понимания психологической сущности безопасности. [4.25].

Проблема психологического здоровья личности тесно связана с ее безопасностью и интересна не только в практическом, но и в теоретическом плане, поскольку это довольно новая (в особенности для Узбекистана) область социально-психологического анализа, к пониманию и объяснению явлений которой можно подойти с позиции деятельностного самоутверждения и самореализации. Важно рассмотреть особенности деятельности личности в условиях нестабильного окружающего мира, субъективное восприятие безопасности личностью, систему взаимосвязей личности, группы и социума для разработки моделей и механизмов безопасности и методов её психодиагностического и психосемантического исследования. В модели

социально-психологической безопасности можно выделить такие составляющие, как: когнитивная сфера - субъективное восприятие безопасности личностью; мотивационно-потребностная и оценочная, содержательно-смысловая и ценностная сферы - человек как субъект обеспечения собственной безопасности; коммуникативная сфера - система взаимосвязей личности, группы и социума.

В мировой (в узбекской пока еще не так активно) науке делаются попытки выработать единую картину этого явления, критерии оценки, раскрыть сущность и содержание структуры психологического здоровья и безопасности. Значимость этих исследований определяется тем, что понимание сущности безопасности может послужить инструментом прогнозирования будущего всего общества. Особенно это важно для молодежи как перспективного человеческого капитала любого государства.

Одним из важных условий развития личности является обеспечение ее безопасности, то есть создание совокупности таких условий жизнедеятельности, при которых личность чувствовала бы себя полностью социально защищенной и мотивированной на всемерное раскрытие своего личностного и профессионально-деятельностного потенциала. Состояние психологического здоровья и безопасности личности - важнейший критерий современного общества, в котором созданы нормально действующие механизмы ее социальной защиты, защиты ее интересов, прав и свобод.

Категории психологических благополучия и безопасности являются недостаточно исследованной психологической реальностью. Необходимо отметить, что их понимание – это взаимосвязь объективного и субъективного моментов как отражение ощущений, представлений различных по возрасту, опыту, статусу, профессиям, ценностям и потребностям людей. Вполне допустимо предположить, что психологические благополучие и безопасность могут послужить своеобразным аккумулятором, позволяющим запустить социальную активность (трудовую и иные виды деятельности), обеспечивая подъем жизненных и творческих сил. Неблагополучие и небезопасность делают человека уязвимым для психических отклонений и болезней, вытеснения из общества и жизни. Психологические благополучие и безопасность можно рассматривать как интегральный показатель, формирующийся следующими дифференциальными переживаниями, такими как:

- индивид, испытывающий огромное удовлетворение и счастье;
- личность, обладающая верой в себя и истинность своей жизненной стратегии;
- субъект, создающий своим трудом потребительскую стоимость;
- индивидуальность, обладающая пониманием и надеждой как результатом интеллектуальных поисков.

Динамика и траектория развития цифровых технологий ставит перед психологическим и педагогическим научным сообществом новые задачи, требующие не только осмысления, но и поиска путей реагирования и согласованных стратегий системного взаимодействия. Внедрение

цифровизации в систему образования, существование дистанции информационного потребления между представителями разных поколений (учитель, ученик) требуют систематизации взглядов и углубленного изучения влияния информационных технологий на психику и сознание человека. [2-28]. При этом особое значение в этой связи приобретают вопросы трансформации личности и становления виртуальной личности человека в цифровом взаимодействии [2.50], влияния нового информационного пространства на показатели психического здоровья детей, уровня их социально-психологической адаптации. [2.50]. Важно отметить, что по данным ряда психологов, приведенным в прогнозе развития психологической науки и практики к 2030 г., принципиально новыми направлениями исследований большинство экспертов признают проблемы, связанные с развитием IT-технологий: психологию социальных сетей и психологию виртуальной реальности. [3.192]. Это обусловливает необходимость конкретизации психологических последствий цифровизации и компьютеризации, определения негативного влияния на психолого-педагогические феномены, которые возникают вследствие радикальных изменений окружающей среды. Понятно, что интернет как фундаментальное изобретение общества имеет свои плюсы и минусы и ресурсы и ограничения, которые современной психологической и педагогической наукам необходимо определить и соответствующим образом профилактировать, компенсируя негативное влияние. Следует подчеркнуть, что негативное воздействие при развитии психики распространяется на все ее подсистемы: когнитивную, регулятивную и коммуникативную.

Список литературы:

1. Указ Президента РУз «Об утверждении стратегии «Цифровой Узбекистан -2020» и мерах по ее эффективной реализации» https://lex.uz/docs/5031048
2. Бондаренко Т.А. Трансформации личности в условиях виртуальной реальности. Ростов на Дону: ДГТУ, 2006. – 50 с.
3. Журавлев А.Л., Нестик Т.А., Юревич А.В. Прогноз развития психологической науки и практики к 2030 г. // Ярославский педагогический вестник. 2016. Т. 37. №5. С. 177–192.]
4. Зотова О.Ю. Социально-психологическая безопасность личности. http://dislib.ru/psihologiya/24942-1-socialno-psihologicheskaya-bezopasnost-lichnosti.php
5. Карпов А.В., Воронова Т.А. Цифровизация и развитие психики ребенка: вызовы нового времени. // Человеческий капитал. 2021. № 8 (152). С. 22-28.

АЛГОРИТМИЧЕСКАЯ МАГИЯ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ: СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ, ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И НОВЫЕ ФОРМЫ МАГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

Обиджонов Жавохирбек Жасурбек угли

Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека
Студент магистратуры

ВВЕДЕНИЕ

Социальные сети стали важной частью нашей повседневной жизни, укрепляя статус «современного человека» в век информационных технологий. Причиной является то, что роль цифрового мира постоянно возрастает, а социальные сети всё глубже входят в повседневную жизнь человека. Личность, используя социальные сети каждый день, сталкивается с огромным количеством информационного материала — контентом. Более того, данный контент не является полностью случайным, а подбирается под интересы пользователя. Социальные сети, рекомендательные алгоритмы и системы искусственного интеллекта всё чаще определяют, какую информацию пользователь видит, какие темы ему предлагаются и каким образом он взаимодействует с информационным пространством [11; 14; 15]. Однако механизмы работы этих систем для большинства пользователей остаются недостаточно понятными [12; 15].

Именно недостаток понимания определённых цифровых процессов может быть одной из причин появления у людей субъективных объяснений работы алгоритмов. Пользователь не видит сам механизм отбора информации, но постоянно сталкивается с его результатами: рекомендациями, совпадениями, повторяющимися темами и персонализированными сообщениями. В связи с этим появление определённого видеоролика в ленте или точный ответ искусственного интеллекта может восприниматься не только как результат технической обработки данных, но и как личный «знак», совпадение или скрытое сообщение [15; 16].

Магическое мышление как психологический феномен.

Склонность человека устанавливать причинно-смысловые связи между событиями, которые объективно могут не иметь прямой связи между собой, свойственна магическому мышлению [8; 9]. Известно, что высокий уровень магического мышления чаще всего проявляется в условиях неопределённости, при снижении субъективного чувства контроля и тревожности, выполняя компенсаторную функцию психики в целях удержания баланса [7; 9; 10]. Нашей психике свойственно искать детерминанты происходящим внешним и внутренним событиям, тем самым снижая внутреннее психическое напряжение и создавая ощущение контроля и определённости. Оно проявляется в вере в приметы, суеверия, символические совпадения, ритуальные действия, предсказания и ощущение влияния мыслей или желаний на внешние события [5; 8; 9]. Важно отметить, что в данном контексте магическое мышление не следует рассматривать исключительно как

патологическое явление. Оно может выступать как способ субъективного объяснения сложной и непрозрачной реальности [8; 9].

В классической антропологической традиции магическое мышление рассматривалось как одна из ранних форм объяснения мира. Э. Тайлор и Дж. Фрэзер связывали магические представления с попыткой человека объяснить непонятные явления природы и повлиять на них с помощью символических действий [1; 2]. Б. Малиновский, в свою очередь, подчёркивал, что магические практики особенно активизируются в ситуациях неопределённости, риска и недостатка контроля [3]. Далее, обращаясь к возрастной психологии, в частности к теории Ж. Пиаже, можно отметить, что магическое мышление выступает как характерная особенность детского сознания, где границы между мыслями, внешними событиями и желаниями расплывчаты [4]. В когнитивной психологии близким к магическому мышлению является феномен иллюзии контроля, описанный Э. Лангер. Он проявляется в склонности человека переоценивать своё влияние на события, которые в действительности зависят от случайности или внешних факторов [7].

Это позволяет говорить о том, что магическое мышление выступает не всегда как признак иррациональности и психопатологии. Более того, в определённых условиях оно выполняет компенсаторную функцию: помогает человеку снизить тревогу, объяснить неопределённую ситуацию и сохранить ощущение контроля [3; 8; 9; 10].

Цифровая среда как пространство алгоритмической неопределённости.

В условиях цифровизации традиционные формы магического мышления приобретают новые проявления. Если ранее человек мог связывать случайные события с приметами, судьбой или внешними силами, то сегодня подобные интерпретации могут переноситься на алгоритмы социальных сетей и искусственный интеллект. В связи с этим представляется возможным говорить о феномене «алгоритмической магии» как о форме цифрового магического мышления, при которой алгоритмы воспринимаются пользователем как скрытая сила, способная понимать, предсказывать или направлять его поведение [14; 16]. Ф. Паскуале описывает современные алгоритмические системы как своеобразные «чёрные ящики», поскольку пользователь сталкивается с результатом их работы, но не имеет полного доступа к пониманию внутренних механизмов принятия решений [12].

Поведенческие данные пользователей находятся в пространстве постоянного цифрового наблюдения, помогая в дальнейшем создавать более актуальные рекомендации по интересам человека. Ш. Зубофф подчёркивает, что цифровые платформы используют эти данные, превращая активность пользователя в основу для прогнозирования и управления информационными потоками [13].

Люди начинают постепенно создавать субъективные представления о работе алгоритмов. Т. Бухер обращает внимание на то, что алгоритмы воспринимаются пользователями не только как технические инструменты, но и как силы, влияющие на видимость, признание и социальное присутствие

человека в цифровой среде [14]. Пользователь начинает сам интерпретировать механизмы работы рекомендации. В повседневной цифровой практике это может проявляться в выражениях: «алгоритм меня услышал», «лента знает, что мне нужно», «соцсеть специально показывает мне эти видео», «искусственный интеллект понял меня лучше, чем человек». Важно подметить, что высказывания такого рода не говорят напрямую о вере человека в сверхъестественное, однако демонстрируют, что пользователь приписывает цифровой системе скрытую осмысленность и персональную направленность [15; 16].

Заключение.

На основе изложенного можно предположить, что алгоритмическая неопределённость становится важным условием формирования новых цифровых суеверий. Если в традиционной культуре магическое мышление связывалось с приметами, судьбой, символами и случайными событиями, то в цифровой среде его объектами становятся алгоритмы, рекомендации, лайки, просмотры, комментарии и ответы искусственного интеллекта. Именно поэтому понятие «алгоритмической магии» позволяет рассматривать современные цифровые практики как новую форму проявления магического мышления.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Тайлор Э. Б. Первобытная культура / пер. с англ. Д. А. Коропчевского. — М. : Политиздат, 1989. — 576 с.

2. Фрэзер Дж. Дж. Золотая ветвь: исследование магии и религии / пер. с англ. М. К. Рыклина. — М. : Политиздат, 1980. — 832 с.

3. Малиновский Б. Магия, наука и религия / пер. с англ. — М. : Рефл-бук, 1998. — 288 с.

4. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка / сост., новая ред. пер. с фр., коммент. В. А. Лукова, Вл. А. Лукова. — М. : Педагогика-Пресс, 1994. — 526 с.

5. Фрейд З. Тотем и табу: психология первобытной культуры и религии / пер. М. В. Вульфа. — М. ; Пг. : Гос. изд-во, 1923. — 170 с.

6. Канеман Д. Думай медленно... решай быстро / пер. с англ. — М. : АСТ, 2014. — 653 с.

7. Langer E. J. The Illusion of Control // Journal of Personality and Social Psychology. — 1975. — Vol. 32, № 2. — P. 311–328. — DOI: 10.1037/0022-3514.32.2.311.

8. Субботский Е. В. Неуничтожимость волшебного: как магия и наука дополняют друг друга в современной жизни. — М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 316 с.

9. Байрамова Э. Э., Ениколопов С. Н. Магическое мышление и вера в магию в структуре психологических защит и копинг-стратегий // Психология. Психофизиология. — 2021. — Т. 14, № 4. — С. 5–13. — DOI: 10.14529/jpps210401.

10. Суворова О. В., Кочеганова П. П. Магическое мышление как копинг-стратегия личности: социокультурный и онтогенетический аспекты // Нижегородский психологический альманах. — 2020. — Т. 1, № 1. — С. 211–220.

11. Рассказова Е. И., Емелин В. А., Тхостов А. Ш. Диагностика психологических последствий влияния информационных технологий на человека. — М. : Акрополь, 2015. — 115 с.

12. Pasquale F. The Black Box Society: The Secret Algorithms That Control Money and Information. — Cambridge ; London : Harvard University Press, 2015. — 320 p.

13. Zuboff S. The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power. — New York : PublicAffairs, 2019. — 704 p.

14. Bucher T. The Algorithmic Imaginary: Exploring the Ordinary Affects of Facebook Algorithms // Information, Communication & Society. — 2017. — Vol. 20, № 1. — P. 30–44. — DOI: 10.1080/1369118X.2016.1154086.

15. DeVito M. A., Gergle D., Birnholtz J. How People Form Folk Theories of Social Media Feeds and What It Means for How We Study Self-Presentation // Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems. — New York : ACM, 2018. — P. 1–12. — DOI: 10.1145/3173574.3173694.

16. Schradle N. In Algorithms We Trust: Magical Thinking, Superintelligent AI and Quantum Computing // Zygon. — 2020. — Vol. 55, № 3. — P. 733–747. — DOI: 10.1111/zygo.12637.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ НЕЙРОГРАФИКИ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Озодходжаева А. У.

НПУУз имени Низами
Соискатель кафедры Практической психологии

Аннотация: Известно, что при изучении иностранного языка восприятие композиционного, светового или тонального акцента на смысловом центре картины связано с физиологическими особенностями зрения человека. При этом глаз человека, рассматривающего какое-либо изображение, прежде всего останавливается на самых ярких пятнах или на участках картинной плоскости с наивысшими контрастами. В данной статье рассмотрены вопросы **восприятия компьютерной графики при изучении иностранного языка.** Также особое внимание уделяется своеобразной системе приемов, которые помогают расставить необходимые ударения в графических снимках.

Ключевые слова: *личность, смысл, снимок, графика, акцент, восприятие, линия рисунка, лингвистика.*

Annotatsiya: Ma'lumki, chet tilini o'rganishda rasmning semantik markaziga kompozitsion, yorug'lik yoki tonal urg'uni idrok etish inson ko'rishning fiziologik xususiyatlari bilan bog'liq. Bunday holda, har qanday tasvirga qaraydigan odamning ko'zi birinchi navbatda eng yorqin nuqtalarda yoki rasm tekisligining eng yuqori kontrastli joylarida to'xtaydi. Ushbu maqolada chet tilini o'rganishda kompyuter grafikasini idrok etish masalalari ko'rib chiqiladi. Grafik fotosuratlarda kerakli stresslarni joylashtirishga yordam beradigan noyob texnika tizimiga ham alohida e'tibor beriladi.

Kalit so'zlar: *shaxs, ma'no, fotosurat, grafika, urg'u, idrok, chizma chizig'i, lingvistika.*

Abstract: It is known that when studying a foreign language, the perception of compositional, light or tonal emphasis on the semantic center of a picture is associated with the physiological characteristics of human vision. In this case, the eye of a person looking at any image first of all stops at the brightest spots or at the areas of the picture plane with the highest contrasts. This article examines the issues of perception of computer graphics when studying a foreign language. Special attention is also paid to a unique system of techniques that help to place the necessary stresses in graphic photographs.

Key words: *personality, meaning, photograph, graphics, accent, perception, line of drawing, linguistics.*

В настоящее время в психологии проблема повышения эффективности изучения иностранного языка приобретает большое значение в связи с растущими высокими требованиями к качеству знаний, умений и навыков, предъявляемым к выпускникам учебных заведений. В системе школьного и особенно вузовского образования язык занимает, как известно, особое место. Это объясняется той важной ролью, которую он играет в жизни людей. Иностранный язык дает возможность человеку свободного приобщения к истории, культуре, искусству другого народа, другой страны. Он обеспечивает непосредственные контакты с людьми, говорящими на этом языке. Владение иностранным языком - это эффективный путь самостоятельного повышения профессиональной квалификации человека при помощи неограниченного чтения литературы. Также следует обратить внимание на роль восприятия в обработке вербальной информации, т.к. восприятие текста является сложным многоплановым процессом, от которого зависит дальнейшая обработка текста. Кроме того, произошло изменение в отношении к чтению. По мнению А.Е. Войскунского, чтение заменяется селекцией, поиском информации. Реципиент, получая огромное количество различной информации, вынужден быстро ее обрабатывать. Часто при чтении через компьютерную графику реципиент не имеет возможности глубоко вчитываться в текст, но при этом он находит и получает нужную информацию. Каким образом происходит первичная обработка текста, на что обращает внимание реципиент при восприятии текста — это исследовательские вопросы, которые требуют специального изучения. Общая цель изучения иностранного языка с помощью

компьютерной графики является комплексной, включающей в себя практическую коммуникативную, образовательную и воспитательную цели, которые находятся в тесном взаимодействии с задачей подготовки высококвалифицированных специалистов. На сегодняшний день коммуникативная цель изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики является ведущей. Эта цель осуществляется путем формирования у учащихся необходимых языковых и речевых умений в чтении, аудировании, говорении и письме, как видов речевой деятельности. Процесс порождения речевого высказывания проходит сложный путь от момента формирования мотива и коммуникативного намерения к стадии общего замысла, затем во внутренней речи замысел (программа) начинает трансформироваться в целостный, связный текст. Важно подчеркнуть мысль о первичности синтаксиса в процессе формирования высказываний, подтвержденной опытами А. Р. Лурия [2]. На заключительных стадиях речепорождения происходит грамматическое структурирование и отбор конкретной лексики, после чего реализуется артикуляция.

Большой научный интерес представляют собой психологические закономерности, механизмы, факторы, влияющие на особенности формирования речевого высказывания.

В немногочисленных работах по психологии изучению иностранного языка экспериментально выявлена роль психологического содержания учебной мотивации в процессе формирования речевого высказывания, изучены параметры речевого высказывания: опора на предложенные суждения, выход за пределы исходного текста, частота употребления местоимения «Я», эмоциональная окрашенность содержательной стороны речевого высказывания, которые косвенно свидетельствуют о доминировании внутренней или внешней мотивации (Савонько Е. И., Хизроева З. М.)

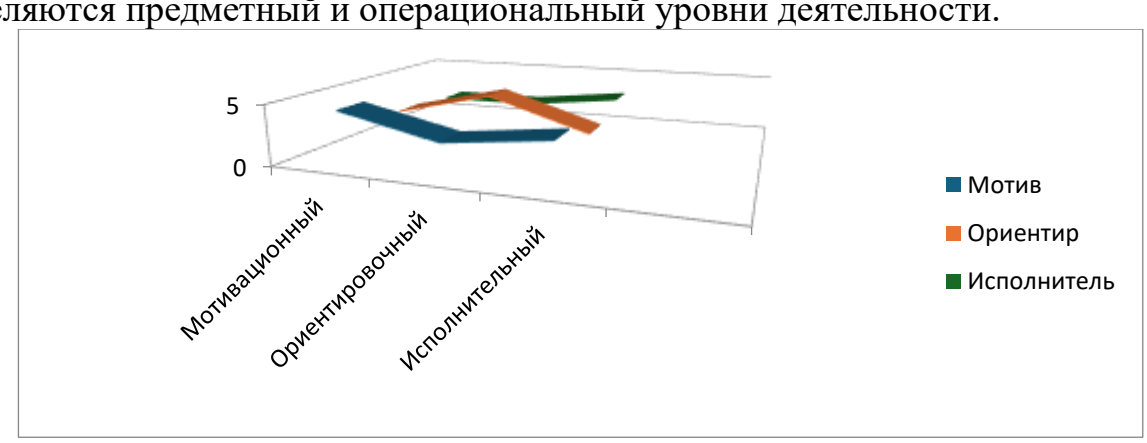
Роль установки как состояния психологической настройки на восприятие определенного предмета, явления, ситуации изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики под специфическим углом зрения привлекает внимание исследователей в разных областях психологии.

В психолингвистике подчеркивается роль установки в формировании речевого высказывания на уровне коммуникативного намерения. Особо важную роль играет смысловая установка, при изучении иностранного языка с помощью компьютерной графики является фактором, определяющим пристрастное отношение личности к объектам, имеющим личностный смысл.

В нашем исследовании предпринимается попытка экспериментального исследования влияния изучения иностранного языка с помощью компьютерной графики как установки субъекта учебной деятельности на особенности отбора лексических единиц, грамматических конструкций и общую модальность восприятия иностранного языка.

Как известно, всякая деятельность человека и его речевая деятельность в частности определяется трехуровневостью или трехфазностью своего строения так же как в восприятии трехмерного измерения в компьютерной

графике. В него входят: мотивационно-побудительный, ориентировочно-исследовательский и исполнительный уровни и в то же время в этой структуре выделяются предметный и операциональный уровни деятельности.



1-диаграмма. Трехфазное строение речевой деятельности

Учет особенностей каждого из них и целенаправленность их организации являются специальными задачами при изучении иностранного языка с помощью компьютерной графики [1, 2, 3].

Первый уровень речевой деятельности представлен сложным взаимодействием потребностей, мотивов и цели речевого действия как будущего его результата. По содержанию этот уровень деятельности — потребностно-мотивационно-целевой. По функции — побудительный. Как уже отмечалось выше, деятельность побуждается целой совокупностью мотивов - внутренних и внешних. Для данного плана анализа нам важно отметить прежде всего ее внутренний мотив. В качестве такового и речевой деятельности выступает познавательно-коммуникативная потребность учащегося, «нашедшая» себя в предмете этой деятельности - ее смысловом, предметном содержании. Напомним, что, согласно теории А. Н. Леонтьева, потребность, «находя» себя в предмете деятельности, становится ее внутренним мотивом. Таким образом, внутренний мотив деятельности входит в саму структуру, строение деятельности, определяя и направляя ее. В связи с этим перед учителем, прежде всего, возникает задача создания, поддержания и повышения внутренней мотивированности обучения речевой деятельности на иностранном языке. Выполнение этой задачи предполагает создание ситуации, стимулирующей возникновение и развитие коммуникативно-познавательной потребности учащегося высказать или принять мысль на изучаемом языке с какой-то определенной целью, например, научиться общаться, познакомиться с культурой, историей народа и т. д. В то же время такое определение внутреннего мотива речевой деятельности предполагает, что сам учитель иностранного языка должен организовать интересный, удовлетворяющий коммуникативно-познавательную потребность учащихся предмет деятельности (т.е. смысловое содержание темы, ситуации, проблемы), который личностью значим для них, эмоционально не нейтрален и т. д. Напомним в этой связи еще раз положение Л. С. Выготского о психологической природе мотива, его связи со всей личностью говорящего, с

его эмоциями и волей, с его мыслью, которая сама возникает в силу разных мотивов. «Сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наше влечение и потребности, наши интересы и побуждения, наши аффекты и эмоции. За мыслью стоит аффективная и волевая тенденция. Только она может дать ответ на последнее «почему» в анализе мышления. Если мы сравнили бы мысль с нависшим облаком, проливающимся дождем слов, то мотивацию мысли мы должны были бы, если продолжить это образное сравнение, уподобить ветру, приводящему в движение облака. Действительное и полное понимание чужой мысли становится возможным только когда мы вскрываем ее действенную, аффективно-волевую подоплеку» [2].

Второй уровень речевой (как и любой другой) деятельности ориентировочно-исследовательский (или аналитико-синтетический) по функции и по механизму. По содержанию почти предметный план деятельности. Он включает в себя исследование условий деятельности, выделение предмета, привлечение средств, орудий деятельности и т. д. Так, в частности, на этом уровне речевой деятельности реализуется отбор средств и способов формирования и формулирования собственной или чужой (заданной извне) мысли в процессе речевого общения. Это уровень планирования, программирования и внутренней языковой организации предметного, содержательного.

Третий уровень всякой деятельности исполнительный, реализующий. Этот уровень речевой деятельности может быть внешне выраженным и внешне не выраженным. Так, например, исполнительный уровень слушания внешне не выражен, тогда как исполнительная, моторная часть деятельности говорения очевидна - она внешне ярко выражена в артикуляционных движениях говорящего.

Выбор способа формирования и формулирования мысли зависит от самого субъекта его деятельности и культурно-исторических традиций языковой особенности при изучении иностранного языка с помощью компьютерной графики.

Список литературы:

1. Абдуллаева Асилахон КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАФИКА КАК СОВРЕМЕННЫЙ ОПЫТ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ. FRANCE international scientific-online conference: “SCIENTIFIC APPROACH TO THE MODERN EDUCATION SYSTEM" PART 2, 5th MARCH. Стр.118

2. Абдуллаева А.У. Развитие компьютерной графики на современном этапе. EURASIAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES, PHIOSOPHY AND CULTURE. Volume 2 Issue 5, May 2022**.** стр 202.S**OCIAL**

3. Жинкин Н.И. Язык. Речь. Творчество. - М., 2008. 360 с

4. Зимняя И. А. Психология обучения иностранным языкам в школе. - М., 2001, 219 с.

5. Ляудис В.Я., Негурэ И. П. Психологические основы формирования письменной речи у младших школьников. - Кишинев, 2000.

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА

Оринбаев Султанбек Казакбай ули

Курсант Академии МВД Республики Узбекистан

Научный руководитель:
Кодиркулов Азизжон Саидкул угли

преподаватель кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В тезисах рассматриваются психологические основы формирования устойчивости сотрудников органов внутренних дел в условиях цифровизации общества. Раскрывается влияние информационной нагрузки, цифровых угроз, профессионального стресса и высокой публичности служебной деятельности на эмоционально-волевую саморегуляцию сотрудников. Обосновывается необходимость развития стрессоустойчивости, цифровой грамотности, коммуникативной культуры и системы психологического сопровождения личного состава.

Ключевые слова: *психологическая устойчивость, сотрудники ОВД, цифровизация, информационная нагрузка, цифровые угрозы, стрессоустойчивость, саморегуляция, психологическое сопровождение.*

Современная деятельность органов внутренних дел осуществляется в условиях интенсивной цифровизации общества, расширения информационных потоков и усложнения профессиональных задач. Цифровые технологии повышают оперативность управления, расширяют возможности аналитической, профилактической и организационной работы, ускоряют обмен служебной информацией. В Республике Узбекистан цифровая трансформация закреплена в Стратегии «Цифровой Узбекистан — 2030», где развитие цифровой инфраструктуры, электронных государственных услуг и цифровой экономики рассматривается как одно из приоритетных направлений государственного развития [1].

Одновременно цифровизация формирует новые психологические вызовы для сотрудников органов внутренних дел. К ним относятся информационная перегрузка, постоянная включённость в служебную коммуникацию, необходимость быстрой обработки электронных данных, повышенная публичность действий сотрудников, риск распространения недостоверной информации, киберугрозы, давление социальных сетей и рост требований к цифровой компетентности. Закон Республики Узбекистан «О кибербезопасности» определяет правовые основы обеспечения защищённости интересов личности, общества и государства в киберпространстве, что подчёркивает значимость цифровой безопасности для современной правоохранительной деятельности [2].

Формирование психологической устойчивости сотрудников ОВД должно рассматриваться как системный процесс, включающий развитие эмоционально-волевой саморегуляции, стрессоустойчивости, когнитивной организованности, коммуникативной компетентности, цифровой грамотности и нравственно-профессиональной ответственности. В условиях цифровизации данный процесс приобретает дополнительное содержание, поскольку сотрудник должен быть готов не только к непосредственному взаимодействию с гражданами, но и к работе в информационно насыщенной, публичной и быстро меняющейся цифровой среде.

Первым важным направлением формирования психологической устойчивости является развитие эмоционально-волевой саморегуляции. Служебная деятельность сотрудников ОВД связана с конфликтными ситуациями, повышенной ответственностью, необходимостью быстрого реагирования и постоянным контролем поведения. В цифровую эпоху к этим факторам добавляется информационное давление: видеозаписи служебных эпизодов, комментарии в социальных сетях, провокационные сообщения, распространение слухов и недостоверных сведений. В таких условиях сотрудник должен уметь контролировать импульсивные реакции, сохранять выдержку, не поддаваться эмоциональным провокациям и действовать в рамках правовых и этических норм.

Вторым направлением выступает профилактика профессионального стресса и эмоционального истощения. Исследования профессионального стресса сотрудников правоохранительных органов показывают, что служба в полиции и смежных структурах сопровождается устойчивыми стрессорами, влияющими на эмоциональное состояние, здоровье и качество выполнения профессиональных обязанностей [5; 6]. В условиях цифровизации данные стрессоры усиливаются за счёт многозадачности, ускоренного темпа коммуникации, постоянного поступления служебной информации и необходимости одновременно учитывать правовые, организационные и общественные последствия своих действий.

Третьим направлением является развитие когнитивной устойчивости. Информационная перегрузка снижает концентрацию внимания, повышает вероятность ошибок, затрудняет анализ ситуации и может приводить к поспешным решениям. Поэтому сотрудник ОВД должен обладать способностью критически оценивать информацию, отделять достоверные сведения от недостоверных, сохранять ясность мышления при большом объёме данных и принимать решения на основе закона, служебных инструкций и объективной оценки обстановки. Данное качество особенно важно в условиях распространения фейковой информации, манипулятивных сообщений и цифровых провокаций.

Четвёртым направлением является формирование цифровой грамотности как ресурса психологической устойчивости. Недостаточная подготовленность к использованию цифровых систем, электронных баз данных, служебных платформ и средств цифровой коммуникации может вызывать тревожность, неуверенность, страх ошибки и сопротивление новым

требованиям. Напротив, владение цифровыми инструментами снижает напряжение, повышает уверенность сотрудника и способствует более эффективному выполнению служебных задач. В научной литературе подчёркивается, что цифровая трансформация публичных служб требует не только технического обновления, но и адаптации работников к новым профессиональным условиям [7].

Пятым направлением выступает развитие коммуникативной устойчивости. В условиях цифровизации профессиональное общение сотрудника ОВД всё чаще осуществляется не только в непосредственном контакте с гражданами, но и через электронные обращения, сообщения, цифровые каналы взаимодействия и публичное информационное пространство. Это требует от сотрудника умения сохранять корректность, аргументированность, эмоциональную сдержанность и уважительный тон коммуникации. Коммуникативная неустойчивость в цифровой среде может быстро стать источником конфликта, общественного резонанса и репутационных рисков.

Особая роль принадлежит руководителям подразделений. Именно руководитель организует служебную нагрузку, формирует морально-психологический климат, задаёт стиль коммуникации, поддерживает дисциплину и своевременно замечает признаки дезадаптации сотрудников. К таким признакам могут относиться раздражительность, эмоциональная отстранённость, снижение мотивации, ухудшение качества выполнения задач, конфликтность, повышенная утомляемость и формальное отношение к службе. Следовательно, цифровизация общества не только расширяет возможности правоохранительной деятельности, но и предъявляет новые требования к психологической подготовке сотрудников ОВД. Устойчивый сотрудник в современных условиях должен уметь сохранять самообладание, критически работать с информацией, противостоять цифровым провокациям, соблюдать профессиональную этику, эффективно взаимодействовать с гражданами и сохранять работоспособность при высокой информационной нагрузке. Именно поэтому формирование психологической устойчивости должно рассматриваться как одно из приоритетных направлений профессиональной подготовки и психологического обеспечения органов внутренних дел.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии «Цифровой Узбекистан — 2030» и мерах по ее эффективной реализации : Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 г. № УП-6079 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. — URL: https://lex.uz/ru/docs/5031048.
2. О кибербезопасности : Закон Республики Узбекистан от 15 апреля 2022 г. № ЗРУ-764 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. — URL: https://lex.uz/ru/docs/5960609.

3. Guidelines on mental health at work. — Geneva : World Health Organization, 2022. — URL: https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052.
4. Mental health at work : fact sheet / World Health Organization. — 2024. — URL: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work.
5. Violanti J. M. Law enforcement suicide: a review / J. M. Violanti, S. L. Owens, E. McCanlies, D. Fekedulegn, M. E. Andrew // Policing: An International Journal. — 2019. — Vol. 42, № 2. — P. 141–164.
6. Queirós C. Burnout and stress measurement in police officers: literature review and a study with the Operational Police Stress Questionnaire / C. Queirós, F. Passos, A. Bįrtolo, S. Faria, S. M. Fonseca, A. J. Marques, C. F. Silva, A. Pereira // Frontiers in Psychology. — 2020. — Vol. 11. — Article 587. — URL: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00587/full.
7. Afzal M. Coping with digital transformation in frontline public services: evidence from policing digitalization / M. Afzal // Government Information Quarterly. — 2024. — Vol. 41, № 2. — Article 101921.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНСПЕКТОРОВ ПРОФИЛАКТИКИ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА

Рахмонзода Мухаммад Сайвали

Курсант факультета по работе с зарубежными кадрами Академии МВД Республики Узбекистан

Научный руководитель:
Кодиркулов Азизжон Саидкул угли

преподаватель кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В статье рассматриваются социально-психологические особенности деятельности инспекторов профилактики в условиях цифровизации общества. Раскрывается влияние цифровой среды на девиантное, делинквентное и виктимное поведение граждан. Обосновывается необходимость развития цифровой, коммуникативной и психодиагностической компетентности инспектора профилактики, а также раннего выявления цифровых рисков и формирования безопасного поведения в информационном пространстве.

Ключевые слова: *инспектор профилактики, цифровизация, профилактика правонарушений, девиантное поведение, виктимность, несовершеннолетние, цифровые риски, социально-психологическая профилактика.*

Современное общество характеризуется интенсивным проникновением цифровых технологий во все сферы социальной жизни. Цифровая коммуникация, социальные сети, мессенджеры, онлайн-сервисы и искусственный интеллект изменяют не только способы обмена информацией, но и структуру межличностных отношений, модели поведения, формы социализации и характер социальных рисков. В Республике Узбекистан цифровая трансформация имеет государственно-стратегическое значение: Стратегия «Цифровой Узбекистан — 2030» утверждена Указом Президента Республики Узбекистан и направлена на развитие цифровой экономики, электронного правительства, цифровой инфраструктуры и повышение качества цифровых услуг [1].

В этих условиях профилактическая деятельность органов внутренних дел приобретает новое содержание. Если традиционная профилактика правонарушений была преимущественно связана с непосредственным общением с гражданами, изучением семейно-бытовой среды, контролем поведения лиц группы риска и работой по месту жительства, то цифровизация расширила профилактическое пространство. В него вошли социальные сети, онлайн-группы, виртуальные сообщества, цифровые формы общения, дистанционные конфликты, интернет-мошенничество, кибербуллинг, распространение деструктивного контента и вовлечение несовершеннолетних в рискованные формы поведения.

Особое место в данной системе занимает инспектор профилактики, поскольку именно он непосредственно взаимодействует с населением, несовершеннолетними, неблагополучными семьями, лицами, состоящими на профилактическом учёте, а также с образовательными учреждениями, махаллями и общественными структурами. Законодательство Республики Узбекистан о профилактике правонарушений определяет профилактическую деятельность как важное направление предупреждения правонарушений и регулирования отношений в данной сфере [2].

Социально-психологическая специфика профилактической деятельности инспектора профилактики в условиях цифровизации проявляется в том, что объектом его внимания становится не только внешнее поведение гражданина, но и система его социальных связей, ценностных ориентаций, коммуникативных привычек и цифрового поведения. В традиционной профилактике основное внимание уделялось фактам нарушения общественного порядка, семейным конфликтам, склонности к агрессии, пропускам занятий, употреблению запрещённых веществ, бродяжничеству, конфликтам с родителями и педагогами. В цифровом обществе к этим признакам добавляются новые индикаторы риска: резкое изменение круга общения в интернете, участие в закрытых онлайн-группах, вовлечение в агрессивные сетевые дискуссии, распространение оскорбительного контента, зависимость от онлайн-одобрения, участие в травле, признаки цифровой виктимности.

Международные данные показывают, что цифровая среда уже стала значимым фактором психологического неблагополучия подростков. По

данным Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения, с 2018 по 2022 год доля подростков, сообщивших о кибербуллинге других, выросла у мальчиков с 11 до 14 %, у девочек — с 7 до 9 %, а доля подростков, подвергавшихся кибербуллингу, увеличилась у мальчиков с 12 до 15 %, у девочек — с 13 до 16 % [3]. Эти показатели имеют прямое значение для профилактической службы, поскольку кибербуллинг часто не ограничивается онлайн-пространством и способен переходить в школьные конфликты, семейное напряжение, нарушение дисциплины, агрессивные реакции и снижение социальной адаптации.

Ещё одним значимым вызовом является проблемное использование социальных сетей. Всемирная организация здравоохранения отмечает, что доля подростков с признаками проблемного использования социальных сетей в Европе выросла с 7 % в 2018 году до 11 % в 2022 году, а 12 % подростков находятся в зоне риска проблемного игрового поведения [4]. В профилактической деятельности это требует перехода от формального контроля к социально-психологическому анализу поведения. Инспектор профилактики должен уметь выявлять не только факт совершённого правонарушения, но и его психологические предпосылки: дефицит родительского контроля, эмоциональное отчуждение в семье, потребность подростка в признании, влияние асоциальной группы, слабость саморегуляции, подражание деструктивным моделям поведения, цифровую внушаемость и низкий уровень критического мышления.

Профилактическая беседа в цифровую эпоху также меняет своё содержание. Она не должна ограничиваться предупреждением или формальным разъяснением ответственности. Эффективная беседа предполагает диагностику социальной ситуации личности, анализ семейной среды, изучение особенностей общения подростка со сверстниками, выявление цифровых привычек и обсуждение последствий онлайн-поведения. Инспектор профилактики должен задавать вопросы не только о школе, семье и друзьях, но и о том, в каких интернет-группах состоит подросток, с кем он общается онлайн, сталкивался ли он с оскорблениями, угрозами, давлением, мошенническими предложениями или вовлечением в опасные действия.

При этом важно соблюдать этические и психологические границы. Чрезмерно жёсткий, обвинительный или формально-административный стиль общения может привести к закрытости несовершеннолетнего, недоверию к сотруднику и сокрытию реальных проблем. Более эффективным является профессионально-диалогический подход, при котором инспектор профилактики сохраняет служебную требовательность, но одновременно демонстрирует уважение, спокойствие, эмоциональную устойчивость и готовность понять ситуацию.

В условиях цифровизации возрастает роль межведомственного взаимодействия. Профилактика цифровых рисков невозможна только силами одного инспектора. Необходима координация с педагогами, психологами, администрацией образовательных учреждений, махаллинскими структурами, родителями, молодёжными организациями и специалистами в области

информационной безопасности. Международная практика также подчёркивает значение подготовки правоохранительных и уголовно-правовых структур к противодействию киберпреступности и цифровым угрозам [5].

Профилактическая деятельность в цифровом обществе должна строиться на принципе раннего предупреждения. Это означает, что работа начинается не после совершения правонарушения, а на стадии появления психологических и социальных предпосылок риска. К таким предпосылкам относятся отчуждение от семьи, резкое изменение поведения, агрессивность, замкнутость, систематические конфликты, ухудшение учебной дисциплины, вовлечение в асоциальные онлайн-группы, признаки цифровой травли, повышенная внушаемость и зависимость от мнения виртуального окружения.

Таким образом, цифровизация общества требует расширения профессиональной модели инспектора профилактики. Современный инспектор профилактики должен быть не только исполнителем административно-профилактических мер, но и специалистом, способным анализировать социальную ситуацию личности, понимать психологические механизмы девиантного поведения, выявлять цифровые риски, взаимодействовать с семьёй и образовательной средой, применять коммуникативные и конфликтологические методы воздействия.

Список литературы

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 года № УП-6079 «Об утверждении Стратегии “Цифровой Узбекистан — 2030” и мерах по её эффективной реализации».
2. Закон Республики Узбекистан «О профилактике правонарушений» от 14 мая 2014 года.
3. World Health Organization. One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO Europe study. 2024.
4. World Health Organization. Teens, screens and mental health. 2024.
5. United Nations Office on Drugs and Crime. Global Programme on Cybercrime. 2024.
6. Young E., et al. Frequent Social Media Use and Experiences with Bullying Victimization, Persistent Feelings of Sadness or Hopelessness, and Suicide Risk Among High School Students. CDC MMWR. 2024.

АДАПТИВНОСТЬ КУРСАНТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Саминов Абдулхай Йулчибой угли

командир отряда строевой части
Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В тезисе рассматриваются социально-психологические факторы адаптивности курсантов первого года обучения в условиях цифровизации образовательной среды. Раскрывается влияние воспринимаемого стресса, социальной поддержки, самоэффективности, психологической устойчивости, коммуникативной включённости и цифровой нагрузки на успешность адаптации курсантов. Обосновывается необходимость системного сопровождения первокурсников, включающего мониторинг адаптации, наставничество, развитие стрессоустойчивости, цифровой грамотности и навыков саморегуляции.

Ключевые слова: *адаптивность, курсанты, первый год обучения, цифровизация, информационная нагрузка, стресс, самоэффективность, социальная поддержка, психологическая устойчивость, профессиональная подготовка.*

Первый год обучения курсантов в образовательных организациях правоохранительного профиля является сложным этапом профессионального становления. Вчерашний абитуриент включается в новую социальную и образовательную среду, где действуют строгий режим дня, дисциплинарные требования, иерархическая система отношений, постоянная оценка учебной, физической и поведенческой готовности. В условиях цифровизации общества данный процесс усложняется за счёт роста информационной нагрузки, использования электронных образовательных ресурсов, цифровых каналов коммуникации, необходимости быстрой обработки учебной и служебно значимой информации.

Адаптивность курсанта первого года обучения в современных условиях не может рассматриваться только как привыкание к режиму и требованиям образовательной организации. Она включает способность сохранять учебную мотивацию, принимать дисциплинарные нормы, выстраивать отношения в группе, справляться с эмоциональным напряжением, пользоваться поддержкой, осваивать цифровые инструменты обучения и сохранять психологическую устойчивость в условиях интенсивной информационной среды.

Одним из наиболее значимых факторов адаптации является воспринимаемый стресс. В исследовании S.H. Azzara и A.S. Grinhauz 2025 года, проведённом на выборке 391 курсанта первого года обучения военного

учреждения, было установлено, что воспринимаемый стресс снижает положительное влияние самоэффективности, социальной поддержки и эмоционального интеллекта на институциональную приверженность курсантов [1]. Это означает, что даже при наличии личностных и социальных ресурсов высокий уровень стресса способен ослаблять включённость курсанта в образовательную организацию.

Важным ресурсом адаптивности выступает социальная поддержка. Для курсанта первого года обучения она поступает из нескольких источников: от командиров, преподавателей, наставников, учебной группы и семьи. В исследовании H. Wang, M. Gong и M. Liao 2025 года по курсантам авиационного профиля было показано, что самоэффективность в физической подготовке связана с базовыми психологическими потребностями через психологическую устойчивость и воспринимаемую социальную поддержку [3].

Самоэффективность также является важным условием успешной адаптации. Она отражает уверенность курсанта в способности справиться с учебными, физическими, коммуникативными и организационными требованиями. В исследовании S. Bekesiene и соавторов 2023 года по курсантам Литовской военной академии показано, что самоэффективность опосредует связь между личностными чертами и академической, а также военной результативностью [4]. Для курсанта первого года обучения это означает, что вера в способность справляться с нагрузкой связана не только с субъективным самочувствием, но и с реальными результатами подготовки.

Психологическая устойчивость является центральным фактором адаптации курсантов. В исследовании S. Kanjananopinit и P. Chailapo 2025 года по 308 курсантам первого года обучения Chulachomklao Royal Military Academy было установлено, что адаптация новых курсантов положительно связана с субъективным благополучием и академической успеваемостью, а психологическая устойчивость выступает важным предиктором успешности и снижения намерения покинуть академию [2]. Это показывает, что удержание курсанта в образовательной организации зависит не только от внешнего контроля, но и от способности переносить напряжение первого года обучения.

Коммуникативная включённость является ещё одним условием адаптации. Первый год обучения проходит в условиях постоянного группового взаимодействия. Изоляция, конфликтность, неумение выстраивать отношения в коллективе и слабая включённость в учебную группу снижают субъективное благополучие и учебную эффективность. А.А. Карапузиков и Н.П. Мураев выделяют среди условий успешной психологической адаптации курсантов благоприятный социально-психологический климат, систему поддержки, профессиональную подготовку, стрессоустойчивость и коммуникативные навыки [5].

Особое значение имеет физико-психофизиологическая готовность. Обучение курсантов связано с режимом дня, физической нагрузкой, строевой подготовкой, ограничением привычного образа жизни и необходимостью восстановления после интенсивных занятий. Физическое переутомление

усиливает стресс, снижает самоконтроль, ухудшает учебную включённость и затрудняет эмоциональную регуляцию. В условиях цифровизации к этому добавляется риск нарушения режима сна из-за постоянного использования цифровых устройств и позднего обращения к информационным ресурсам.

Практическая модель сопровождения адаптации курсантов первого года обучения в условиях цифровизации должна включать несколько взаимосвязанных направлений. Первое направление – входная диагностика уровня стресса, самоэффективности, социальной поддержки и цифровой готовности в первые недели обучения. Второе направление – наставничество старших курсантов и кураторов, направленное на снижение неопределённости и формирование реалистичного понимания требований. Третье направление – групповые разборы адаптационных трудностей, позволяющие переводить переживания первокурсников в конструктивный учебно-воспитательный анализ.

Четвёртое направление – развитие навыков саморегуляции и стрессоустойчивости. Эффективность специальных программ подтверждается данными I.K.A. Bakhtiar и соавторов 2025 года: после тренинга резильентности у первокурсников-медиков уровень стресса в группе вмешательства снизился значительно сильнее, чем в контрольной группе [7]. Хотя данное исследование не относится непосредственно к курсантам, оно показывает практическую значимость целенаправленного развития устойчивости в период входа в сложную образовательную среду.

Таким образом, адаптивность курсантов первого года обучения в условиях цифровизации образовательной среды определяется сочетанием воспринимаемого стресса, социальной поддержки, самоэффективности, психологической устойчивости, коммуникативной включённости, физико-психофизиологической готовности и цифровой грамотности. Эти факторы не действуют изолированно: высокий стресс может снижать эффект поддержки и самоэффективности, а недостаточная цифровая готовность может усиливать тревожность и затруднять учебную адаптацию. Следовательно, в условиях информатизированного общества адаптация курсантов первого года обучения должна рассматриваться как комплексная психолого-педагогическая задача. Она требует не только дисциплинарного контроля и оценки успеваемости, но и системного мониторинга психологического состояния, развития стрессоустойчивости, формирования цифровой культуры, укрепления групповой поддержки и организации наставничества. Такой подход соответствует современным задачам подготовки кадров для органов внутренних дел и позволяет повысить устойчивость профессионального становления курсантов.

Список литературы

1. Azzara S. H. Factors influencing the institutional commitment of Argentine students in the first year of military training / S. H. Azzara, A. S. Grinhauz //

Discover Psychology. – 2025. – Vol. 5, № 1. – Article 153. – DOI: 10.1007/s44202-025-00439-z.
2. Kanjananopinit S. A Study of Adaptation among New Cadets and the Influence of Mental Resilience on Cadet Academic Achievement and Turnover Through Subjective Well-Being Variable Among 1st Year CRMA Cadets / S. Kanjananopinit, P. Chailapo // CRMA Journal of Humanities and Social Sciences. – 2025. – Vol. 12. – P. 31–45.
3. Wang H. The effect of exercise self-efficacy on basic psychological needs in flight cadets: the chain mediating role of psychological resilience and perceived social support / H. Wang, M. Gong, M. Liao // Frontiers in Psychology. – 2025. – Vol. 16. – Article 1701055. – DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1701055.
4. Bekesiene S. Impact of personality on cadet academic and military performance within mediating role of self-efficacy / S. Bekesiene [et al.] // Frontiers in Psychology. – 2023. – Vol. 14. – Article 1266236. – DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1266236.
5. Карапузиков А. А. Условия психологической адаптации к профессиональной деятельности у курсантов вузов МЧС России / А. А. Карапузиков, Н. П. Мураев // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». – 2025. – Сведения о томе, номере и страницах в открытой карточке источника не уточнены.
6. Zhang J. The relationship between stress and academic burnout in college students: evidence from longitudinal data on indirect effects / J. Zhang, J. Meng, X. Wen // Frontiers in Psychology. – 2025. – Vol. 16. – Article 1517920. – DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1517920.
7. Bakhtiar I. K. A. Resilience Training to Reduce Stress Levels and Improve the Quality of Life for First-Year Medical Students at Hasanuddin University / I. K. A. Bakhtiar [et al.] // Education in Medicine Journal. – 2025. – Vol. 17. – P. 69–84.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Махлиё Бахтиёровна Юлдашева

доцент кафедры психологии Ферганского государственного университета
доктор философии по психологическим наукам (PhD)

Аннотация. В статье рассматриваются социально-психологические особенности девиантного поведения подростков. Анализируются основные факторы, влияющие на формирование отклоняющегося поведения, включая влияние социальной среды, семейного воспитания, возрастных и индивидуально-психологических характеристик. Особое внимание уделяется таким личностным проявлениям, как импульсивность, эмоциональная неустойчивость, склонность к аффективным реакциям, а также влиянию процессов пубертатного развития и кризиса подросткового возраста. В работе

освещаются результаты эмпирического исследования, выявляющие взаимосвязь между личностными особенностями подростков и проявлениями девиантного поведения. Обосновывается необходимость комплексного подхода к диагностике, профилактике и коррекции девиантного поведения с учётом социально-психологических и индивидуальных факторов развития личности подростка.

Ключевые слова: *девиантное поведение, подростки, социально-психологические особенности, асоциальность, психическая неуравновешенность, импульсивность, невротизм, психотизм, подростковый кризис, пубертатный период, профилактика, психокоррекция.*

В последние годы проблема девиантного поведения подростков рассматривается как одна из приоритетных. По статистике, 30–40% всех преступлений и правонарушений совершаются несовершеннолетними. При этом уровень преступности среди несовершеннолетних и проявлений отклоняющегося поведения снижается лишь на 3% в год, что указывает на необходимость более глубокого изучения данной проблемы. Одной из наиболее актуальных задач современности является научное исследование причин отклонений в поведении подростков, нарушений воспитания, а также разработка эффективных мер профилактики девиантного поведения. Не менее значимым является изучение психологических причин проявления девиантности у несовершеннолетних.

В Узбекистане проведён ряд научных исследований, в которых анализируются демографические, правовые и региональные особенности девиантного поведения подростков. В частности, такие учёные, как Шоумаров Г.Б., Газиев Э.Г., Каримова В.М., Умаров Б.М., Камалетдинова З.Ф., Согинов Н.А., Тулаганова Г., Кулжонов Э., Камилова Н.Г., Нормуродов Г., Абдурасулова К., Зарипов З.С., Исмаилов И., Каримова О.А., рассматривают девиантность в контексте особенностей детского сознания, поведения и деятельности, обусловленных влиянием воспитательной среды. Они подчёркивают, что неблагоприятный социальный климат способствует возникновению различных отклонений в поведении ребёнка и формированию девиантности.

Ряд учёных стран СНГ, такие как Астемиров З.А., Гилева Н.С., Игошев К.Е., Зюбин Л.М., Глаточкин А.Д., Кондрашченко Б.Т., Долгова Л.И., Мельникова Э.Б., Книжникова С.В., Минин А.Я., Змановская Е.В., Андреева Г.М., Белькин А.С., Гербеев Ю.В., Невский И.А., Завалюк А.В., Жумабоев А., Долгова А.М., Божович Л.И., Вдовченко А.А., Бочкарёва Г.Г., Башкатов И.П., Леонтьев А.Н., Левитов Н.Д., изучали социально-психологические факторы, влияющие на поведение подростков, онтогенетические особенности несовершеннолетних, роль социальной среды в развитии девиантного поведения, а также основные причины девиаций. В своих работах они стремились обосновать мотивы отклоняющегося поведения и определить эффективные меры его профилактики среди несовершеннолетних.

В ряде исследований (Алемаскин М.Н., Берюнас З.В., Максимова Н.Ю., Островский А.И., Миренский Б.А. и др.) подчёркивается, что диагностика и

предупреждение подобных поведенческих особенностей невозможны без комплексного изучения психолого-педагогических механизмов девиантного поведения несовершеннолетних.

В зарубежной психологии также исследовались эффективные способы предотвращения девиантного поведения детей и подростков (А. Бандура, Р. Уолтерс, А. Биндер, Э. Берн, Р. Бэрон, Д. Ричардсон, Б. А. Миренский, Б. А. Райский, И. Д. Фельдштейн, З. Фрейд и др.).

С целью изучения особенностей девиантного поведения подростков нами было проведено эмпирическое исследование. В качестве диагностического инструмента использовалась методика «Психодиагностическая оценка личности», разработанная В.Н. Мельниковым и Л. Т. Ямпольским. В исследовании приняли участие учащиеся 8–9 классов средней школы № 6 города Ферганы, всего 186 респондентов.

Согласно полученным результатам, наиболее выраженным показателем у несовершеннолетних оказалась асоциальная шкала (12,69). Показатели психической неуравновешенности также оказались выше по сравнению с другими личностными характеристиками (14,16%). Кроме того, выявлены повышенные уровни невротизма (12,31%), психотизма (12,10%), депрессии (10,05%) и зависимости (7,75%).

У подростков 13–14 лет с отклоняющимся поведением уровень проявления асоциальных черт составил 14,71%, тогда как у подростков 14–15 лет — 15,32%. В целом установлено, что уровни асоциальности, психической неуравновешенности и психотизма увеличиваются с возрастом. Так, уровень психической неуравновешенности возрастает с 14,63% в 13–14 лет до 15,66% в 14–15 лет.

Выявлено, что повышение уровня психотизма у подростков коррелирует с ростом общей активности ($r = 0,363$; $p < 0,01$), что при отсутствии целенаправленной деятельности в семье и других воспитательных институтах может способствовать формированию девиантного поведения, несмотря на достаточно высокий уровень возрастного интеллектуального развития. Кроме того, высокий уровень психотизма связан с доминированием аморальных форм поведения (агрессия, вербальная агрессия, враждебность) и снижением доброжелательного отношения к окружающим ($r = 0,599$; $p < 0,01$).

По шкале психотизма установлено, что у подростков с выраженным ростом эгоизма, стремлением к превосходству, гиперактивностью и неприятием социальных норм повышается вероятность формирования антиобщественного поведения как одного из проявлений девиаций ($r = 0,546$; $p < 0,01$).

Наши наблюдения показывают, что склонность к преобладанию влечений у несовершеннолетних в подростковом возрасте, обусловленная процессами полового созревания, нередко сочетается с такими личностными чертами, как повышенная раздражительность и эмоциональная неуравновешенность. В связи с этим подобное поведение может достаточно быстро приобретать патологический характер, создавая основу для формирования девиантных форм поведения. Следовательно, своевременная

профилактика и коррекция подобных тенденций в период полового созревания имеет важное значение для предупреждения девиаций среди подростков.

Ещё одной характерной особенностью подросткового возраста является склонность к подражанию. Подростки нередко идеализируют и копируют агрессивные и негативные формы поведения, воспринимая их как способ самоутверждения и демонстрации ещё не сформировавшейся мужественности или женственности. При этом асоциальные модели поведения могут восприниматься как проявление смелости, силы и независимости, тогда как их реальные негативные последствия подростками зачастую не осознаются.

Исходя из проведённого исследования, были сформулированы следующие выводы:

Во-первых, анализ проблемы отклоняющегося поведения несовершеннолетних показал, что девиантное поведение может интерпретироваться как преимущественно социальное явление, а в ряде случаев — как биологическое или психологическое.

Во-вторых, несмотря на широкий охват данной проблемы в научных исследованиях, сохраняется потребность в комплексном её изучении, в частности, в углублённом анализе социально-психологических и этнопсихологических особенностей девиантного поведения подростков.

В-третьих, у подростков были выявлены такие личностные характеристики, как асоциальность, психическая неуравновешенность, импульсивность, повышенная возбудимость, эмоциональная чувствительность и склонность к аффективным реакциям. Установлено, что невротизм, психотизм, а также возрастные особенности личности оказывают значительное влияние на формирование девиантного поведения.

В-четвёртых, важными факторами, определяющими отклонения в поведении подростков, являются кризис подросткового возраста, трудности переходного периода, нестабильность психофизиологического развития, процессы акселерации, особенности пубертатного периода, склонность к подражанию, стремление к эмансипации (освобождению от контроля взрослых), гедонистическая направленность (ориентация на удовольствие как основную жизненную ценность), а также стремление к принадлежности группе при одновременном непринятии её норм и мнений.

В-пятых, учитывая сложный психологический характер девиантного поведения, программы психокоррекции должны разрабатываться с обязательным учётом возрастных, психологических и индивидуально-типологических особенностей подростков.

Литература:

1. Исследование случаев суицидальности: проблема и решения : метод. пособие / Шоумаров Г. Б., Сагынов Н. А., Кадыров У. Д., Палуанова З. Д. ; Научно-исследовательский институт «Махалля и семья» при Министерстве поддержки махалли и семьи Республики Узбекистан. Ташкент : Ильм-Зия-заковат, 2020. 144 с.

2. Юлдашева, М. Б., & Саминжанова, З. И. (2022). Профилактика суицидального поведения подростков. Под общей редакцией, 137.

РОЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАЦИОННЫХ И ЦИФРОВЫХ УГРОЗ

Фарфиев Ёкубжон Атхамджанович,

начальник кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан, доцент

Аннотация. В тезисах рассматривается роль руководителя органов внутренних дел в обеспечении психологической устойчивости сотрудников в условиях информационных и цифровых угроз. Раскрываются факторы цифровой нагрузки, информационного давления, профессионального стресса и эмоционального напряжения в служебной деятельности. Обосновывается значение управленческой, коммуникативной, цифровой и психологической компетентности руководителя ОВД.

Ключевые слова: *руководитель ОВД, психологическая устойчивость, цифровые угрозы, информационная безопасность, профессиональный стресс, личный состав, управление, психологическое обеспечение.*

Современная деятельность органов внутренних дел осуществляется в условиях интенсивной цифровизации общества, роста информационных потоков и усложнения профессиональных задач. Цифровые технологии расширяют возможности управления, повышают оперативность обмена служебной информацией, способствуют совершенствованию профилактической, аналитической и организационной работы. В Республике Узбекистан цифровая трансформация закреплена в Стратегии «Цифровой Узбекистан — 2030», где развитие цифровой инфраструктуры, электронных государственных услуг и цифровой экономики рассматривается как одно из приоритетных направлений государственного развития [1].

Одновременно цифровизация формирует новые информационно-психологические вызовы для правоохранительной системы. К числу таких вызовов относятся информационная перегрузка, постоянная включённость сотрудников в служебную коммуникацию, необходимость быстрой обработки больших объёмов данных, риск распространения недостоверной информации, киберугрозы, давление социальных сетей, высокая публичность действий сотрудников и возрастание общественных ожиданий. Закон Республики Узбекистан «О кибербезопасности» закрепляет правовые основы обеспечения защищённости интересов личности, общества и государства в киберпространстве, что подчёркивает значимость цифровой безопасности для современных государственных институтов [2].

В этих условиях психологическая устойчивость сотрудников становится одним из важных условий эффективности служебной деятельности, сохранения профессиональной работоспособности, дисциплинированности и способности принимать адекватные решения в напряжённых ситуациях. Психологическая устойчивость сотрудника органов внутренних дел может рассматриваться как интегральное профессионально значимое качество, выражающееся в способности сохранять эмоциональное равновесие, самоконтроль, внутреннюю организованность, устойчивую мотивацию и готовность к выполнению служебных задач в условиях неопределённости, риска, информационного давления и повышенной ответственности.

Для сотрудников ОВД данное качество имеет особое значение, поскольку их деятельность связана с конфликтными ситуациями, взаимодействием с различными категориями граждан, необходимостью соблюдения законности, служебной дисциплины и профессиональной этики. Исследования профессионального стресса в правоохранительной деятельности показывают, что служба в полиции и смежных структурах сопровождается устойчивыми стрессорами, влияющими на эмоциональное состояние, здоровье, поведение и качество выполнения профессиональных обязанностей [5; 6].

В условиях информационных и цифровых угроз роль руководителя органов внутренних дел существенно возрастает. Руководитель выступает не только субъектом административного управления, но и важным организатором социально-психологической устойчивости коллектива. От его управленческого стиля, коммуникативной культуры, справедливости, требовательности, личного примера и умения работать с личным составом во многом зависит морально-психологический климат подразделения. Современные подходы к охране психического здоровья на рабочем месте также подчёркивают значение организационных условий, управленческих решений, режима труда и качества межличностных отношений в профилактике профессионального стресса [3; 4].

Первое направление деятельности руководителя связано с рациональной организацией служебной нагрузки. Информационная перегрузка, большое количество служебных сообщений, срочных поручений, электронных документов и цифровых каналов связи могут приводить к утомлению, раздражительности, снижению концентрации внимания и ошибкам в работе. Поэтому руководитель должен не только контролировать выполнение задач, но и учитывать реальное психофизиологическое состояние сотрудников, предупреждать чрезмерное перенапряжение и обеспечивать разумное распределение обязанностей.

Второе направление связано с формированием здорового социально-психологического климата в коллективе. Психологическая устойчивость сотрудника укрепляется в том подразделении, где присутствуют доверие, взаимная поддержка, справедливость, дисциплина, профессиональное уважение и ясность служебных требований. Напротив, авторитарное давление, унижение подчинённых, неуважительное общение, конфликтность и

несправедливость усиливают эмоциональное напряжение, снижают мотивацию и могут способствовать профессиональному выгоранию. В научной литературе профессиональное выгорание сотрудников правоохранительных органов рассматривается как значимый фактор снижения эффективности служебной деятельности и ухудшения психологического благополучия [6].

Третье направление заключается в профилактике профессионального стресса и эмоционального истощения. Служебная деятельность сотрудников ОВД традиционно связана с высокой ответственностью, эмоционально напряжёнными ситуациями, необходимостью быстрого реагирования и взаимодействием с конфликтными гражданами. В цифровую эпоху к этим факторам добавляется постоянная информационная включённость. Сотрудник может находиться под воздействием служебных сообщений, общественного контроля, видеозаписей, комментариев в социальных сетях и информационных провокаций. В связи с этим руководитель должен своевременно выявлять признаки эмоционального истощения, снижения мотивации, раздражительности, формального отношения к службе и профессиональной дезадаптации.

Четвёртое направление связано с развитием цифровой компетентности сотрудников. Недостаточная подготовленность к использованию цифровых систем, электронных баз данных, служебных платформ и средств цифровой коммуникации может вызывать у сотрудников тревожность, неуверенность и сопротивление новым требованиям. Исследования цифровизации публичных служб показывают, что цифровая трансформация может повышать эффективность работы, но одновременно требует адаптации сотрудников, перестройки профессиональных навыков и управленческой поддержки [7]. Поэтому руководитель должен организовывать обучение, наставничество, практическую помощь и постепенную адаптацию сотрудников к цифровым инструментам.

Пятое направление заключается в формировании культуры информационной безопасности и информационной гигиены. Сотрудники органов внутренних дел должны уметь критически воспринимать информацию, не поддаваться эмоциональным провокациям, соблюдать служебную конфиденциальность, корректно вести себя в цифровой коммуникации, не распространять непроверенные сведения и сохранять профессиональную сдержанность. Руководитель обязан систематически разъяснять личному составу, что цифровая среда является не внешним дополнением к службе, а реальным пространством профессиональной ответственности. Данное положение особенно важно с учётом того, что киберпространство рассматривается законодательством как сфера, требующая специальных мер защиты личности, общества и государства [2].

Практическая деятельность руководителя по укреплению психологической устойчивости сотрудников может включать индивидуальные беседы с подчинёнными, анализ служебной нагрузки, профилактику конфликтов, поддержку наставничества, организацию занятий по цифровой

безопасности, развитие навыков эмоционально-волевой саморегуляции, взаимодействие с психологами и формирование благоприятного морально-психологического климата. Важно, чтобы эти меры носили не формальный, а системный характер.

В условиях информационных и цифровых угроз руководитель органов внутренних дел выступает ключевым субъектом обеспечения психологической устойчивости личного состава. Его деятельность должна объединять административное управление, психологическую поддержку, цифровую грамотность, коммуникативную культуру и профилактику профессионального стресса. Психологическая устойчивость сотрудников ОВД в современных условиях зависит не только от индивидуальных качеств самих сотрудников, но и от качества управленческой среды. Руководитель, способный рационально организовать службу, поддерживать здоровый климат в коллективе, предупреждать эмоциональное перенапряжение и формировать культуру информационной безопасности, создаёт необходимые условия для эффективной и устойчивой профессиональной деятельности личного состава.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии «Цифровой Узбекистан — 2030» и мерах по ее эффективной реализации : Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 г. № УП-6079 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. — URL: https://lex.uz/ru/docs/5031048
2. О кибербезопасности : Закон Республики Узбекистан от 15 апреля 2022 г. № ЗРУ-764 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. — URL: https://lex.uz/ru/docs/5960609
3. Руководящие принципы по охране психического здоровья на рабочем месте. — Женева : Всемирная организация здравоохранения, 2022. — URL: https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052
4. Mental health at work : fact sheet / World Health Organization. — 2024. — URL: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work
5. Violanti J. M. Law enforcement suicide: a review / J. M. Violanti, S. L. Owens, E. McCanlies, D. Fekedulegn, M. E. Andrew // Policing: An International Journal. — 2019. — Vol. 42, № 2. — P. 141–164.
6. Queirós C. Burnout and stress measurement in police officers: literature review and a study with the Operational Police Stress Questionnaire / C. Queirós, F. Passos, A. Bįrtolo, S. Faria, S. M. Fonseca, A. J. Marques, C. F. Silva, A. Pereira // Frontiers in Psychology. — 2020. — Vol. 11. — Article 587. — URL: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00587/full
7. Afzal M. Coping with digital transformation in frontline public services: evidence from policing digitalization / M. Afzal // Government Information Quarterly. — 2024. — Vol. 41, № 2. — Article 101921.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ НЕСТАБИЛЬНОСТИ БРАКА В МОЛОДЫХ СЕМЬЯХ УЗБЕКИСТАНА

Азиза Хасанбекова

Соискатель Узбекского национального педагогического университета им. Низами

Аннотация. В данной статье рассматриваются социально-психологические факторы нестабильности брака в молодых семьях Узбекистана. Анализируются изменения семейных ценностей в условиях модернизации общества, влияние ценностных конфликтов, эмоциональной незрелости супругов и трансформации гендерных ролей на устойчивость брака. Особое внимание уделяется сочетанию традиционных и современных ценностных ориентаций в узбекских семьях. На основе анализа научной литературы и статистических данных определены основные причины семейных конфликтов и предложены направления профилактики разводов среди молодых супругов.

Ключевые слова: *молодая семья, брак, развод, семейные ценности, ценностные ориентации, семейные конфликты, Узбекистан, социально-психологические детерминанты.*

Семья традиционно считается важнейшим социальным институтом общества, обеспечивающим социализацию личности, эмоциональную поддержку и передачу культурных ценностей. Однако в современных условиях институт семьи переживает значительные изменения. Особенно заметны данные процессы в молодых семьях, где наблюдается столкновение традиционных представлений о браке и современных ценностных установок. По мнению Антонова Анатолия Ивановича, устойчивость брака определяется не только материальными условиями, но и уровнем психологической готовности супругов к семейной жизни [2]. Исследователь подчеркивает, что изменение общественных ценностей влияет на восприятие семьи и брака молодежью.

В Узбекистане молодая семья продолжает сохранять элементы традиционной культуры, однако влияние процессов глобализации, урбанизации и цифровизации приводит к трансформации семейных отношений. Современная молодежь стремится к личностной самореализации, независимости и эмоциональному комфорту, что нередко вступает в противоречие с традиционными семейными ожиданиями.

Согласно исследованиям Дилором Юсуповой, в молодых семьях Узбекистана одной из наиболее распространенных причин конфликтов является несоответствие ожиданий супругов относительно семейных ролей [6]. Это проявляется в вопросах распределения обязанностей, финансовой ответственности и взаимодействия с родственниками.

Основные социально-психологические причины нестабильности брака

Причины	Уровень влияния
Ценностные конфликты	Высокий
Недостаток коммуникации	Высокий
Экономические трудности	Средний
Давление со стороны родственников	Высокий
Эмоциональная незрелость	Высокий
Несовпадение жизненных целей	Средний

Как видно из таблицы, наиболее значимыми факторами выступают ценностные различия между супругами и недостаток эффективной коммуникации.

Американский семейный психолог Вирджиния Сатир считала, что качество внутрисемейного общения определяет эмоциональный климат семьи [5]. Отсутствие доверительного общения постепенно приводит к эмоциональной дистанции, взаимным обидам и конфликтам.

В современных молодых семьях Узбекистана также усиливается проблема эмоциональной незрелости супругов. Многие молодые люди оказываются недостаточно подготовленными к семейной жизни и не обладают навыками конструктивного разрешения конфликтов.

По мнению Минухина Сальвадора, семья представляет собой систему взаимосвязанных ролей и границ [3]. Нарушение семейного баланса, чрезмерное вмешательство родителей и отсутствие четкого распределения обязанностей становятся факторами нестабильности брака.

Основные причины конфликтов в молодых семьях Узбекистана

- Ценностные различия — 30%
- Финансовые трудности — 20%
- Вмешательство родственников — 18%
- Недостаток взаимопонимания — 17%
- Ревность и недоверие — 10%
- Другие причины — 5%

Данные графика показывают, что ведущую роль играют именно ценностные и психологические факторы.

Особое значение в современных условиях приобретает трансформация семейных ценностей. Ранее узбекская семья строилась преимущественно на коллективистских принципах, уважении к старшим и четком распределении ролей между супругами. Однако сегодня усиливается влияние индивидуалистических установок, ориентированных на личные интересы и профессиональную самореализацию.

Исследования Абдурахмановой Мавлюды показывают, что современная молодежь все чаще рассматривает брак как союз, основанный прежде всего на

эмоциональной близости и личностной совместимости [1]. Это значительно изменяет отношение к браку и повышает требования супругов друг к другу.

Сравнение традиционной и современной модели семьи

Традиционная семья	Современная семья
Коллективизм	Индивидуализм
Четкое распределение ролей	Гибкость ролей
Авторитет старших	Партнерские отношения
Приоритет семьи	Личная самореализация
Стабильность брака	Рост конфликтности

Современные изменения создают противоречивую ситуацию. С одной стороны, молодые супруги стремятся сохранить традиционные ценности, а с другой — ориентируются на современные модели отношений. Подобное сочетание ценностей нередко становится причиной внутреннего конфликта семьи.

Согласно статистическим данным Oila va xotin-qizlar qo‘mitasi, значительная часть разводов приходится именно на первые годы совместной жизни [4]. Это свидетельствует о трудностях адаптации молодых супругов к семейным обязанностям и совместному проживанию.

Период наибольшего риска разводов

- Первый год брака — 35%
- 2–3 год брака — 40%
- 4–5 год брака — 15%
- Более 5 лет — 10%

Наиболее кризисным периодом являются первые три года брака, когда супруги проходят этап взаимной адаптации.

Одной из важных проблем молодых семей является недостаточная психологическая готовность к браку. Молодые люди часто вступают в брак, руководствуясь эмоциональными мотивами, не осознавая в полной мере ответственности семейной жизни.

Кроме того, в узбекском обществе значительное влияние сохраняют родственники супругов. Вмешательство родителей в семейные отношения иногда способствует сохранению семьи, однако в ряде случаев становится причиной конфликтов между супругами.

В современных условиях особую актуальность приобретает психологическая помощь молодым семьям. Необходимыми направлениями профилактики нестабильности брака являются:

- развитие семейного консультирования;
- подготовка молодежи к браку;
- формирование культуры семейной коммуникации;
- психологические тренинги для молодых супругов;

- поддержка молодых семей со стороны общества и государства.

Особое значение имеет формирование у молодежи адекватных представлений о семье и браке. Подготовка к семейной жизни должна включать развитие эмоциональной зрелости, ответственности и навыков конструктивного взаимодействия.

Заключение

Таким образом, нестабильность брака в молодых семьях Узбекистана обусловлена комплексом социально-психологических факторов. Наиболее значимыми детерминантами выступают трансформация семейных ценностей, эмоциональная незрелость супругов, недостаток коммуникации и ценностные конфликты.

Современная молодая семья находится в условиях сочетания традиционных и современных ценностных моделей, что нередко вызывает внутренние противоречия и семейные кризисы. Исследование показало, что устойчивость брака во многом зависит от психологической готовности супругов к семейной жизни, способности к взаимопониманию и согласованности жизненных целей. Для укрепления института семьи в Узбекистане необходим комплексный подход, включающий развитие семейного консультирования, психологической поддержки молодежи и программ подготовки к браку. Важным условием стабильности семьи является сохранение национальных ценностей при одновременном учете современных социальных изменений.

Список литературы

1. Абдурахманова Мавлюда Психология семейных отношений молодежи. — Ташкент, 2021.
2. Антонов Анатолий Иванович Социология семьи. — Москва, 2019.
3. Минухин Сальвадор Семья и семейная терапия. — Москва, 2014.
4. Oila va xotin-qizlar qo‘mitasi Статистические материалы по вопросам семьи и брака. — Ташкент, 2023.
5. Сатир Вирджиния. Психотерапия семьи. — Санкт-Петербург, 2012.
6. Юсупова Дилором. Социально-психологические проблемы современной семьи в Узбекистане. — Ташкент, 2020

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЛИЧНОСТНОГО САМОРАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Хожагельдиева Барно

Национального Университет имени Мирзо Улугбека, магистрант
E-mail:hozageldievab@gmail.com

Аннотация: В статье рассматриваются социально-психологические аспекты личностного саморазвития студентов в условиях цифровизации

образовательной среды. Анализируется влияние цифровой среды на психологическое здоровье, социальную адаптацию и личностное развитие студентов. Подчеркивается значимость социальной поддержки, самоактуализации и психологической устойчивости в условиях информационного общества.

***Ключевые слова**: личностное саморазвитие, студенты, цифровизация образовательной среды, психологическое здоровье, социально-психологическая адаптация, самоактуализация, информационное общество.*

Современная образовательная среда предоставляет студентам широкие возможности для профессионального и личностного роста. Использование цифровых платформ, онлайн-курсов, электронных образовательных ресурсов и социальных сетей способствует расширению доступа к информации, развитию самостоятельности и навыков самообразования. Однако одновременно с этим увеличивается уровень информационной нагрузки, возрастает эмоциональное напряжение, наблюдаются трудности в организации межличностного взаимодействия и саморегуляции поведения. Постоянное пребывание в цифровом пространстве может сопровождаться тревожностью, эмоциональным истощением и снижением психологической устойчивости личности.

Как отмечает А.Г. Асмолов, развитие личности в современных условиях невозможно рассматривать вне социального и культурного контекста, поскольку именно образовательная среда оказывает значительное влияние на формирование личностных качеств и жизненных установок человека [1]. В условиях цифровизации образовательная среда становится не только источником получения знаний, но и важным фактором формирования ценностных ориентаций, мотивации и способности к саморазвитию.

Период студенчества является важным этапом личностного становления человека. Именно в это время происходит активное развитие самосознания, профессиональной идентичности, самостоятельности и способности к осознанному построению жизненной стратегии. Студенты сталкиваются с необходимостью адаптации к новым условиям обучения, высоким требованиям образовательной среды и постоянным изменениям в информационном пространстве. В связи с этим возрастает значение внутренних психологических ресурсов личности, обеспечивающих успешное саморазвитие и психологическое благополучие.

Одним из важнейших факторов личностного саморазвития студентов выступает социально-психологическая адаптация. Успешная адаптация позволяет личности эффективно взаимодействовать с окружающей средой, сохранять эмоциональную устойчивость и реализовывать собственный потенциал. По мнению А.А. Реана, социально-психологическая адаптация тесно связана с особенностями межличностного взаимодействия, эмоционального состояния и уровнем психологической устойчивости личности [6]. В условиях цифровизации образовательной среды проблема адаптации студентов приобретает особую значимость, поскольку современная

молодежь сталкивается с необходимостью постоянного освоения новых форм коммуникации. Не менее важным фактором выступает социальная поддержка, которая способствует формированию чувства психологической защищенности и уверенности в собственных возможностях. Поддержка со стороны семьи, друзей, преподавателей и учебного коллектива помогает студентам преодолевать стрессовые ситуации и сохранять психологическое благополучие. А.Б. Холмогорова отмечает, что наличие социальной поддержки снижает уровень эмоционального напряжения и способствует развитию устойчивости личности к неблагоприятным воздействиям среды [5].

В современных условиях особую роль играет также социальный интеллект личности. Развитый социальный интеллект обеспечивает способность понимать эмоциональные состояния других людей, выстраивать конструктивное общение и эффективно взаимодействовать в различных социальных ситуациях. В цифровой образовательной среде, где значительная часть коммуникации осуществляется посредством электронных средств общения, способность к эффективному социальному взаимодействию приобретает особую значимость.

Важнейшим компонентом личностного саморазвития является самоактуализация личности. В гуманистической психологии самоактуализация рассматривается как стремление человека к раскрытию собственных возможностей и реализации внутреннего потенциала. По мнению Д.А. Леонтьева, личностный потенциал представляет собой систему психологических ресурсов, обеспечивающих способность личности к саморазвитию и самореализации [3].

М.А. Щукина подчеркивает, что процесс саморазвития личности связан с активной субъектной позицией человека, его стремлением к личностному росту и самосовершенствованию [4]. В условиях цифровизации образовательной среды саморазвитие студентов становится непрерывным процессом, требующим высокой степени самостоятельности, саморегуляции и ответственности.

Одним из показателей личностного саморазвития выступает инициатива к личностному росту, отражающая готовность личности к осознанным изменениям и самосовершенствованию. Студенты, обладающие высоким уровнем инициативы к личностному росту, более активно включаются в образовательную деятельность, легче адаптируются к изменениям и успешнее преодолевают возникающие трудности. Развитие инициативы к личностному росту способствует формированию психологической устойчивости и повышению эффективности учебной деятельности.

Следует отметить, что цифровизация образовательной среды оказывает как положительное, так и отрицательное влияние на процессы личностного саморазвития студентов. С одной стороны, цифровые технологии расширяют возможности получения информации, способствуют развитию гибкости мышления и самостоятельности. С другой стороны, чрезмерная информационная нагрузка может приводить к снижению концентрации внимания, эмоциональному перенапряжению и ухудшению качества

межличностного общения. В связи с этим важное значение приобретает развитие психологических механизмов саморегуляции и устойчивости личности к стрессовым воздействиям информационной среды.

Таким образом, личностное саморазвитие студентов в условиях цифровизации образовательной среды представляет собой сложный и многогранный процесс, зависящий от комплекса социально-психологических факторов. Важную роль в данном процессе играют социально-психологическая адаптация, социальная поддержка, социальный интеллект, самоактуализация и инициатива к личностному росту. Изучение данных факторов позволяет более глубоко понять механизмы формирования психологического благополучия и устойчивости личности студентов в условиях современного информационного общества.

Используемые литературы:

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека // Культурно-историческая психология. 2007. № 4. – С. 28–35.

2. Пирсиянцева С.В., Артеменков С.Л. Психологическое благополучие и социально-психологическая адаптация студентов // Психологическая наука и образование. 2019. № 2. С. 64–73.

3. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал как ресурс саморазвития личности // Психологическая диагностика.- 2011. – №1. С. 10-19.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ С ДЕТЬМИ В ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ

Шомуродова Махфуза

Соискатель Узбекского национального педагогического университета им. Низами

Аннотация. В статье рассматриваются особенности эмоциональных отношений родителей с детьми в полных и неполных семьях. Анализируются показатели доверия, эмоциональной близости, дистанции и напряжения в детско-родительских отношениях. Особое внимание уделяется влиянию стилей привязанности родителей на эмоциональный климат семьи. Эмпирическое исследование проводилось среди родителей, воспитывающих детей в возрасте от 5 до 14 лет. Полученные результаты показали, что в неполных семьях чаще наблюдаются тревожность, эмоциональная дистанция и напряженность отношений, тогда как в полных семьях выше уровень доверия и эмоциональной близости. Результаты исследования могут быть использованы в деятельности психологов, педагогов и семейных консультантов.

Ключевые слова: *эмоциональные отношения, привязанность, полные семьи, неполные семьи, эмоциональная близость, тревога привязанности, детско-родительские отношения.*

Введение. В современных условиях проблема эмоциональных отношений между родителями и детьми приобретает особую актуальность. Семья является первой социальной средой ребенка, в которой формируются базовое доверие к миру, эмоциональная устойчивость и особенности межличностного взаимодействия. Качество детско-родительских отношений оказывает непосредственное влияние на психологическое благополучие ребенка, его самооценку, уровень тревожности и способность к социальной адаптации. Особую значимость данная проблема приобретает в связи с увеличением количества неполных семей и изменением структуры семейных отношений. Эмоциональный климат семьи становится одним из важнейших факторов гармоничного развития личности ребенка. Согласно теории привязанности Дж. Боулби, ранний эмоциональный контакт с родителями формирует внутренние модели отношений, влияющие на дальнейшее развитие личности и характер взаимодействия с окружающими.

Целью данного исследования является сравнительный анализ эмоциональных отношений родителей с детьми в полных и неполных семьях.

Теоретические основы исследования

Эмоциональные отношения родителей с детьми представляют собой систему устойчивых эмоциональных связей, включающих доверие, эмоциональную близость, поддержку, уровень дистанции и эмоционального напряжения. Особенности этих отношений во многом определяются стилем привязанности родителей.

Безопасный стиль привязанности характеризуется эмоциональной устойчивостью, принятием ребенка и способностью поддерживать доверительные отношения. Родители с безопасным типом привязанности способны создавать атмосферу психологической безопасности, что способствует гармоничному развитию личности ребенка.

Тревожный стиль привязанности проявляется в гиперопеке, эмоциональной непоследовательности и повышенном контроле. Такие родители часто испытывают страх эмоционального отдаления ребенка, что приводит к напряженности отношений.

Избегающий стиль привязанности связан с эмоциональной дистанцией, недостаточной вовлеченностью в переживания ребенка и трудностями эмоционального контакта.

В исследовании подчеркивается, что в неполных семьях показатели тревоги привязанности и избегания близости значительно выше, чем в полных семьях.

Организация и методы исследования

В таблице представлены методики по принципу перехода от базовых параметров привязанности к характеристикам эмоциональных отношений с ребенком. Это позволяло сначала зафиксировать, как родитель переживает

близость и эмоциональную доступность, а затем сопоставить эти параметры с тем, как организован эмоциональный контакт с ребенком.

Психодиагностический инструментарий исследования

Методика	Автор / источник	Что измеряет	Шкалы	Функция в исследовании
Адаптированный оп-росник «Опыт близких отно-шений»	К. Бреннан, С. Кларк, Ф. Шейвер; русскоязычная адаптация — К.А. Чисто-польская, О.В. Митина, С.Н. Ениколопов и др.; авторская адаптация к системе детско-родительской связи	Параметры привязанности взрослого в отношениях с ребенком	Тревога привязанности; избегание близости	Исходная диагностика стилевых параметров привязанности и построение профилей
Авторский опросник оценки эмоциональных отношений родителя с ребенком	М.Шомуродова	Общую структуру эмоциональных отношений родителя с ребенком	Доверие; эмоциональная близость; дистанция; напряжение	Фиксация эмоционального фона детско-родительского контакта и его проблемных зон
Опросник привязанности к родителям	М.Э. Кенни	Субъективное переживание отношений с родителями и семейный контекст привязанности	Качество аффективной связи; родительская поддержка; поощрение автономии	Дополнительная межпоколенная диагностика привязанности
Детский опросник привязанности / опросник привязанности центра Kinship	Э.С. Каппен-берг, Д.Ф. Хал-перн	Характер детской привязанности и особенности опоры на взрослого	Позитивная адаптация; дистанцирование от поддержки взрослого; эмоциональная реактивность; проблемное поведение	Дополнительная оценка детской стороны привязанности
Опросник шкал отношений	Д. Гриффин, К. Бартоломью	Общий стиль взрослой привязанности в разных значимых отношениях	Безопасный; тревожный; избегающий; боязливый профили / модели Я и Другого	Уточняющая диагностика взрослой привязанности и сопоставление профилей

В исследовании использовался комплекс психодиагностических методик, направленных на изучение стилей привязанности родителей и особенностей эмоциональных отношений с детьми. Основное внимание уделялось показателям доверия, эмоциональной близости, дистанции, напряжения, тревоги привязанности и избегания близости.

Обсуждение результатов

Результаты исследования подтверждают положения теории привязанности о значении эмоциональной безопасности в развитии личности ребенка. В полных семьях родители чаще способны обеспечивать стабильный

эмоциональный контакт, поддерживать доверие и эмоциональную близость. В неполных семьях эмоциональные отношения нередко осложняются высоким уровнем тревожности, эмоциональной перегруженностью и недостатком психологической поддержки. Это может приводить к формированию эмоциональной дистанции между родителем и ребенком. Однако необходимо отметить, что сама структура семьи не является единственным фактором, определяющим качество отношений. Важную роль играют личностные особенности родителей, стиль привязанности, уровень эмоциональной зрелости и способность к поддержанию психологически безопасного контакта с ребенком.

Полученные данные имеют важное практическое значение для деятельности школьных психологов, педагогов и специалистов семейного консультирования.

Заключение.

Таким образом, проведенное исследование позволило выявить особенности эмоциональных отношений родителей с детьми в полных и неполных семьях. Полученные результаты показали, что структура семьи оказывает значительное влияние на характер эмоционального взаимодействия между родителями и детьми, уровень доверия, эмоциональной близости и психологического напряжения. В ходе исследования было установлено, что в полных семьях чаще наблюдаются более благоприятные эмоциональные отношения, основанные на доверии, стабильности эмоционального контакта и взаимной поддержке.

Родители из полных семей в большей степени демонстрируют эмоциональную устойчивость, способность поддерживать безопасный эмоциональный контакт с ребенком и создавать благоприятный психологический климат в семье. Для таких семей характерны более высокий уровень эмоциональной близости и более низкие показатели эмоциональной дистанции и напряженности отношений.

В неполных семьях были выявлены повышенные показатели тревоги привязанности, эмоциональной дистанции и напряженности детско-родительских отношений. Родители чаще испытывали эмоциональную перегруженность, тревожность и трудности эмоционального взаимодействия с ребенком. В отдельных случаях наблюдались признаки гиперопеки, эмоциональной нестабильности или, напротив, эмоциональной отстраненности. Результаты исследования подтверждают, что эмоциональный климат семьи играет важную роль в психологическом развитии ребенка, формировании чувства безопасности, доверия к окружающим и способности к построению гармоничных межличностных отношений. Полученные данные также свидетельствуют о необходимости психологической поддержки семей, направленной на развитие безопасных эмоциональных отношений между родителями и детьми, снижение эмоционального напряжения, укрепление доверия и формирование благоприятной семейной атмосферы.

Список литературы

1. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. — М.: Академический проект, 2004.
2. Эйнсворт М. Привязанность и эмоциональное развитие ребенка. — СПб.: Питер, 2003.
3. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. — М.: Гардарики, 2019.
4. Авдеева Н.Н., Хаймовская Н.А. Развитие личности ребенка в условиях семейного воспитания. — М., 2003.

OILAVIY MUNOSABATLARDA TOLERANTLIK VA ALTRUISTIK MOTIVATSIYANING PSIXOLOGIK OMILLARI

Xatamova Ferangiz Ibodulloyevna

Oriental universiteti "Uzluksiz ta'lim pedagogikasi" kafedrasi o'qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada oilaviy munosabatlarda tolerantlik va altruistik motivatsiyaning nazariy-psixologik asoslari hamda er-xotin munosabatlaridagi namoyon bo'lish xususiyatlari tahlil qilingan. Sharq mutafakkirlari, xorij va mahalliy olimlarning bag'rikenglik, empatiya, beg'araz yordam va oilaviy hamkorlik haqidagi qarashlari umumlashtirilgan. Andijon, Buxoro va Samarqand viloyatlaridagi 115 ta yosh oila, jami 230 nafar respondent ishtirokida olingan empirik natijalar asosida altruistik motivatsiyaning konfliktli vaziyatlardagi murosalilik, rolli moslashuvchanlik, bola tarbiyasidagi hamkorlik, shaxsiy mustaqillikni qabul qilish hamda oilaviy qadriyatlar bilan bog'liqligi ochib berilgan.

Kalit so'zlar: *oilaviy munosabatlar, tolerantlik, altruistik motivatsiya, empatiya, konflikt, oilaviy qadriyatlar, kreativlik, hamkorlik, rolli moslashuvchanlik.*

Аннотация: В статье проанализированы теоретико-психологические основы толерантности и альтруистической мотивации в семейных отношениях, а также особенности их проявления во взаимодействии супругов. Обобщены взгляды восточных мыслителей, зарубежных и отечественных ученых на терпимость, эмпатию, бескорыстную помощь и семейное сотрудничество. На основе эмпирических данных, полученных при участии 230 респондентов из 115 молодых семей Андижанской, Бухарской и Самаркандской областей, раскрыта связь альтруистической мотивации с уступчивостью в конфликтных ситуациях, ролевой гибкостью, сотрудничеством в воспитании детей, принятием личной самостоятельности и семейными ценностями.

Ключевые слова: *семейные отношения, толерантность, альтруистическая мотивация, эмпатия, конфликт, семейные ценности, креативность, сотрудничество, ролевая гибкость.*

Abstract: The article analyzes the theoretical and psychological foundations of tolerance and altruistic motivation in family relationships and their manifestations

in spousal interaction. The views of Eastern thinkers, international scholars, and local researchers on tolerance, empathy, selfless assistance, and family cooperation are synthesized. Empirical findings obtained from 230 respondents representing 115 young families in the Andijan, Bukhara, and Samarkand regions reveal the relationship of altruistic motivation with compromise in conflict situations, role flexibility, cooperation in child-rearing, acceptance of personal autonomy, and family values.

Keywords: *family relationships, tolerance, altruistic motivation, empathy, conflict, family values, creativity, cooperation, role flexibility.*

Kirish.

Oila shaxsning ijtimoiylashuvi, axloqiy qadriyatlari, emotsional barqarorligi va o‘zaro munosabatlar tajribasi shakllanadigan birlamchi ijtimoiy makondir. Oilaviy hayotda turmush o‘rtoqlarning individual ehtiyojlari, qarashlari va rollari doimo bir xil bo‘lmasligi sababli o‘zaro hurmat, sabr, kelishuv va hamkorlikni ta’minlaydigan psixologik mexanizmlarga ehtiyoj yuzaga keladi. Ana shunday mexanizmlardan biri tolerantlik bo‘lib, u boshqacha fikr va xulqni passiv ravishda ko‘tarish emas, balki turmush o‘rtog‘ining shaxsiy qadr-qimmati, huquqi va ehtiyojlarini tan olgan holda konstruktiv muloqot o‘rnatishga qaratilgan faol pozitsiyani ifodalaydi [1; 2].

Altruistik motivatsiya shaxsning boshqa inson manfaatini hisobga olish, yordam berish, qo‘llab-quvvatlash va hamdardlik ko‘rsatishga ichki tayyorligini anglatadi. Oilaviy munosabatlarda ushbu motivatsiya g‘amxo‘rlik, mas’uliyatni bo‘lishish, ziddiyatlarda murosali qaror qabul qilish va oila a’zolarining psixologik farovonligini saqlash orqali namoyon bo‘ladi. Tolerantlik munosabatni tartibga soluvchi ijtimoiy-psixologik pozitsiya bo‘lsa, altruistik motivatsiya mazkur pozitsiyani real xulqqa aylantiruvchi ichki harakatlantiruvchi kuch sifatida qaraladi [3; 4].

Tadqiqotning maqsadi oilaviy munosabatlarda tolerantlik va altruistik motivlarning nazariy asoslarini tizimlashtirish, er-xotin munosabatlarida altruistik motivatsiya bilan konflikt reaksiyalari hamda oilaviy qadriyatlar o‘rtasidagi bog‘liqliklarni tahlil qilishdan iborat.

Tolerantlik va altruistik motivlarning nazariy-psixologik asoslari

Sharq tafakkurida oila insonning axloqiy kamoloti va ijtimoiy mas’uliyati shakllanadigan muqaddas muhit sifatida talqin etilgan. Abu Nasr Farobiy insonlar o‘rtasidagi hamjihatlik, o‘zaro yordam va ezgulikni fozil jamiyatning asosiy sharti deb bilgan. Uning qarashlarida shaxsiy manfaatni umumiy farovonlik bilan uyg‘unlashtirish insoniy yetuklik mezoni sifatida namoyon bo‘ladi [5]. Alisher Navoiy mehr, saxovat, muruvvat va kechirimlilikni insonning ma’naviy qadrini belgilovchi fazilatlar sifatida ko‘rsatgan. Ushbu g‘oyalar oilada o‘zaro yordam, hurmat va bag‘rikenglikni mustahkamlashning tarixiy-ma’naviy asosini tashkil qiladi [6].

G‘arb psixologiyasida G. Ollport tolerant shaxsni fikrlashda moslashuvchan, boshqalarni yaxlit holda qabul qila oladigan, o‘ziga va atrofdagilarga nisbatan xavfsiz munosabatga ega shaxs sifatida tavsiflaydi [7]. K. Rodjers empatiya va

shartsiz ijobiy qabulni insonparvar munosabatlarning markaziy sharti deb hisoblab, shaxsning boshqani tushunishi va o‘z hissiy reaksiyalarini boshqarishi konstruktiv aloqalarni kuchaytirishini ta’kidlaydi [8]. C.D. Batsonning empatiya-altruizm gipotezasiga ko‘ra, boshqa insonning kechinmalarini his qilish yordam berishga qaratilgan ichki, manfaatdan xoli motivni faollashtiradi [9].

Mahalliy psixologik yondashuvlarda tolerantlik va altruizm shaxsning ijtimoiy mas’uliyati, milliy-ma’naviy qadriyatlari, empatiyasi va muloqot madaniyati bilan bog‘liq holda o‘rganiladi. Tolerantlik oilada tomonlardan birining o‘z manfaatidan voz kechishi emas, balki o‘z ehtiyojlarini turmush o‘rtog‘ining manfaatlari bilan muvofiqlashtirish madaniyatidir. Altruistik xulq esa tashqi majburiyatdan ko‘ra ichki e’tiqod, rahmdillik va ijtimoiy mas’uliyat asosida barqarorlashgandagina oilaviy munosabatlarning psixologik resursiga aylanadi [10; 11].

Nazariy tahlil tolerantlikning kognitiv, emotsional va xulqiy tarkibiy qismlari mavjudligini ko‘rsatadi. Kognitiv komponent turmush o‘rtog‘ining pozitsiyasini tushunish va vaziyatni bir tomonlama baholamaslikni; emotsional komponent empatiya, hissiy qabul va salbiy reaksiyalarni boshqarishni; xulqiy komponent esa hamkorlik, murosa, yordam va konstruktiv muloqotni o‘z ichiga oladi. Altruistik motivatsiya mazkur tarkibiy qismlarni o‘zaro bog‘lab, tolerantlikning barqaror oilaviy xulqda namoyon bo‘lishiga xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi va tashkil etilishi

Empirik tadqiqot Andijon viloyatidan 37 ta oila (74 nafar), Buxoro viloyatidan 38 ta oila (76 nafar) va Samarqand viloyatidan 40 ta oila (80 nafar) ishtirokida tashkil etildi. Umumiy tanlanma 115 ta yosh oila, ya’ni 115 nafar erkak va 115 nafar ayol — jami 230 respondentdan iborat.

Tadqiqotda suhbat va kuzatish, “Oilaviy munosabatlardagi tolerantlikni aniqlash” mualliflik so‘rovnomasi, G.U. Soldatova va hammualliflarning “Shaxs tolerantligi indeksi”, S.K. Nortova-Bochaverning “Altruizm motivatsiyasi”, Yu.E. Alyoshina va L.Ya. Gozmanning “Nizoli vaziyatlarda er-xotin o‘zaro munosabatining xarakteri” hamda I.G. Seninning “Terminal qadriyatlar” so‘rovnomalaridan foydalanildi. Ma’lumotlar MS Excel va SPSS 22.0 dasturlarida qayta ishlandi; taqsimot Kolmogorov-Smirnov mezoni, guruhlararo farqlar Mann-Uitni U-mezoni, ko‘rsatkichlararo aloqalar esa Spirmenning rs-korrelyatsiya koeffitsienti yordamida baholandi [2; 12].

Tadqiqot natijalari va ularning tahlili

Er-xotin munosabatlaridagi konfliktli vaziyatlar bilan tolerantlik ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi aloqalar altruistik motivatsiya darajasiga qarab differensial xususiyat kasb etdi. Yuqori altruistik motivatsiyaga ega erkaklarda bola tarbiyasi bilan bog‘liq konstruktiv munosabat etnik tolerantlik bilan rs=0,622 va tolerantlikning shaxsiy komponenti bilan rs=0,534 darajasida ijobiy bog‘landi. Rolli kutuvlarning buzilishi bilan shaxsiy tolerantlik o‘rtasida rs=-0,544 darajasidagi manfiy aloqa qayd etildi. Bu natija shaxsiy tolerantlik ortishi bilan qat’iy rolli stereotiplarga bog‘lanish va ulardan chetga chiqishga keskin reaksiya bildirish kamayishini anglatadi.

Ayollarda yuqori altruistik motivatsiya sharoitida bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat etnik tolerantlik bilan rs=0,339, ijtimoiy tolerantlik bilan rs=0,337 va shaxsiy tolerantlik bilan rs=0,301 darajasida ijobiy bog‘landi. Shaxsiy mustaqillikni qabul qilish bilan tolerantlik ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi rs=0,259 darajasidagi aloqa ayollarda altruistik motivatsiya kuchaygan sari turmush o‘rtog‘ining individual hududi va qarorlariga hurmat ortishini ko‘rsatadi.

1-jadval. Yuqori altruistik motivatsiyada tolerantlik va konflikt reaksiyalari o‘rtasidagi tanlangan korrelyatsiyalar

Guruh	Konflikt ko‘rsatkichi	Tolerantlik komponenti	rs	Psixologik mazmuni
Erkaklar	Bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat	Etnik tolerantlik	0,622*	Hamkorlik va umumiy mas’uliyat kuchayadi
Erkaklar	Bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat	Shaxsiy tolerantlik	0,534*	Tolerantlik barqaror shaxsiy pozitsiyaga aylanadi
Erkaklar	Rolli kutuvlarning buzilishi	Shaxsiy tolerantlik	-0,544*	Qat’iy rolli stereotiplarga bog‘liqlik kamayadi
Ayollar	Bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat	Etnik tolerantlik	0,339**	Empatik hamkorlik va qabul qilish ortadi
Ayollar	Bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat	Ijtimoiy tolerantlik	0,337**	Murosali muloqot va hamkorlik kuchayadi
Ayollar	Bola tarbiyasiga konstruktiv munosabat	Shaxsiy tolerantlik	0,301**	Konstruktiv oilaviy pozitsiya barqarorlashadi
Ayollar	Shaxsiy mustaqillikni qabul qilish	Tolerantlik ko‘rsatkichlari	0,259*	Turmush o‘rtog‘ining individual hududi tan olinadi

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

Past altruistik motivatsiya kuzatilgan holatlarda tolerantlikning ayrim komponentlari rashk, ustunlikka intilish, qat’iy rolli kutuvlar va konfliktli reaksiyalar bilan manfiy bog‘lanishi aniqlandi. Bu holat altruistik motivlar yetarli darajada shakllanmaganida turmush o‘rtog‘ining ehtiyojlarini hisobga olish susayishi, o‘z pozitsiyasini mutlaq deb qabul qilish va munosabatlarni nazorat qilishga intilish kuchayishi mumkinligini ko‘rsatadi. Demak, altruistik motivatsiya konfliktli vaziyatlarda nafaqat yordam berish istagi, balki emotsional o‘zini boshqarish va murosali qaror qabul qilishning ichki psixologik tayanchi hisoblanadi.

Oilaviy qadriyatlar bilan bog‘liq natijalar altruistik motivatsiyaning tolerantlikni passiv moslashuvdan faol ijtimoiy-psixologik resursga aylantirishini

ko‘rsatdi. Altruistik motivatsiyasi yuqori erkaklarda etnik tolerantlik kreativlik bilan rs=0,587, ijtimoiy tolerantlik shaxsiy nufuz bilan rs=0,602 va faol ijtimoiy aloqalar bilan rs=0,612, shaxsiy tolerantlik esa kreativlik bilan rs=0,598 darajasida ijobiy bog‘landi.

Altruistik motivatsiyasi yuqori ayollarda etnik tolerantlik shaxsiy nufuz bilan rs=0,339, kreativlik bilan rs=0,336 va faol ijtimoiy aloqalar bilan rs=0,346 darajasida bog‘landi. Ijtimoiy tolerantlikning shaxsiy nufuz bilan aloqasi rs=0,399, faol ijtimoiy aloqalar bilan aloqasi rs=0,377 ni tashkil etdi. Shaxsiy tolerantlik kreativlik bilan rs=0,359 va o‘zini o‘zi rivojlantirish bilan rs=0,339 darajasida ijobiy bog‘landi.

2-jadval. Yuqori altruistik motivatsiyada tolerantlik va oilaviy qadriyatlar o‘rtasidagi korrelyatsiyalar

Guruh	Tolerantlik turi	Oilaviy qadriyat	rs	p
Erkaklar	Etnik tolerantlik	Kreativlik	0,587	≤0,05
Erkaklar	Ijtimoiy tolerantlik	Shaxsiy nufuz	0,602	≤0,05
Erkaklar	Ijtimoiy tolerantlik	Faol ijtimoiy aloqalar	0,612	≤0,05
Erkaklar	Shaxsiy tolerantlik	Kreativlik	0,598	≤0,05
Ayollar	Etnik tolerantlik	Shaxsiy nufuz	0,339	≤0,05
Ayollar	Etnik tolerantlik	Kreativlik	0,336	≤0,05
Ayollar	Etnik tolerantlik	Faol ijtimoiy aloqalar	0,346	≤0,05
Ayollar	Ijtimoiy tolerantlik	Shaxsiy nufuz	0,399	≤0,01
Ayollar	Ijtimoiy tolerantlik	Faol ijtimoiy aloqalar	0,377	≤0,01
Ayollar	Shaxsiy tolerantlik	Kreativlik	0,359	≤0,05
Ayollar	Shaxsiy tolerantlik	O‘zini o‘zi rivojlantirish	0,339	≤0,05

Erkaklarda aniqlangan nisbatan kuchli korrelyatsiyalar altruistik motivatsiya yuqori bo‘lganda tolerantlik shaxsiy faollik, yangilikka ochiqlik va jamiyatda konstruktiv mavqe egallash bilan uyg‘unlashishini ko‘rsatadi. Kreativlik bilan bog‘liqlik fikrlashdagi moslashuvchanlik turli nuqtai nazarlarni qabul qilishga yordam berishini, faol ijtimoiy aloqalar bilan bog‘liqlik esa tolerantlikning muloqot va hamkorlikda amaliy namoyon bo‘lishini anglatadi.

Ayollarda tolerantlikning oilaviy qadriyatlar bilan ko‘p yo‘nalishli bog‘lanishi altruistik motivatsiya emotsional mas’uliyat, ijtimoiy ochiqlik, shaxsiy rivojlanish va munosabatlarni saqlashga qaratilgan intilishlarni yagona psixologik tizimda birlashtirishini ko‘rsatadi. Ayniqsa ijtimoiy tolerantlikning faol ijtimoiy aloqalar bilan ijobiy aloqasi hamkorlikka tayyorlikni, shaxsiy tolerantlikning o‘zini o‘zi rivojlantirish bilan bog‘liqligi esa bag‘rikenglikning shaxsiy yetuklik bilan uyg‘unlashishini anglatadi.

Xulosa

1. Tolerantlik va altruistik motivatsiya oilaviy munosabatlarning barqarorligini ta’minlovchi o‘zaro bog‘liq psixologik determinantlar bo‘lib, ularning shakllanishida kognitiv, emotsional, motivatsion va ijtimoiy omillar birgalikda ishtirok etadi.

2. Altruistik motivatsiyaning yuqori darajasi er-xotin munosabatlarida murosalilik, bola tarbiyasidagi hamkorlik, rolli moslashuvchanlik va shaxsiy mustaqillikni qabul qilish bilan bog‘liq; uning past darajasi esa rashk, ustunlikka intilish va konfliktli reaksiyalar kuchayishi bilan tavsiflanadi.

3. Yuqori altruistik motivatsiyaga ega erkaklarda tolerantlik kreativlik, shaxsiy nufuz va faol ijtimoiy aloqalar bilan nisbatan kuchli bog‘lanib, shaxsiy-ratsional yo‘nalishni aks ettiradi.

4. Yuqori altruistik motivatsiyaga ega ayollarda tolerantlik shaxsiy nufuz, kreativlik, faol ijtimoiy aloqalar va o‘zini o‘zi rivojlantirish bilan bog‘lanib, emotsional-ijtimoiy integratsiyani namoyon etadi.

5. Oilaviy maslahat va psixoprofilaktik ishlar jarayonida empatik tinglash, turmush o‘rtog‘ining mustaqilligini tan olish, rollarni moslashuvchan taqsimlash, konfliktli vaziyatlarni konstruktiv muhokama qilish va o‘zaro yordam motivlarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratish maqsadga muvofiq.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Asmolov A.G. Na puti k tolerantnomu soznaniyu. – Moskva: Smysl, 2000. – 255 s.

2. Soldatova G.U., Shaygerova L.A. Psixodiagnostika tolerantnosti lichnosti. – Moskva: Smysl, 2008. – 172 s.

3. Bondyreva S.K., Kolesov D.V. Tolerantnost. – Voronej: NPO MODEK, 2003. – 240 s.

4. Atabayeva N.B. Shaxsda altruistik xulqni rivojlantirishning psixologik asoslari. – Toshkent: TDPU, 2022. – 66 b.

5. Abu Nasr Farobiy. Fozil odamlar shahri. – Toshkent: Fan, 1993. – B. 171–177.

6. Navoiy A. Mahbub ul-qulub // Asarlar. 15 tomlik. 13-tom. – Toshkent: Adabiyot va san’at, 1966. – B. 92–95.

7. Allport G.W. Pattern and Growth in Personality. – New York: Holt, Rinehart & Winston, 1961. – 593 p.

8. Rogers C.R. On Becoming a Person: A Therapist’s View of Psychotherapy. – Boston: Houghton Mifflin, 1991. – 420 p.

9. Batson C.D. The Altruism Question: Toward a Social-Psychological Answer. – Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1991. – 257 p.

10. Bafaev M.M. The Factors Influencing Formation of Tolerance Among Young People // Intellectual Archive. – 2017. – Vol. 6, No. 4. – P. 112–118.

11. G‘oziyev E.G‘. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008. – B. 288–292.

12. Myers D.G. Social Psychology. 10th ed. – New York: McGraw-Hill, 2010. – 768 p.

НАУЧНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ КИБЕРБУЛЛИНГ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

Абдукадирова Лаура Юльбарсовна

Университет точных и социальных наук, и.о. доцента кафедры социальных наук, PhD. г. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. В статье рассматривается проблема кибербуллинга среди подростков как актуальный психологический и социальный риск цифровой эпохи. Систематизированы результаты исследований учёных-психологов различных стран. Сформулированы выводы прикладного характера и предложены рекомендации для психологов школ и вузов.

Ключевые слова: *кибербуллинг, подростки, цифровая среда, психологическое благополучие, виктимизация, профилактика, мониторинг распространённости травли.*

O‘SMIRLAR O‘RTASIDA KIBERBULLINGNI O‘RGANISHNING ILMIY YONDASHUVLARI

Abduqodirova Laura Yulbarsovna

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti, ijtimoiy fanlar kafedrasi dotsenti v.b., PhD.

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘smirlar o‘rtasida kiberbulling muammosi raqamli davrning dolzarb psixologik va ijtimoiy xavflaridan biri sifatida ko‘rib chiqiladi. Turli mamlakatlar olim-psixologlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlar natijalari tizimlashtirilgan. Tadqiqot yakunida amaliy ahamiyatga ega xulosalar ishlab chiqilgan hamda maktab va oliy ta’lim muassasalari psixologlari uchun tavsiyalar taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: *kiberbulling, o‘smirlar, raqamli muhit, psixologik farovonlik, viktimizatsiya, profilaktika, zo‘ravonlik tarqalishini monitoring qilish.*

Одной из наиболее острых проблем современности стал кибербуллинг — систематическая травля с использованием цифровых средств коммуникации, которая, в отличие от традиционной школьной травли, не ограничена ни временем, ни местом.

Актуальность проблемы в международном масштабе подтверждается данными ведущих организаций. Согласно докладу ЮНЕСКО «Behind the numbers: ending school violence and bullying», около трети школьников мира подвергались травле в течение последнего месяца, а примерно каждый десятый — кибербуллингу [1]. В докладе ЮНЕСКО 2024 года подчёркивается, что в эпоху социальных сетей травля не прекращается за школьными воротами, а продолжается и усиливается в сети, тогда как комплексной правовой базой противодействия насилию в сфере образования располагает лишь незначительное число государств [2]. Опрос ЮНИСЕФ, охвативший молодёжь 30 стран, показал, что каждый третий молодой человек становился жертвой онлайн-травли, а каждый пятый из-за неё пропускал учебные занятия

[3]. Особую тревогу вызывает динамика явления: согласно отчёту ВОЗ в рамках исследования «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC, 2024), охватившему 44 страны Европы и Центральной Азии, с кибербуллингом сталкивается примерно каждый шестой подросток, и его распространённость заметно выросла по сравнению с 2018 годом [4].

Для современного Узбекистана проблема кибербуллинга особенно значима. Страна отличается одним из самых молодых населений в регионе, а уровень проникновения интернета на начало 2024 года достиг порядка 83% при числе пользователей около 29,5 млн человек [11]. В таких условиях вопросы безопасности детей и молодёжи в цифровой среде закономерно вошли в число государственных приоритетов. Стратегия «Узбекистан — 2030» определяет развитие человеческого капитала и поддержку молодёжи как одно из ключевых направлений государственной политики [5], а объявление 2024 года «Годом поддержки молодёжи и бизнеса» закрепило эти приоритеты в конкретной государственной программе [6]. Правовые гарантии защиты несовершеннолетних в информационном пространстве последовательно усиливаются: базовый Закон «О защите детей от информации, наносящей вред их здоровью» в редакциях последних лет [8] был дополнен нормами Закона № ЗРУ-829 от 11 апреля 2023 года, направленного на дальнейшее совершенствование защиты прав и законных интересов женщин и детей [7]. Указ Президента № УП-185 от 14 ноября 2024 года предусматривает дальнейшее совершенствование системы социальной защиты детей [9], а Стратегия «Цифровой Узбекистан — 2030» делает акцент на повышении цифровой грамотности населения [10] — компетенции, прямо связанной с устойчивостью подростков к онлайн-рискам.

Вместе с тем эмпирических национальных исследований кибербуллинга в Узбекистане пока недостаточно. Один из немногих отечественных обзоров — сравнительно-криминологический анализ Н. Собировой (2025) — констатирует, что распространённость кибербуллинга уже сопоставима с традиционной травлей, а в ряде стран превышает её; со ссылкой на данные PISA-2022 автор отмечает, что примерно каждый шестой школьник в Узбекистане регулярно сталкивается с травлей, что коррелирует со значимым снижением учебных результатов [20, с. 150]. Это определяет необходимость как расширения научных исследований, так и разработки практических мер психолого-педагогического сопровождения.

Анализ зарубежных и отечественных публикаций позволяет выделить несколько исследовательских традиций, сложившихся в различных странах.

Обзор исследований США показал, что основоположниками систематического изучения проблемы кибербуллинга являются Дж. Патчин и С. Хиндуджа, которые определяют кибербуллинг как намеренное и повторяющееся причинение вреда с использованием компьютеров, мобильных телефонов и иных электронных устройств [13, с. 69]. По данным их многолетней исследовательской программы, охватившей десятки тысяч американских школьников, опыт киберпреследования в роли жертвы за период наблюдений отмечает в среднем около трети опрошенных подростков [14].

Авторы подчёркивают связь кибервиктимизации со сниженной самооценкой, тревогой, депрессивной симптоматикой и суицидальными мыслями, а также тесное переплетение онлайн- и офлайн-травли [14].

Классическим для европейской традиции стало исследование П. Смита с коллегами, в котором кибербуллинг определяется как агрессивный, намеренный и повторяющийся акт, совершаемый группой или индивидом с использованием электронных средств в отношении жертвы, которой трудно себя защитить [12, с. 376]. Авторы показали, что кибертравля встречается реже традиционной, но является ощутимой, чаще происходит вне школы и обладает специфическими чертами — прежде всего возможностью анонимности и широкой огласки [12, с. 376–385]. Эти работы заложили основу для последующих общеевропейских мониторингов, включая исследования HBSC [4].

В российской психологии ведущая роль принадлежит коллективу под руководством Г. У. Солдатовой, разрабатывающему концепцию «цифрового поколения» и изучающему компетентность и безопасность подростков в сети [15]. В работах Г. У. Солдатовой и А. Н. Ярминой описаны ролевая структура кибербуллинга (агрессор, жертва, свидетель), эмоциональные и поведенческие реакции участников, связь с детско-родительскими отношениями и стратегиями совладания [16]. Важно отмеченное авторами наблюдение: страх потерять доступ к интернету нередко удерживает подростков от обращения за помощью к взрослым [16]. Обзорная работа А. А. Бочавер и К. Д. Хломова систематизировала отличительные признаки кибертравли — анонимность агрессора, непрерывность воздействия и потенциально неограниченную аудиторию — и обосновала её как один из серьёзнейших социальных рисков подросткового возраста [17, с. 177].

Китайские исследования фиксируют высокую распространённость явления. В общенациональном опросе Ш. Чжоу (N = 1538) о наличии опыта кибервиктимизации сообщили около 54,6% подростков, а об участии в роли агрессора — порядка 18,1%; значимыми предикторами выступили возраст, пол, академическая успеваемость и рискованное поведение в сети [18]. Качественное исследование Цз. Ли и Т. Хескет показало, что в условиях коллективистской культуры травля нередко принимает форму социального исключения и групповой практики, а её последствия выражаются в тревоге, депрессии и снижении психосоциального благополучия [19].

Исследования в Узбекистане показывают, что научная традиция изучения кибербуллинга находится в стадии становления. Имеющиеся работы носят преимущественно обзорный и сравнительный характер: так, Н. Собирова анализирует кибербуллинг как качественно новую форму виктимизации подростков, подчёркивая, что анонимность агрессора, неограниченная аудитория и постоянная доступность жертвы усиливают психологическое воздействие травли [20, с. 152]. Дефицит национальных эмпирических данных и валидизированных на узбекоязычной и русскоязычной выборках диагностических инструментов является самостоятельной научной проблемой, требующей решения.

Практико-ориентированные отечественные публикации описывают многообразие форм кибернасилия, с которыми сталкиваются подростки и молодёжь в Узбекистане: собственно кибербуллинг как организованную, нередко групповую травлю, троллинг, доксинг (поиск и публикацию вредящих персональных данных), кибер-контроль в близких отношениях, сетевой сталкинг и распространение интимных материалов без согласия [21]. Такое расширительное понимание важно для диагностики, поскольку отдельные формы — например, кибер-контроль со стороны партнёра или родственников либо доксинг — нередко остаются вне поля зрения школьных психологов и не распознаются как проявления травли.

Особого внимания заслуживает правовой аспект проблемы. Как отмечают эксперты, в законодательстве Республики Узбекистан до настоящего времени отсутствует закреплённый термин «кибербуллинг», а ответственность за соответствующие деяния наступает на основании отдельных, разрозненных норм — в частности, положений о клевете (ст. 139) и оскорблении (ст. 140) Уголовного кодекса, а также статей Кодекса об административной ответственности о разглашении сведений, способных причинить ущерб гражданину, нарушении неприкосновенности частной жизни и нарушении законодательства о персональных данных (ст. 46, 46-1, 46-2) [21]. Эти нормы покрывают лишь отдельные признаки кибертравли и не охватывают её как целостное явление, что указывает на необходимость совершенствования понятийного и правового аппарата.

Обобщение перечисленных исследований позволяет выделить ряд устойчивых закономерностей: тесную взаимосвязь традиционной и цифровой травли; специфические признаки кибербуллинга (анонимность, непрерывность, публичность, сложность контроля со стороны взрослых); широкий спектр негативных последствий для психического здоровья и учебной деятельности; а также общую тенденцию к росту распространённости явления на фоне углубляющейся цифровизации.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- кибербуллинг является распространённым и нарастающим явлением мирового масштаба, а не маргинальным риском; наблюдается высокая степень вовлечённости подростков;
- специфические признаки кибербуллинга — анонимность, круглосуточность, широкая аудитория и устойчивость следов — усиливают психологический ущерб и затрудняют его выявление взрослыми.
- цифровая травля тесно связана с традиционной, поэтому профилактика должна охватывать обе формы одновременно, а не рассматривать их изолированно;
- последствия кибервиктимизации (тревога, депрессивная симптоматика, снижение самооценки, суицидальные мысли, избегание учёбы и падение успеваемости) делают проблему предметом совместной заботы психологов, педагогов и медиков;

- в Узбекистане сочетание высокого уровня цифровизации, молодого населения и дефицита национальных эмпирических исследований создаёт запрос на разработку отечественных научных данных и валидизированного диагностического инструментария;
- сформированная в стране правовая и стратегическая база защиты детей и развития цифровой грамотности нуждается в переводе на уровень конкретных психолого-педагогических практик в школах и вузах.

На основе выводов сформулировали следующие рекомендации:

- Психологам школ рекомендуется внедрять регулярный мониторинг распространённости травли и кибертравли с использованием диагностических методик, адаптированных и валидизированных для местных испытуемых; необходимо реализовать общешкольный подход к профилактике с понятными и безопасными механизмами сообщения о случаях травли; проводить занятия по цифровой грамотности и сетевому этикету, развивать эмпатию и активную позицию свидетелей; работать с родителями, снижая барьер «страха потерять доступ к интернету», удерживающий подростков от обращения за помощью; применять протоколы психологической поддержки жертв и коррекционной (а не только дисциплинарной) работы с агрессорами;
- в отечественных вузах необходимо развивать службы психологического консультирования и анонимные линии помощи; включать тематику кибербуллинга в подготовку будущих педагогов и психологов; инициировать прикладные исследовательские проекты

Список использованной литературы

1. UNESCO. Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying. — Paris: UNESCO, 2019. — 67 p.
2. UNESCO. Safe to Learn and Thrive: Ending Violence in and through Education. — Paris: UNESCO, 2024.
3. UNICEF. UNICEF poll: More than a third of young people in 30 countries report being a victim of online bullying [Электронный ресурс]. — New York: UNICEF, 2019. — URL: https://www.unicef.org/press-releases/unicef-poll-more-third-young-people-30-countries-report-being-victim-online-bullying (дата обращения: 04.05.2026).
4. Cosma A., Molcho M., Pickett W. A focus on adolescent peer violence and bullying in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey. Vol. 2. — Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2024.
5. Указ Президента Республики Узбекистан от 11 сентября 2023 г. № УП-158 «О Стратегии „Узбекистан — 2030“». https://lex.uz/ru/docs/6600404
6. Указ Президента Республики Узбекистан от 21 февраля 2024 г. № УП-37 «О Государственной программе по реализации Стратегии „Узбекистан — 2030“ в „Год поддержки молодёжи и бизнеса“». https://lex.uz/uz/docs/6811938

7. Закон Республики Узбекистан от 11 апреля 2023 г. № ЗРУ-829 «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Узбекистан в связи с дальнейшим совершенствованием системы надёжной защиты прав, свобод и законных интересов женщин и детей». https://lex.uz/uz/docs/6430278
8. Закон Республики Узбекистан от 8 сентября 2017 г. № ЗРУ-444 «О защите детей от информации, наносящей вред их здоровью» (в редакции законов 2019, 2022 и 2023 гг.). https://lex.uz/docs/3333805
9. Указ Президента Республики Узбекистан от 14 ноября 2024 г. № УП-185 «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы социальной защиты детей». https://lex.uz/docs/7228844
10. Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 г. № УП-6079 «Об утверждении Стратегии „Цифровой Узбекистан — 2030“ и мерах по её эффективной реализации». https://lex.uz/ru/docs/5031048
11. Digital 2024: Uzbekistan / DataReportal, Kepios [Электронный ресурс]. — 2024. — URL: https://datareportal.com/reports/digital-2024-uzbekistan (дата обращения: 04.05.2026).
12. Smith P. K., Mahdavi J., Carvalho M., Fisher S., Russell S., Tippett N. Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils // Journal of Child Psychology and Psychiatry. — 2008. — Vol. 49, № 4. — P. 376–385.
13. Patchin J. W., Hinduja S. Measuring cyberbullying: Implications for research // Aggression and Violent Behavior. — 2015. — Vol. 23. — P. 69–74.
14. Hinduja S., Patchin J. W. Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying. — 3rd ed. — Thousand Oaks, CA: Corwin / Sage, 2024.
15. Солдатова Г. У., Рассказова Е. И., Нестик Т. А. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. — М.: Смысл, 2017. — 375 с.
16. Солдатова Г. У., Ярмина А. Н. Кибербуллинг: особенности, ролевая структура, детско-родительские отношения и стратегии совладания // Национальный психологический журнал. — 2019. — № 3 (35). — С. 17–31.
17. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2014. — Т. 11, № 3. — С. 177–191.
18. Zhou S. Status and Risk Factors of Chinese Teenagers' Exposure to Cyberbullying // SAGE Open. — 2021. — Vol. 11, № 4. — DOI: 10.1177/21582440211056626.
19. Li J., Hesketh T. Experiences and Perspectives of Traditional Bullying and Cyberbullying Among Adolescents in Mainland China — Implications for Policy // Frontiers in Psychology. — 2021. — Vol. 12. — Art. 672223. — DOI: 10.3389/fpsyg.2021.672223.
20. Собирова Н. Кибербуллинг как современная форма виктимизации подростков в социальных сетях: сравнительно-криминологический анализ // Общество и инновации. — 2025. — Т. 6, № 2. — С. 147–168. — DOI: 10.47689/2181-1415-vol6-iss2-pp147-168.

21. Кибербуллинг и его виды: как нас защищают законы Узбекистана [Электронный ресурс] / Nemolchi.uz. — 17 августа 2022 (обновлено 24 октября 2024). — URL: https://nemolchi.uz/kiberbulling-i-ego-vidy-kak-nas-zashhishhajut-zakony-uzbekistana/ (дата обращения: 05.05.2026).

ALTRUISM AS THE FOUNDATION OF HEALTHY FAMILY RELATIONSHIPS

Khatamova Ferangiz Ibodulloevna
Teacher of Oriental University
ferangizxatamova93@gmail.com

Abstract: This text analyzes the role of altruism as the foundation of healthy family relationships. Behaviors such as selfless help within the family, consideration of the interests of others, and respectful treatment contribute to the emotional and social development of children. The role of psychological mechanisms in the formation of altruism - imitation, identification, empathy, and social reinforcement - is also highlighted. The results of the study show that the development of altruism in the family is important for strengthening the spiritual and moral qualities of the individual, increasing love and respect in the family, and creating a stable social environment in society.

Keywords: *altruism, healthy family relationships, selfless help, psychological mechanisms, empathy, imitation, identification, social reinforcement, spiritual and moral development.*

The formation of a healthy generation is carried out on the basis of establishing a healthy lifestyle in society. For this, every member of society must adopt a healthy lifestyle and accept health as a form of civilization. The formation of such a new way of thinking in the life and behavior of young people will serve as a solution to all problems in this regard. In recent years, the issues of social protection of the population, especially motherhood and childhood, youth, and the family, have occupied a central place in the policy of our government. This is not without reason, of course - now we live in an unforgettable period in the history of mankind - in the modern century, when science, technology, and civilization in general have developed strongly, and, in addition, the process of building a legal democratic civil society is underway in our country.

The tasks of cooperating with the world community in various directions, moderately implementing the solution of the socio-economic, spiritual-educational and political issues facing us from the point of view of ensuring the well-being of our people, require that our citizens, families and future generations be comprehensively well-developed (both physically, spiritually and mentally healthy), wise, progressive and intelligent. In order to achieve this goal, the lifestyle of the family, the place where a person spends his main life, must be healthy. As is known,

in our society, human health, physical well-being, and possession of a culture of a healthy lifestyle are extremely important social values.

Ensuring the health of the nation, preserving the genetic fund of the people are solved in a sufficiently positive way only thanks to a healthy lifestyle. This is achieved by all social institutions of society; The family, educational institutions, neighborhoods and independent education are faced with the task of explaining to the citizens of our society the meaning and essence of a healthy lifestyle, and raising young people to be alert, knowledgeable, and well-rounded individuals. Based on this, from the first years of independence, efforts were made to form a healthy generation in our Republic. The issue of raising a "well-rounded generation" was raised to the level of state policy, and this issue began to be considered a priority task. It is known from the sources that there are a number of factors that contribute to the formation of the psychology of a healthy lifestyle: social, economic, political, medical, physical, pedagogical, psychological and other.

In this article, we will consider the psychological aspects of the formation of the psychology of a healthy lifestyle: human character; the attitude of the individual to a healthy lifestyle; socio-psychological factors of the formation of a healthy lifestyle; the role of the individual's individual psychological characteristics in the formation of the psychology of a healthy lifestyle; the influence of the family environment in which the individual grew up, that is, external socio-psychological factors. The role of the individual's motivation factor in the formation of a healthy lifestyle is also great. Motivation, according to its content, means motivating a person to begin to perform a certain activity, substantiating and understanding its importance. As is known, the family is a small society of every society. In this sense, the family, as a part of society and social life, has its own tasks, each of which, in turn, requires the possession of certain knowledge and, most importantly, a sense of responsibility. If a newly formed family does not improve or "grow" as a part of society, especially if it does not develop morally and spiritually, if the mutual duties and interests of the parties in the family are not clearly defined, the future of such a family will not be prosperous.

Signs of multi-generationality are clearly expressed in the Uzbek family. In it, the elders of the family - grandfathers, grandmothers, close relatives, neighbors, and the neighborhood - also directly participate in the formation of healthy ideas and knowledge in the minds of children. According to our ancient customs, the influence of grandparents, neighbors, and relatives on the upbringing of our children is stronger than that of parents. They are the determinants of the spiritual atmosphere in the family. This tradition of upbringing is considered an important spiritual and pedagogical value left over from the past. This upbringing method was formed in the lives of our great ancestors and reached a certain level of systematization. The definition of altruism in psychology is very diverse. As a rule, it is understood as behavior expressed in caring for other people. An altruist is a disinterested person who acts not out of a sense of duty, social pressure or religious considerations, but out of a desire to help. Egoism is the opposite of this phenomenon. However, some theories of altruism do not exclude the existence of situations in which an altruist may not act. This is reflected in the principles of altruism.

There are several sociological theories explaining why altruistic behavior is beneficial to society. Performing selfless deeds for others is an example of a prosocial (reciprocal, conditioned by social norms) phenomenon. As in animals, helping tribes helps people survive as a species. Not all altruistic prosocial actions may be completely altruistic in nature. That is, altruism arises on a certain basis and is supported by a number of mechanisms. Scientists have identified the following theories of the preservation of this phenomenon

• Genetic theory. Empathy, sensitivity and the ability to find a compromise are 50% genetically determined. The remaining 50% is associated with environmental factors. Genes responsible for altruistic behavior can be inherited.

• Emotional theory. The positive reaction of a person who provides selfless help helps to produce endorphins - pleasure hormones. This encourages the repetition of similar actions over and over again. The strength of attachment to a person is also important: with regular acts of altruism, it grows.

• Adaptation theory. In a number of experiments, it was observed that children willingly repeat altruistic behavior patterns, that is, they have a state of adaptation to altruistic behavior. In addition, it was found that the most effective interaction is with peers. Early social adaptation (preschool age) helps to develop altruistic traits in a child.

• Social expectation. People tend to avoid the guilt that arises if they do not comply with the norms established by society.

Giving way to a pregnant woman in transport or giving way to an elderly person on the road are examples of altruism with the mechanism of social expectation. Based on these theories, psychologists distinguish several different types of altruism. Each of them is specific to a specific situation. Thus, the principle of reciprocal altruism includes help: it is assumed that help must be returned like a debt. Demonstrative altruism is subject to the norms of society and is based on the rules of moral behavior, good and the highest morality. The compensatory appearance is a way to alleviate guilt for inaction. Rational - is associated with thinking about their actions, so that they do not violate the boundaries of others or harm others.

Healthy relationships within the family not only provide love between members, but also serve as a solid foundation for the social, emotional and moral development of individuals. In this regard, altruism is a central element of positive behavior in the family. Altruism is the ability to provide selfless help, put the interests of others above one's own, and treat them with respect. Altruistic behavior formed in the family serves to develop empathy, social responsibility and internal psychological stability in the child.

Psychological studies show that the altruistic behavior of parents serves as an example for children. When a child observes the readiness of parents to provide mutual assistance, love and support, he tries to repeat them in his own life. This process occurs through the mechanism of imitation, that is, the child learns personal behavior and qualities from his parents. At the same time, the identification mechanism is also important: the child associates himself with the views and values of his parents, seeks to reflect them in his own behavior.

Empathy is one of the psychological foundations of altruism. When a child is given the skill of understanding and taking into account the feelings of others in the family, he is ready to provide disinterested help. Therefore, parents need to regularly show the child an example of mutual love and attention, and create a positive emotional atmosphere in the family environment. Children with developed empathy also learn to resolve conflicts that arise in the family through communication and understanding, which strengthens healthy relationships in the family.

The mechanism of social reinforcement is also important in the formation of altruism. When a child shows altruistic behavior, positive evaluation, encouragement and attention from parents serve to strengthen this behavior. For example, when children help others or take into account the needs of family members, parental praise and gratitude encourage them to do such behavior in the future. In this way, altruism in the family not only develops the internal qualities of the individual, but also stabilizes the internal environment of the family.

Altruistic relationships in the family also play an important role in the formation of social norms of society. If a child has learned selfless help and respect in the family, he will demonstrate these values in communication with school, friends and the wider social environment. At the same time, a person whose altruism is developed in the family is also willing to cooperate in fulfilling social tasks, resolves conflicts constructively, and establishes healthy relationships with other people. In conclusion, altruism, as the foundation of healthy relationships in the family, plays an important role in the spiritual and moral development of the individual, strengthening family cohesion, love and respect, and creating a stable social environment in society.

Altruistic qualities formed in the family form the basis for the child's social adaptability, emotional stability, and ability to respect others. Therefore, each family should pay special attention to the development of selfless help and altruism in its educational activities.

References:

1. Славская А.Н Соотношение эгоцентризма и альтруизма личности: интерпретации. //Психологический журнал, №6, 1999, стр. 13-23

2. Karimova V.M. Social psychology Tashkent 2007

3. O.S. Kadirov. General psychology // Textbook. - Samarkand, 2022.-250 p.

4. O.S. Kadirov, Sh.N. Khotamov. Social psychology // Textbook. - Samarkand, 2023.- 360 p

5. Моисеева А.А. Теоретические аспекты определения моделей альтруистического поведения. - Ученые записки ИНПО, выпуск 5, книга 2, В.Новгород, 2003.

6. Овчинникова О.В. О диагностике альтруистических установок личности //Вестник Моск. Университета. Серия 14. Психология, 1983, № 2, стр. 27-35 66

IV. AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNI TA’MINLASH BO‘YICHA INNOVATSION YONDASHUVLAR

YOSHLARDA XAVF VA XAVFSIZLIK TUSHUNCHALARI PAYDO BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Xaydaraliyev Abdullo Usmonali o‘g‘li
Farg‘ona davlat universiteti
Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
xaydaraliyevabdullo42@gmail.com, ORCID: 0009-0004-6597-4022

Annotatsiya. Mazkur maqola yoshlarning psixologik rivojlanish bosqichida xavf va xavfsizlik tushunchalarining shakllanish jarayonini ilmiy jihatdan tahlil qilish, ushbu jarayonga ta’sir etuvchi biologik, ijtimoiy-psixologik va madaniy omillarni aniqlash hamda xavf va xavfsizlik idrokining yoshlarning xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayonlari va ijtimoiy moslashuviga ko‘rsatadigan ta’sirini o‘rganishga qaratilgan.

Kalit so‘zlar: *xavf, xavfsizlik, xavfsizlik tuyg‘usi, shaxs-jamiyat-davlat xavfsizligi, yosh davrlari.*

Kirish. Dunyodagi jamiki mavjudotlar uchun xavf doimo mavjuddir. Jumladan, inson psixikasining shakllanishida xavf va xavfsizlik tushunchalari fundamental psixologik kategoriyalar sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu tushunchalar shaxsning tashqi muhit bilan o‘zaro munosabatlarini tartibga soluvchi, moslashuv mexanizmlarini faollashtiruvchi hamda xulq-atvor strategiyalarini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Ayniqsa, yoshlarda xavf va xavfsizlikni idrok etish jarayoni intensiv ravishda shakllanib, shaxsning kelgusidagi hayotiy pozitsiyasi, ijtimoiy faolligi va psixologik barqarorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Psixologik tadqiqotlarning xulosalari shuni ko‘rsatadiki, aynan shu davrda xavfsizlik tushunchasi nafaqat jismoniy omillar bilan, balki ijtimoiy, axborot, psixologik va ma’naviy xavfsizlik bilan ham chambarchas bog‘liq holda shakllanadi. Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida yoshlar turli axborot oqimlari, ijtimoiy tarmoqlar, virtual makon va ommaviy madaniyat ta’sirida qolmoqda. Bu esa xavf va xavfsizlik tushunchalarining subyektiv talqin qilinishiga olib kelmoqda. Ayrim hollarda yoshlar xavfni sarguzasht yoki o‘zini sinab ko‘rish vositasi sifatida qabul qilsa, xavfsizlikni esa erkinlikni cheklovchi omil deb baholashi mumkin. Natijada bu holat deviant xulq-atvor, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar va psixologik beqarorlikka sabab bo‘lishi ehtimoli ortadi. Shu nuqtai nazardan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyev o‘z nutqlarida yoshlarning xavfsizligi masalasiga alohida e’tibor qaratib, yosh avlodni turli zararli axborotlar, yot g‘oyalar va virtual tahdidlardan himoya qilish muhimligini ta’kidlab keladi. Davlat rahbari yoshlarning ongli tanlov qilishi, mustahkam hayotiy pozitsiyaga ega bo‘lishi va tanqidiy fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali ularning psixologik va ma’naviy xavfsizligini ta’minlash zarurligini qayd etadi [1]. Ushbu yondashuv xavfsizlik tushunchasini faqat tashqi himoya emas, balki ichki psixologik barqarorlik bilan bog‘liq kompleks hodisa sifatida talqin etishga asos bo‘ladi.

Adabiyotlar tahlili. Psixologik adabiyotlarda xavf tushunchasi ko‘pincha shaxsning xavfli xatti-harakatlarga moyilligi bilan uzviy bog‘liq holda talqin qilinadi. Tavakkalchilik xulq-atvori (risk-taking behavior) yondashuviga ko‘ra, xavf shaxs tomonidan kutilayotgan natijaning noaniqligi va ehtimoliy salbiy oqibatlarni ongli yoki ongsiz ravishda qabul qilish jarayonidir. Ayniqsa, rivojlanish psixologiyasida o‘smirlik va o‘spirinlik davri xavfli xatti-harakatlarning kuchayishi bilan xarakterlanadi. Amerikalik psixolog Jeyms Arnett o‘smirlikni “aniq belgilangan ijtimoiy rollarga ega bo‘lmagan, ammo mustaqillikka faol intilayotgan o‘tish davri” sifatida ta’riflaydi. Uning fikricha, aynan shu bosqichda shaxs o‘zini sinab ko‘rishga, chegaralarni kengaytirishga va xatarli-tavakkal qarorlar qabul qilishga moyil bo‘ladi. Arnettning “balog‘atga etish davri” (emerging adulthood) konsepsiyasi xavfni nafaqat salbiy hodisa, balki shaxsiy identifikatsiya va mustaqillikni shakllantirish jarayonining muhim tarkibiy qismi sifatida ko‘rsatadi.

L.S.Vygotskiy esa xavf va xavfsizlik tushunchalarini shaxs rivojlanishining ijtimoiy tabiati bilan bog‘lab izohlaydi [2]. Uning madaniy-tarixiy yondashuviga ko‘ra, shaxsning xavfni idrok etishi va unga munosabati ijtimoiy tajriba, kattalar bilan muloqot va madaniy vositalar orqali shakllanadi. Xavfsizlik tuyg‘usi esa bolaning “yaqin rivojlanish zonasi”da qo‘llab-quvvatlanishi bilan mustahkamlanadi.

Shuningdek, Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi doirasida o‘smirlik davri “identifikatsiya yoki rol chalkashligi” bosqichi sifatida talqin qilinadi [2]. Ushbu bosqichda xavf va xavfsizlik tushunchalari shaxsning “Men” konsepsiyasi bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, ijtimoiy tan olinmaslik, rad etilish yoki muvaffaqiyatsizlik xavfi psixologik beqarorlikni kuchaytirishi mumkin. Aksincha, emotsional xavfsizlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash shaxsda barqaror identiklik shakllanishiga xizmat qiladi.

Ekzistensial psixologiya vakili Viktor Frankl esa xavfsizlik hissini shaxsning hayot mazmunini anglash darajasi bilan bog‘laydi [2]. Uning fikricha, ichki ma’no va maqsadga ega bo‘lgan shaxs tashqi xavf omillariga nisbatan ruhiy jihatdan bardoshlidir. Demak, xavfsizlik faqat tashqi sharoit emas, balki ichki psixologik barqarorlik holati sifatida ham namoyon bo‘ladi.

Metodologiya. Mazkur mavzu bo‘yicha so‘rovnoma tadqiqot metodi sifatida tanlab olindi, chunki xavf va xavfsizlik tushunchalari shaxsiy tajriba, subyektiv idrok va individual mazmunlar bilan bog‘liq murakkab psixologik hodisalar hisoblanadi. Tadqiqot doirasida Farg‘ona viloyatida istiqomat qiluvchi 15-18 yoshdagi o‘smirlar bilan oldindan tuzilgan savollar yordamida intervyular o‘tkazildi.

Intervyu savollari ishtirokchilarning xavf va xavfsizlik haqidagi shaxsiy tasavvurlari, kundalik hayotdagi xavfli vaziyatlar bilan bog‘liq tajribalari, raqamli muhit va ijtimoiy bosimlarni qanday idrok etishlari, ushbu tushunchalarning ularning qaror qabul qilish va xulq-atvoriga ta’siri kabi jihatlarni aniqlashga qaratildi.

Olingan ma’lumotlar matematik tahlil usuli asosida qayta ishlanib, takrorlanuvchi mazmunlar, psixologik qarashlar va asosiy yo‘nalishlar aniqlandi. Tahlil jarayonida xavf va xavfsizlik tushunchalarining yoshlarning emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi va xulqiy strategiyalariga ta’siri ochib berildi.

Muhokama. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari yoshlar ongida xavf tushunchasi ko‘pincha ijobiy emotsional mazmun bilan uyg‘unlashganini ko‘rsatdi. Respondentlar xavfni “qiziqarli”, “erkinlik belgisi”, “mustaqil tanlov qilish imkoniyati” sifatida talqin qiladilar. Ushbu holat rivojlanish psixologiyasida o‘smirlik va o‘spirinlik davriga xos bo‘lgan avtonomiya ehtiyoji, o‘zini namoyon etish va identiklikni shakllantirish jarayonlari bilan izohlanadi. Xavfli vaziyatlar ayrim yoshlar uchun shaxsiy o‘sish, ichki chegaralarni kengaytirish hamda tengdoshlar orasida ijtimoiy maqomga ega bo‘lish vositasi sifatida qaralmoqda.

Olingan natijalar J.Arnett tomonidan ilgari surilgan xavfli xatti-harakatlarning o‘smirlik davridagi normativ xarakterga ega ekanligi haqidagi g‘oyalari bilan mos keladi [3]. Tadqiqot ishtirokchilari xavfni har doim salbiy hodisa sifatida emas, balki o‘zini sinab ko‘rish, tajriba orttirish va mustaqillikka erishishning muhim sharti sifatida qabul qiladilar. Bu esa xavfning yoshlar ongida rivojlanish resursi sifatida ham talqin qilinayotganidan dalolat beradi.

Shu bilan birga, xavfsizlik tushunchasining yoshlar tomonidan ko‘pincha ortiqcha nazorat, cheklov va monotonlik bilan bog‘lanishi muhim psixologik muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda. Respondentlarning ayrimlari xavfsizlikni “zerikarli hayot”, “doimiy taqiqlar” va “mustaqillik yo‘qligi” bilan tenglashtiradilar. Bu holat, bir tomondan, kattalar tomonidan xavfsizlikni ko‘proq taqiqlovchi va nazorat qiluvchi mexanizm sifatida taqdim etilishi bilan bog‘liq bo‘lsa, ikkinchi tomondan, yoshlarning erkinlikka bo‘lgan kuchli ehtiyojidan kelib chiqadi.

Tadqiqot natijalari shuni ham ko‘rsatdiki, ota-onaning tarbiyaviy uslubi, ijtimoiy tarmoqlardagi kontent, tengdoshlar bosimi va shaxsiy hayotiy tajriba xavf va xavfsizlik haqidagi qarashlarning shakllanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Avtoritar yoki haddan tashqari nazoratga asoslangan tarbiya sharoitida voyaga etgan yoshlar xavfni erkinlik ramzi sifatida ideallashtirishga moyil bo‘lishlari mumkin. Aksincha, emotsional qo‘llab-quvvatlash va ishonchga asoslangan munosabatlar xavfsizlik tushunchasining ijobiy idrok etilishiga xizmat qiladi.

Tadqiqotning yana bir jihati shundaki, respondentlarning bir qismi xavfsizlikni psixologik barqarorlik, ichki xotirjamlik va emotsional qo‘llab-quvvatlash bilan bog‘lashadi. Ushbu holat V.Frankl ta’kidlagan ichki ma’no va barqarorlik shaxsning xavfsizlik hissini shakllantirishdagi ahamiyatini tasdiqlaydi. Boshqa bir guruh yoshlar esa xavfni ijtimoiy tasdiqlanish, tan olinishi va “guruhga tegishlilik” hissiga erishish vositasi sifatida qabul qiladilar, bu esa Erikson nazariyasidagi identiklik inqirozi bilan bevosita bog‘liq.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, yoshlar uchun xavf va xavfsizlik tushunchalari qarama-qarshi emas, balki murakkab va ko‘p qatlamli psixologik hodisalar hisoblanadi. Ularning mazmuni shaxsning rivojlanish darajasi, ijtimoiy muhit va individual tajribasiga qarab o‘zgarib boradi. Shu sababli, yoshlar bilan ishlash jarayonida xavfsizlikni faqat cheklov sifatida emas, balki erkinlik va o‘sishni ta’minlovchi psixologik resurs sifatida tushuntirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, yoshlar uchun xavf va xavfsizlik tushunchalari biryoqlama emas**,** balki murakkab, sub**y**ektiv va muayyan ijtimoiy-madaniy kontekstga bog‘liq psixologik hodisa hisoblanadi.

Ushbu tushunchalar yoshlarning individual tajribasi, emotsional holati, tengdoshlar muhiti, oilaviy tarbiya uslubi hamda zamonaviy axborot makoni ta'sirida shakllanadi. Demak, xavf va xavfsizlikni faqatgina psixologik kategoriyalar doirasida emas, balki ijtimoiy, madaniy va tarbiyaviy jarayonlar bilan uzviy bog'liq holda talqin etish zarur. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, yoshlar xavfni ko'pincha shaxsiy o'sish, mustaqil qaror qabul qilish va ijtimoiy tan olinishi bilan bog'laydilar. Shu bilan birga, xavfsizlik tushunchasi ayrim hollarda cheklov va nazorat ramzi sifatida idrok etiladi. Bu holat yoshlar bilan ishlashda an'anaviy taqiqlovchi yondashuvlar etarli emasligini, aksincha, tushuntiruvchi, hamkorlikka asoslangan va ishonchli muloqot zarurligini ko'rsatadi.

Maqolamizdagi xulosalar O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev tomonidan olib borilayotgan yoshlar siyosatining ustuvor yo'nalishlari bilan hamohangdir. Davlat rahbari o'z nutqlarida yoshlarni turli tahdidlardan faqatgina ma'muriy choralar bilan emas, balki ularning ongini rivojlantirish, mustaqil fikrlash va hayotiy mas'uliyatni shakllantirish orqali himoya qilish zarurligini ta'kidlab keladi. Prezident tomonidan ilgari surilgan "yoshlar bilan bevosita muloqot", "ularning muammolarini joyida hal qilish" va "yoshlarning ichki dunyosini tushunish"ga qaratilgan yondashuvlar xavfsizlik tushunchasini ichki psixologik barqarorlik bilan bog'lash zaruratini yana bir bor tasdiqlaydi [1]. Shu nuqtai nazardan, psixologlar, pedagoglar va ota-onalar yoshlarning xavf haqidagi qarashlarini inkor etmasdan, ularni tinglash, tushunish va yo'naltirish asosida sog'lom xavfsizlik madaniyatini shakllantirishda hamkorlik qilishi muhimdir. Bunday yondashuv yoshlarning ongli qaror qabul qilish malakalarini rivojlantirish, ijtimoiy mas'uliyatni kuchaytirish va xavfli xatti-harakatlarning oldini olishda samarali psixoprofilaktik mexanizm bo'lib xizmat qiladi.

Umuman olganda, yoshlar xavfsizligini ta'minlash faqat tashqi nazorat yoki cheklovlar bilan emas, balki ishonch, muloqot va psixologik qo'llab-quvvatlashga asoslangan tizimli yondashuv orqali amalga oshirilishi zarur. Aynan shu yo'l davlat siyosati va zamonaviy psixologik yondashuvlar uyg'unligida yosh avlodning barqaror va mas'uliyatli shaxs sifatida kamol topishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Mirziyoyev Sh.M. Xavfsizlik Xavfsizlik kengashining mamlakatimiz harbiy xavfsizligi va mudofaasini mustahkamlash masalalari bo'yicha kengaytirilgan yig'ilishidagi nutqi. Toshkent.: 2026-yil.

2. Atadjanov M.Y. "Xavfsizlik psixologiyasi" darslik. Farg'ona davlat universiteti nashriyoti. Farg'ona.: 2024-y. 235 b.

3. Atadjanov M.Y., Xaydaraliyev A.U. "Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat" darslik. Farg'ona davlat universiteti nashriyoti. Farg'ona.: 2025-y. 240 b.

4. Atadjanov M.Y., Xaydaraliyev A.U. "Shaxsiy va ijtimoiy xavfsizlik psixologiyasi, tahdidlarga bardoshlilikni shakllantirish omillari" o'quv uslubiy qo'llanma. Farg'ona davlat universiteti nashriyoti. Farg'ona.: 2024-y. 226 b.

5. Xaydaraliyev A.U, Bahodirova M.T., "Maktabgacha ta'lim muassasalari tarbiyalanuvchilarida vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish mexanizmlari".

“Yangi O‘zbekiston va ma’[naviy yangilanish davri” respublika ilmiy-amaliy anjumani. Termiz davlat universiteti. 2026-y. 1035 b.

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA MILLIY QADRIYATLAR TRANSFORMASIYASI

Atadjanov Mamirjon Yusupovich

Farg‘ona davlat universiteti psixologiya kafedrasining professori, psixologiya fanlari nomzodi.
Email: mamurjon9697@mail.ru, ORCID: 0009-0001-0938-2696

Annotasiya: so‘nggi yillarda xavfsizlikka bo‘lgan ehtiyojning ortishi ushubu muammo bilan bog‘liq xavfsizlik psixologiyasi fanining paydo bo‘lishi va rivojlanishiga, shuningdek, insonning ijtimoiy mavjudligiga tahdidlar tufayli milliy qadriyatlar transformasiyasiga bo‘lgan qiziqishni kuchaytirdi. Maqolada milliy qadriyatlar transformasiyasining tashqi tahdid omillari sifatida global qadriyatlar hamda ichki omillar sifatida ijtimoiy-siyosiy jarayonlar ko‘rib chiqilgan.

Kalit so‘zlar: *transformer, transformasiya, milliy qadriyatlar, global qadriyatlar, xatarlar, tahdidlar.*

Аннотация: растущая потребность в безопасности в последние годы усилила интерес к возникновению и развитию науки психологии безопасности, связанной с этой проблемой, а также к трансформatsii natsиональных ценностей в связи с угрозами социальному существованию человека. В статье рассматриваются глобальные ценности как внешние угрозы трансформatsii natsиональных ценностей и социально-политические процессы как внутренние факторы.

Ключевые слова: *трансформер, трансформatsiя, natsиональные ценности, глобальные ценности, риски, угрозы.*

Abstract: The growing need for security in recent ears has increased interest in the emergence and development of the science of security psychology related to this problem, as well as in the transformation of national values due to threats to human social existence. The article examines global values as external threats to the transformation of national values and socio-political processes as internal factors.

Keywords: transformer, transformation, national values, global values, risks, threats.

Fanda umumlashgan nazariyaga ko‘ra insonda ikkita asosiy o‘zini saqlash va nasl qoldirish instinkti mavjud va filogenzning ilk bosqichlarida o‘zini saqlash ustun bo‘lgan. Keyinchalik, inson o‘z hayotini va moddiy ta'minotini o‘zi tashkillay boshlagach, asta-sekin nasl qoldirish ustunlik maqomiga o‘tgan. Xozir, instinktlar ierarxiyasida regress sodir bo‘ldi, odamlar yana kshproq o‘zini saqlash xaqida qayg‘urishib, shaxsiy xavfsizlik qadriyatlari muhim ahamiyat kasb etmoqda, tadqiqotchilar ta'kidlashayotganidek insoniyat “megaxatarlar” va “megatahdidlar” davriga qadam qo‘ymoqda, uning biologik hamda ijtimoiy mavjudligiga tahdidlar

kundan-kun ortib bormoqda. Ayrim o‘yinchi davlatlar tomonidan psixologik xurujlar doirasida amalga oshirilayotgan g‘oyaviy-mafkurpviy hamda ma'naviy-axloqiy tahdidlar turli jamiyatlar a'zolari uchun ba'zan kutilmagan hamda tobora takomillashib borayotgan shakllarda sodir bo‘lmoqda.

Ayni paytda butun dunyoda etnik paradigmaning keskin o‘sishi qayd etilmoqda, milliy o‘ziga xoslikni tiklash, milliy identichlilikka intilish, global qaramlik ko‘rinishidagi mustamlakachilikning yangi ko‘rinishlaridan xalos bo‘lishga intilish turli millatlar uchun dolzarb vazifaga aylanmoqda. Shu bilan birga milliy o‘ziga xoslikning birdan-bir tashkiliy, tarkibiy qismi bo‘lgan milliy, ma'naviy-axloqiy hamda diniy qadriyatlarni qadrsizlantirish uchun tahdidlar ham kuchayib bormoqda. Muhtaram Prezidentimiz 2023 yil 22 dekabr' kuni bo‘lib o‘tgan Respublika Ma'naviyat va ma'rifat kengashining kengaytirilgan yig‘ilishidagi nutqlarida ta'kidlashganidek: “Ijtimoiy tarmoqlar orqali asosan chetdan, ba'zan hatto mamlakatning o‘zida ham Konstitusiya va qonunlarga zid pozisiyalar ilgari surilayapti, jumladan, diniy e'tiqod niqobi ostida yoshlarni ma'rifatga emas, jaholatga undash holatlari paydo bo‘lmoqda. Bunday vaziyatda jamiyatda jaholatga qarshi ma'rifat bilan kurashishni kuchaytirish, ehtiyotkorlik va ogohlikni oshirish lozim.” [1]

«Transformasiya» atamasi «Shakl, xususiyat yoki tashqi ko‘rinishdagi ifodali o‘zgarishlar yoki biror narsani to‘liq o‘zgartirish» ma'nosini anglatadi. Bu eski qoliplar, tamoyillar, dunyoqarash, e'tiqodlar va oldinga harakat qilish hamda rivojlanishga to‘sqinlik qiluvchi barcha narsalardan voz kechish demakdir. Oldinga harakat va rivojlanish qanday maqsadni ko‘zlaganligi, ijobiy yoki salbiy mazmunga egaligi asosiy axamiyatga ega. Ya'ni, transformasiya «boshda», miyadagi fikrlardan boshlanadi, inson o‘z hayoti haqida «Men bunday yashashim mumkin emas, lekin qanday qilib yangicha yashashni bilmayman!» degan fikrga kelganda yuz beradi. Transformasiya shaxs “Men”ining namoyon bo‘lish jarayoni bo‘lib, u inqiroz va nizolarni, ba'zan esa hayotdagi keskin o‘zgarishlarni o‘z ichiga oladi. Ba'zan bu og‘ir sinovlar o‘lim va qayta tirilishni eslatadi, chunki bu chuqur o‘zgarishlar va eski tananing ichida yangi mavjudot paydo bo‘lishiga olib keladigan arxetipik qolipdir.

Milliy qadriyatlar transformasiyasi taxlil qilinganda ikkita ikki yoqlama yondashuvni tanlagan ma'qul. Birinchi yondashuv transformasiyaning ijobiy yoki salbiy oqibatlarini taxlil qilish, ikkinchisi, transformasiyaga sabab bo‘luvchi omillar taxlili bilan bog‘liq.

Milliy qadriyatlar oilaviy, kasbiy, ijtimoiy va siyosiy shakllarda namoyon bo‘ladi. Asrlar davomida jamiyat va madaniyat tomonidan shakllantirilgan urf-odat, udum, an'ana va marosimlar ko‘rinishidagi qadriyatlar yashovchanligi, o‘zgarishlarga nisbatan mustahkamligi bilan ajralib tursa, oilaviy, ijtimoiy va siyosiy qadriyatlar ijtimoiy, siyosiy va mafkuraviy omillarga ta'sirchan, o‘zgaruvchan bo‘ladi. Agar yangi qadriyat milliy his-tuyg‘ular va milliy ta'bga mos kelsa ularning milliy ongga o‘rnashishi oson kechadi, aksincha bo‘lganda ular uzoq yashab qola olmaydilar. Xuddi shunday milliy qadriyatlar transformasiyasi ijobiy va salbiy yo‘nalishda sodir bo‘lishi mumkin. Salbiy transformasiya asosan tashqi omillar, psixologik xurujlar, global qadriyatlar transformasiyasi ta'sirida sodir bo‘lsa, ijobiy tarnsformasiya g‘oyaviy-mafkuraviy va ma'naviy axloqiy jarayonlar hamda o‘zga

davlatlar psixologik operasiyalariga qarshi amalga oshirilgan aniq maqsadga yo‘nalitirlgan targ‘ibot-tashviqot ko‘rinishidagi psixologik tadbirlar ta'sirida sodir bo‘ladi.

Tashqi omillar tarkibidagi o‘zga millatlar qadriyatlarini to‘la ishonch bilan ijobiy yoki salbiy, deb aytib bo‘lmaydi. Har qanday millatda o‘rgansa, o‘zlashtirsa bo‘ladigan qadriyatlar bilan bir qatorda o‘zlashtirish milliy o‘ziga xoslikka putur etadigan qadriyatlar ham mavjud. Bu erda shunday qoida amal qilishi lozim, hamma millatlarning milliy qadriyatlari o‘zlari uchun yaxshi, bizning milliy qadriyatlarimiz esa hammasidan yaxshi. O‘zga millatlar qadriyatlari integrasiyasi jarayonida xorij tarixiy va zamonaviy seriallariga aloxida urg‘u berish kerak. San'atning hamma turlari ichida kino o‘ta kuchli hissiy ta'siri bilan ajralib turadi, uning bu xususiyati g‘oyaviy-mafkuraviy va ma'naviy-axloqiy targ‘ibot tashviqot uchun bebaxo vositaga aylantiradi. Shuning uchun ham xozir yoshlarimizda kuzatilayotgan milliylikka yot liboslar, bosh o‘ranchiqlari, soqollar uchun aynan xorij tarixiy va zamonaviy seriallaridan hamda ularga taqlidda ulardanda o‘tib tushayotgan milliy seriallarimizdan “minnatdor” bo‘lish lodim. Tadqiqotlarda o‘z isbotini topgan kinolar bilan bog‘liq yana bir qonuniyat shuki, tomoshabin telvedenieda namoyish qilinayotgan kino, ko‘rsatuv, turli janrlardagi tok-shoulardan xulosa chiqarmaydi, aksincha ularga taqlid qiladi, televideniedagi obraz tomoshabin uchun xulq namunasi etaloni bo‘lib xizmat qiladi. Rokfeller payqaganidek, xozir biron-bir millatni bo‘sundirish uchun urush qilish shart emas, uning televilenielarini sotib olinsa bo‘ldi. Shuning uchun har qanday xorij va milliy namoyish materiali sinchiklab g‘oyaviy-mafkuraviy va ma'naviy-axloqiy taxlil qilinishi va filtrlanishi zarur. Ekstremal va favqulodda xodisalardan iborat moddiy-fiziologik tahdidlar oqibatlarini bartaraf qilish mumkin, g‘oyaviy-mafkuraviy va ma'naviy-axloqiy tahdidlarga esa faqat oldini olib kurashilgandagina samara beradi, chunki ongga o‘rnashgan g‘oyani chiqarib tashlash, almashtirish qiyin bo‘ladi. Shuning uchun ham “Bugungi kunda xavfsizlik va barqarorlik yo‘lida paydo bo‘layotgan tahdidlarga tegishli munosabatda bo‘la olishning o‘zigina etarli emas. Mavjud xavf-xatarlarning tabiatini to‘g‘ri tushunib etishimiz kerak. Ularning manbalari va o‘zaro aloqalarini vaqtida aniqlashimiz darkor. Jamiyatda barqarorlikni saqlash shart-sharoitlarini belgilab olishimiz va ulardan samarali foydalanishimiz zarur.” [3]

Umuman olganda tashqaridan kelayotgan har qanday axborot sinchiklab taxlil qilinishi milliy qadriyatlar sofligini, ijobiy transformasiyasini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Sababi «Bugun ommaviy axborot vositalari ma'lumotning emas, mafkuraning quroliga aylandi. U tarqatayotgan ma'lumotlar ichida eng muhimi bizning ongimizga kontrabanda yo‘li bilan joylashtirilayotgan g‘oyalar bo‘lib hisoblanadi».[4] Bugungi kunda ommaviy axborot vositalarining barchasi, hatto badiiy televideniе ham axborot xurujining vositasi bo‘lib qolmoqda, bugun har qanday axborot-ma'lumot, hatto reklama-tijorat ma'lumoti ham ijtimoiy ongni shakllantiradigan g‘oyaga aylandi.

Milliy qadriyatlar sofligi va ijobiy transformasiyasini ta'minlash va tahdidlardan ximoya qilishda mahalla va oila hal qiluvchi vazifani bajaradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki oila va mahalla-jamoachilik qadriyatlari toza saqlangan qishloq hududlarida so‘raluvchilar tahdidlar va ularning oqibatlari xaqida

sog‘lom fikrlaydilar, qishloq yoshlarida esa turli yot g‘oyalar ta'siriga berilish darajasi shaharga nisbatan sezilarli darajada past ko‘rsatkichni tashkil qiladi.

«Tarixdan ma'lum, Vatan va xalq taqdiriga nisbatan tahdidlar kuchaygan vaziyatda aynan millat fidoyilari – uyg‘oq qalbli ziyolilar, shoir va adiblar, san'at namoyandalari, ma'naviyat va ma'rifat sohasi xodimlari jasorat bilan maydonga chiqqanlar. Mamlakatimiz o‘z taraqqiyotining yangi, yuksak bosqichiga kirayotgan hozirgi paytda bizga jadid bobolarimiz kabi g‘arb ilm-fan yutuqlari bilan birga, milliy qadriyatlar ruhida tarbiya topgan etuk kadrlar suv bilan havodek zarur».[1]

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Ma'naviyat boshqa sohalardan oldinda yurishi, yangi kuchga, yangi harakatga aylanishi kerak. 2023 yil 22 dekabr' kuni bo‘lib o‘tgan Respublika Ma'naviyat va ma'rifat kengashining kengaytirilgan yig‘ilishidagi nutq.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning 2024 yil 12 yanvar kuni bo‘lib o‘tgan Xavfsizlik kengashining kengaytirilgan yig‘ilishidagi nutqi.
3. Каримов И.А. Ўзбекистон XXI аср бўсағасида: хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёт кафолатлари.-Т. Ўзбекистон, 1997 - 326 б.
4. Грачев Г.В. Информатsionно-психологическая безопасность личности: состояния и возможности психологической защиты. М.: РАГС, 1998. 125 с.
5. Кара-Мурза С. Г. «Манипуляция сознанием», 2000г издательство «Алгоритм». Политический бестселлер Стр. 864 ISBN 978-5-699-10826-8
6. Мугулов Ф.К. Безопасность личности: теоретические и прикладные аспекты социологического анализа: монография. Сочи: РИО СИМБиП, 2003. 243 с.

ИННОВАТЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА И ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Мирзажонова Элеонора Топволдиевна,

Ферганский государственный университет,
доцент кафедры «Психология», г. Фергана,
e.mirzajonova@gmail.com

Аннотация: Статья посвящена вопросам профилактики буллинга и кибербуллинга в образовательной среде. Безопасная и психологически благополучная образовательная среда способствует раскрытию потенциала личности учащихся и активизации ее резервов. Разработанная программа может рассматриваться как инновационная модель психолого-педагогического сопровождения и обеспечения психологической безопасности обучающихся в цифровой образовательной среде.

Ключевые слова: *буллинг, кибербуллинг, школьное насилие, психосоциальное благополучие, профилактика, законодательство.*

В современном мире одним из главных трендов выступает цифровизация и развитие искусственного интеллекта. Это можно определить как глобальный вызов и цивилизационный сдвиг, влияние и последствия которого на свое существование человечество еще не осознало в полной мере.

Цифровизация стала неотъемлемой частью современного мира, изменив многие аспекты жизни, включая образование, общение и досуг и определив поиск и смену научных и образовательных парадигм. Динамика и траектория развития цифровых технологий ставит перед научным сообществом новые задачи, требующие не только осмысления, но и поиска путей реагирования и согласованных стратегий системного взаимодействия. Так, к примеру, внедрение цифровизации в систему образования, существование дистанции информационного потребления между представителями разных поколений (учитель, ученик) требуют систематизации взглядов и углубленного изучения влияния (позитивного и негативного) информационных технологий на психику и сознание человека. [6, *22-28*]. Цифровые технологии существенно меняют течение детства и подросткового возраста, влияя на многие социальные процессы: как дети учатся и получают информацию, находят друзей, формируют и поддерживают социальные связи, как проводят свободное время и

взаимодействуют с обществом в целом. По мнению психологов, цифровая зависимость несет серьезные риски для психического здоровья школьников, включая кибербуллинг, социальную изоляцию и повышенную тревожность. Такая ситуация сложилась в области психолого-педагогического знания впервые. Она представляет собой глобальный и комплексный вызов, однако приходится признать, что в настоящий момент на него нет однозначного и взвешенного ответа. Как отмечают эксперты, цифровизация связана с угрозами

благополучию детей, в частности, с распространением Интернета возможны угрозы безопасности и частной жизни (кибербуллинг, секстинг, вредоносный контент, воровство и неправомерное использование персональных данных,

кибермошенничество и финансовые махинации, фейковые новости и недостоверная информация) [7]. Агрессия, свойственная определенной части подростков, перемещается из школы в Интернет: кибербуллинг по сравнению с обычной травлей усиливает риск повторной виктимизации, поскольку слова и изображения, размещенные онлайн, сложно удалить. Кибербуллинг отличается от традиционных форм очной травли:

- анонимностью, что способствует ощущению неуловимости и безнаказанности у агрессоров и усиливает беспомощность жертв; - физической и психологической дистанцией, которая снижает эмпатию агрессоров по отношению к жертвам; - не ограниченностью онлайн-аудитории, когда число

вставших на сторону агрессора может неконтролируемо возрастать; - онлайн-буллинг может происходить круглосуточно.

Как и для очной травли, для кибербуллинга характерны повторяемость, намеренность и дисбаланс сил [4].

Кибербуллинг - это форма агрессии, осуществляемая через цифровые платформы, такие как социальные сети, мессенджеры и онлайн-игры. Этот феномен стал особенно распространён среди школьников, так как они всё больше времени проводят в интернете. Исследования показывают, что около 30% детей и подростков сталкиваются с кибербуллингом хотя бы раз в жизни.

Психологи и педагоги с тревогой отмечают, что в стремительно цифровизирующемся мире наблюдается рост агрессивности детей и подростков. Проблема школьного и цифрового насилия - буллинга и кибербуллинга является довольно острой в силу ее социальной значимости. Среди основных последствий кибербуллинга называют суицидальное поведение, развитие депрессивных и тревожных состояний, самоповреждающее поведение (селф-харм), использование психоактивных веществ и психосоматическую симптоматику [5].

Ускорение темпов цифровизации и роста информационной нагрузки на школьников обусловливают актуальность комплексного подхода в профилактике данных форм насилия в системе образования. В Ферганском государственном университете психологами кафедры психологии был разработан и апробирован диагностический инструментарий по изучению и выявлению ситуаций буллинга и кибербуллинга в образовательной среде. Совместно со специалистами Благотворительного Фонда «Вклад в будущее» Сбербанка России и ИИТО ЮНЕСКО разработан практико-ориентированный курс по обучению педагогов, психологов и администрации школ и учащихся по теме: «Комплексный подход к предупреждению школьного и цифрового насилия: значимость образования для психосоциального благополучия». Значимость и важность проблемы подчёркивается и решениями, принятыми на государственном уровне. Узбекистан, как и многие другие страны, вынужден реагировать на вызовы глобализации и современного цифровизирующегося мира. Так, с 15 мая 2025 года вступает в силу Закон Республики Узбекистан «О защите детей от всех форм насилия» [1], который закрепляет основные гарантии защиты прав несовершеннолетних. Также действуют Закон «О кибербезопасности» [2], и Закон «Об образовании» [3], подчеркивающие важность создания безопасной образовательной среды.

В рамках проекта были использованы смешанные методы исследования: наблюдение, сравнение, анкетирование учащихся с использованием авторского опросника, а также сравнительный анализ данных, полученных в ходе обсуждений проблемы и результатов анкетирования с участием педагогов и психологов. Участниками анкетирования стали студенты вузов региона. Психодиагностический опросник «Восприятие буллинга и кибербуллинга» включал вопросы, направленные на оценку четырёх ключевых аспектов: восприятие буллинга; личное участие и реакция; оценка роли взрослых и школы; интерес к обучению и профилактике.

Ответы оценивались по шкале от 0 до 3 баллов, отражая уровень зрелости и готовности к конструктивному реагированию. Результаты интерпретировались по трёхуровневой системе: высокий (76–100% от максимума), средний (40–75%) и низкий уровень (<40%). Методика предусматривала также валидацию с расчётом альфа Кронбаха, факторным и корреляционным анализом. Данные получены от 72 студентов, 94% из которых - девушки, а средний возраст составляет 18,9 лет.

1. Шкала: Восприятие буллинга среди студентов достаточно острое, но присутствует заниженная оценка серьёзности проблемы со стороны окружения.

2. Шкала: Личное участие и реакция. Большинство студентов (более 70%) готовы вмешиваться в ситуации буллинга, если почувствуют поддержку со стороны взрослых. Однако только треть участников опроса заявили о собственной готовности самостоятельно защищать жертву. Почти половина опрошенных не знает, как действовать в подобных ситуациях. Более 80% респондентов убеждены, что агрессия недопустима и осознают личную ответственность за происходящее в коллективе. Студенты проявляют готовность к реагированию, но испытывают дефицит уверенности и практических знаний по предотвращению буллинга. 3. Шкала: Оценка роли взрослых и школы. Респонденты в подавляющем большинстве считают, что взрослые несут ответственность за борьбу с буллингом и должны вмешиваться. Около 92% считают администрацию школы ответственной за бездействие в подобных ситуациях. Высказаны предложения по разработке школьных правил, направленных на формирование культуры ненасилия. Молодёжь ожидает активных действий от школы и взрослых. 4. Шкала: Интерес к обучению и профилактике. Более 80% участников выразили заинтересованность в обучающих программах, направленных на повышение осведомлённости о буллинге. Наблюдается высокий интерес к участию в образовательных и просветительских инициативах, что открывает возможности для разработки системной профилактики.

Результаты анкетирования свидетельствуют о необходимости системного внедрения образовательных модулей по профилактике насилия в школьную среду. Разработанный курс включает четыре модуля: (1) Понятие буллинга и кибербуллинга, (2) Распознавание и реагирование на травлю, (3) Психологически безопасная школьная среда, (4) Роль взрослых в профилактике насилия.

Для профилактики распространения буллинга в образовательных учреждениях необходимы: - Разработка тренингов по реагированию на буллинг и формированию навыков ненасильственного общения; - Усиление институциональной ответственности администрации образовательных учреждений; - Создание анонимных и доступных платформ для психологической и правовой поддержки подростков; - Расширение информационно-просветительской работы с родителями и педагогами. Полученные результаты могут быть использованы для построения комплексной программы по профилактике буллинга и повышения

благополучия подростков в образовательной среде. Как отмечают исследователи, кросс-культурные оценки кибербуллинга осложняются разными его определениями, применением различных методик, а также культурной спецификой стран, в которых осуществляются исследования [7]. Сравнительный анализ с международными исследованиями [4] позволяет утверждать, что комплексный подход с вовлечением всех участников образовательного процесса (учеников, педагогов, администрации, родителей) наиболее эффективен. Использование практико-ориентированных методов обучения повышает уровень осведомлённости, способствует снижению насилия в школах и формированию благополучного психосоциального климата. Вполне очевидно, что безопасная и психологически благополучная образовательная среда способствует раскрытию потенциала личности учащихся и активизации ее резервов. Разработанная программа может рассматриваться как инновационная модель психолого-педагогического сопровождения и обеспечения психологической безопасности обучающихся в цифровой образовательной среде.

Литература:

1. Закон Республики Узбекистан «О защите детей от всех форм насилия» ЗРУ-996 от 14.11.2024 г. – URL: https://lex.uz/ru/docs/7219505

2. Закон Республики Узбекистан «О кибербезопасности» ЗРУ-764 от 15.04.2022 г. – URL: https://lex.uz/ru/docs/5960609

3. Закон Республики Узбекистан «Об образовании» ЗРУ-637 от 23.09.2020 г. – URL: https://lex.uz/docs/5013009

4. Ольвеус Д. Aggression in the Schools: Bullies and Whipping Boys. – New York: Hemisphere, 1998.

5. Благополучие детей в цифровую эпоху. Доклад НИУ ВШЭ. Издательский дом Высшей школы экономики Москва, 2019. С. 19, <http://id.hse.ru>

6. Карпов А.В., Воронова Т.А. Цифровизатsiя и развитие психики ребенка: вызовы нового времени. *// Человеческий капитал. 2021. № 8 (152). С. 22-28.* https://psy.su/feed/9964/

7. Growing up in a digital world, 2018; Livingstone, Haddon 2009; Livingstone et al., 2011

8. John et al., 2018; Chang et al., 2019; Zych et al., 2017; Pozzoli, Gini, 2019

KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Pulatova Gulnoza Murodilovna
FarDU, Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi (Phd)

Umrzaqova Gulzoda Abdurakhmonovna
FarDu, Psixologiya yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlarning zamonaviy jamiyatdagi o'rni hamda ularning integratsiyalashgan yondashuvlari tahlil qilinadi. Axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi sharoitida insonlarning raqamli muhitdagi xavfsizligini ta'minlash bilan birga, ularning psixologik barqarorligini qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etmoqda. Maqolada kiberxavfsizlik tahdidlari, jumladan, kiberbulling, axborot manipulyatsiyasi va shaxsiy ma'lumotlar daxlsizligiga oid muammolar ko'rib chiqiladi. Shuningdek, psixologik xizmatlarning zamonaviy metodlari — onlayn konsultatsiyalar, raqamli psixodiagnostika va profilaktik dasturlar tahlil etiladi. Tadqiqot natijasida kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlar o'rtasidagi uzviy bog'liqlik ochib berilib, kompleks yondashuv asosida inson salomatligi va xavfsizligini ta'minlash bo'yicha takliflar ishlab chiqiladi.

Kalit so'zlar: *kiberxavfsizlik, psixologik xizmat, raqamli muhit, kiberbulling, axborot xavfsizligi, psixologik himoya, onlayn konsultatsiya, psixodiagnostika, raqamli texnologiyalar, shaxsiy ma'lumotlar himoyasi*

Аннотация. В данной статье анализируются современные подходы к кибербезопасности и психологическим услугам, а также их роль в современном обществе. В условиях стремительного развития информатsionных технологий особое значение приобретает обеспечение безопасности человека в цифровой среде наряду с поддержанием его психологической устойчивости. Рассматриваются основные киберугрозы, включая кибербуллинг, информатsionные манипуляции и проблемы защиты персональных данных. Также анализируются современные методы психологической помощи, такие как онлайн-консультирование, цифровая психодиагностика и профилактические программы. В результате исследования раскрывается взаимосвязь между кибербезопасностью и психологическими услугами, а также предлагаются комплексные подходы к обеспечению безопасности и благополучия личности.

Ключевые слова: *кибербезопасность, психологическая служба, цифровая среда, кибербуллинг, информатsionная безопасность, психологическая защита, онлайн-консультирование, психодиагностика, цифровые технологии, защита персональных данных*

Abstract. This article examines modern approaches to cybersecurity and psychological services, as well as their role in contemporary society. In the context

of rapid development of information technologies, ensuring human safety in the digital environment along with maintaining psychological stability has become increasingly important. The paper discusses major cyber threats, including cyberbullying, information manipulation, and issues related to personal data protection. It also analyzes modern methods of psychological support such as online counseling, digital psychodiagnostics, and preventive programs. The study reveals the interconnection between cybersecurity and psychological services and proposes integrated approaches to ensuring individual safety and well-being.

Keywords: *cybersecurity, psychological services, digital environment, cyberbullying, information security, psychological protection, online counseling, psychodiagnostics, digital technologies, personal data protection*

XXI asrda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining misli ko‘rilmagan darajada rivojlanishi natijasida jamiyat hayotining deyarli barcha jabhalari raqamlashtirilmoqda. Internet tarmog‘i, mobil qurilmalar va ijtimoiy platformalarning keng ommalashuvi insonlarning kundalik faoliyatini engillashtirish, axborot almashish tezligini oshirish hamda global miqyosda o‘zaro aloqalarni mustahkamlash imkonini bermoqda. Shu bilan birga, raqamli muhitning kengayishi yangi turdagi xavf-xatarlarni, xususan, kiberxavfsizlik bilan bog‘liq muammolarni ham yuzaga keltirdi. Endilikda nafaqat tashkilotlar va davlatlar, balki har bir shaxsning o‘zi ham kiberxavfsizlik masalalariga bevosita duch kelmoqda.

Mavzuning dolzarbligi aynan shu jarayonlar bilan chambarchas bog‘liqdir. So‘nggi yillarda kiberjinoyatlar sonining ortib borishi, kiberbulling, fishing, shaxsiy ma’lumotlarning o‘g‘irlanishi va turli xil axborot manipulyatsiyalari insonlar hayotiga jiddiy tahdid solmoqda. Ayniqsa, yoshlar va o‘smirlar orasida ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, virtual zo‘ravonlik va ruhiy bosim holatlarining kuchayishi psixologik muammolarning ko‘payishiga olib kelmoqda. Bu esa kiberxavfsizlikni faqat texnik jihatdan emas, balki psixologik nuqtai nazardan ham o‘rganish va himoya choralarini ishlab chiqishni taqozo etadi. Hozirgi kunda psixologik xizmatlar tizimi ham tubdan o‘zgarib bormoqda. An’anaviy yuzma-yuz maslahatlashuvlar bilan bir qatorda, onlayn konsultatsiyalar, mobil ilovalar orqali psixologik yordam ko‘rsatish, sun’iy intellektga asoslangan psixodiagnostika vositalari keng qo‘llanilmoqda. Bu esa aholining keng qatlamlariga psixologik yordamni tezkor va qulay shaklda etkazish imkonini bermoqda. Biroq bunday xizmatlarning raqamli muhitga ko‘chishi ularning xavfsizligi, maxfiylikni ta’minlash va foydalanuvchi ma’lumotlarini himoya qilish kabi yangi muammolarni ham yuzaga keltirmoqda. Shuningdek, zamonaviy jamiyatda insonning psixologik barqarorligi va axborot xavfsizligi o‘zaro uzviy bog‘liq tushunchalarga aylanmoqda. Kiberxavfsizlik tahdidlari natijasida yuzaga keladigan stress, xavotir, ishonchsizlik kabi psixologik holatlar insonning umumiy farovonligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, kiberxavfsizlikni ta’minlashda psixologik yondashuvlarni qo‘llash, shuningdek, psixologik xizmatlarda axborot xavfsizligi choralarini kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda dunyoning ko‘plab mamlakatlarida kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlarni integratsiyalashgan holda rivojlantirishga alohida e’tibor

qaratilmoqda. Ta’lim muassasalarida raqamli savodxonlikni oshirish, kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish, aholining psixologik himoyasini mustahkamlashga qaratilgan kompleks dasturlar joriy etilmoqda. Bu esa mazkur sohalarning o‘zaro uyg‘unlashgan holda rivojlanishini ta’minlab, jamiyatning barqaror va xavfsiz rivojlanishiga xizmat qiladi. Mazkur maqolaning maqsadi kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlarning zamonaviy yondashuvlarini keng qamrovda tahlil qilish, ularning o‘zaro bog‘liqligini ochib berish hamda insonning raqamli muhitdagi xavfsizligi va psixologik farovonligini ta’minlashga qaratilgan ilmiy-amaliy takliflar ishlab chiqishdan iboratdir.

Zamonaviy jamiyat taraqqiyoti axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivoji bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, bu jarayon insoniyat hayotining barcha sohalarida tub o‘zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Raqamli texnologiyalar tufayli global miqyosda axborot almashinuvi tezlashdi, iqtisodiy jarayonlar avtomatlashtirildi, davlat boshqaruvi va ta’lim tizimida innovatsion yondashuvlar keng joriy etildi. Shu bilan birga, ushbu ijobiy o‘zgarishlar bilan parallel ravishda kiberxavfsizlik bilan bog‘liq murakkab muammolar ham paydo bo‘ldi. Axborot tizimlariga noqonuniy kirish, zararli dasturlar (malware), fishing hujumlari, DDoS hujumlari va ijtimoiy muhandislik usullari orqali amalga oshiriladigan firibgarliklar bugungi kunning eng dolzarb xavflaridan hisoblanadi. Tadqiqotlarga ko‘ra, zamonaviy kiberhujumlarning katta qismi inson omiliga asoslangan bo‘lib, foydalanuvchilarning etarli bilim va ko‘nikmaga ega emasligi ushbu tahdidlarning muvaffaqiyatli amalga oshishiga sabab bo‘ladi[1,35-60b]

Kiberxavfsizlik muammolarini faqat texnik nuqtai nazardan emas, balki ijtimoiy va psixologik jihatdan ham ko‘rib chiqish zarur. Chunki raqamli muhitdagi xavf-xatarlar insonning psixologik holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Xususan, kiberbulling muammosi zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan bo‘lib, u shaxsga nisbatan ruhiy bosim, haqorat va tahdidlar orqali namoyon bo‘ladi. Kiberbullingning asosiy xususiyati uning anonimligi va doimiyligidadir, ya’ni jabrlanuvchi doimiy ravishda bosim ostida qoladi va undan qochib qutulish imkoniyati cheklangan bo‘ladi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kiberbulling qurbonlarida depressiya, tashvish buzilishlari, ijtimoiy izolyatsiya, o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishi hamda suitsidal xatti-harakatlarga moyillik kuzatiladi. Bu esa psixologik xizmatlarning nafaqat davolovchi, balki profilaktik ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi[2,64-90b].

Axborot manipulyatsiyasi ham zamonaviy kiberxavfsizlik muammolarining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Raqamli muhitda soxta yangiliklar, propaganda va dezinformatsiyalar keng tarqalib, jamiyat ongiga kuchli ta’sir o‘tkazmoqda. Bu jarayon ayniqsa siyosiy va ijtimoiy jarayonlarda sezilarli bo‘lib, jamoatchilik fikrini boshqarish vositasiga aylanmoqda. Castells o‘z tadqiqotlarida axborot jamiyatida kommunikatsiya tarmoqlari orqali axborotni boshqarish ijtimoiy hokimiyatning asosiy omillaridan biri ekanligini ta’kidlaydi. Axborot manipulyatsiyasi natijasida insonlarda noto‘g‘ri qarashlar shakllanadi, ijtimoiy ishonch pasayadi va psixologik barqarorlik buziladi. Shu sababli zamonaviy ta’lim tizimida media savodxonlik, tanqidiy fikrlash va axborotni tahlil qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim vazifa hisoblanadi[3,77-95b].

Shaxsiy ma’lumotlar daxlsizligini ta’minlash masalasi ham kiberxavfsizlikning ustuvor yo‘nalishlaridan biridir. Raqamli platformalarda foydalanuvchilarning shaxsiy ma’lumotlari katta hajmda to‘planadi va qayta ishlanadi. Ushbu ma’lumotlarning noqonuniy qo‘lga kiritilishi yoki oshkor qilinishi nafaqat iqtisodiy zarar, balki psixologik travmalarni ham keltirib chiqaradi. Masalan, shaxsiy ma’lumotlarning tarqalishi insonda qo‘rquv, xavotir va ishonchsizlik hissini yuzaga keltiradi. ISO/IEC 27001:2022 standarti axborot xavfsizligini boshqarish tizimini joriy etish orqali ma’lumotlarni himoya qilishning xalqaro standartlarini belgilaydi. O‘zbekiston Respublikasining “Shaxsga doir ma’lumotlar to‘g‘risida”gi Qonuni esa milliy darajada ushbu jarayonni tartibga solidi[4,5-15b]

Raqamli muhitning kengayishi inson psixologiyasiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Axborotning haddan tashqari ko‘pligi, doimiy onlayn muloqot va ijtimoiy tarmoqlardagi solishtirish fenomeni insonlarda ruhiy charchoq, stress va “raqamli charchoq” holatlarini keltirib chiqaradi. Turkle o‘z tadqiqotlarida raqamli texnologiyalar insonlar o‘rtasidagi real ijtimoiy aloqalarni zaiflashtirib, yolg‘izlik hissini kuchaytirishini qayd etadi. Bu esa psixologik xizmatlarning zamonaviy shakllarini rivojlantirishni talab etadi. Hozirgi kunda psixologik xizmatlar tizimi ham innovatsion rivojlanish bosqichiga o‘tmoqda. Onlayn psixologik konsultatsiyalar, mobil ilovalar, sun’iy intellekt asosidagi psixologik yordam tizimlari va masofaviy terapiya usullari keng qo‘llanilmoqda. Bu xizmatlar insonlarga tezkor, qulay va anonim tarzda yordam olish imkonini yaratadi. Ayniqsa, kiberbulling yoki axborot manipulyatsiyasi natijasida psixologik muammolarga duch kelgan shaxslar uchun bu xizmatlar muhim ahamiyatga ega[5,145-170b]

Kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlarning integratsiyalashgan yondashuvi zamonaviy jamiyat uchun eng samarali model hisoblanadi. Bu yondashuv texnik himoya vositalari bilan bir qatorda psixologik profilaktika, ta’lim va ma’naviy tarbiya elementlarini ham o‘z ichiga oladi. Xususan, ta’lim muassasalarida kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish, psixologik treninglar o‘tkazish, raqamli gigiyena ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali kiberxavflarni sezilarli darajada kamaytirish mumkin[6,19-30b].

Onlayn konsultatsiyalar psixologik xizmatlarning eng muhim innovatsion shakllaridan biri hisoblanadi. Ushbu tizim videokonferensiya, maxsus mobil ilovalar, chat-platformalar va sun’iy intellektga asoslangan yordamchi dasturlar orqali amalga oshiriladi. Onlayn terapiyaning asosiy afzalliklaridan biri shundaki, mijoz o‘z uyidan chiqmasdan turib professional yordam olishi mumkin. Bu ayniqsa chekka hududlarda yashovchi, harakatlanish imkoniyati cheklangan yoki vaqt etishmovchiligi bo‘lgan insonlar uchun juda muhimdir. Shuningdek, anonimlik darajasining yuqoriligi ba’zi mijozlarda psixologga murojaat qilishdagi psixologik to‘siqlarni kamaytiradi[7,78b]

Ilmiy tadqiqotlar onlayn psixologik maslahatlar ko‘plab holatlarda an’anaviy terapiya bilan bir xil yoki unga yaqin samaradorlikka ega ekanligini ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, stress, xavotir va engil depressiv holatlarda raqamli terapiya ijobiy natijalar bermoqda. Biroq ushbu jarayonning samaradorligi texnologik platformalarning ishonchliligi va ma’lumotlar xavfsizligiga ham bevosita bog‘liqdir. Agar shaxsiy ma’lumotlar himoyasi etarli darajada ta’minlanmasa, mijozning psixologik ishonchi

kamayishi mumkin. Raqamli psixodiagnostika zamonaviy psixologiyaning eng tez rivojlanayotgan yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, u insonning ruhiy holatini avtomatlashtirilgan testlar, algoritmlar va sun’iy intellekt tizimlari orqali tahlil qilish imkonini beradi. Ushbu texnologiyalar psixologlarga katta hajmdagi ma’lumotlarni qisqa vaqt ichida qayta ishlash va aniqroq xulosalar chiqarish imkonini beradi. Masalan, turli psixometrik testlar natijalarini avtomatik tahlil qilish orqali shaxsning stress darajasi, emotsional holati va xulq-atvor tendensiyalarini aniqlash mumkin[8,101b].

Biroq raqamli psixodiagnostika bilan bog‘liq muammolar ham mavjud. Birinchidan, algoritmik tizimlarning noto‘g‘ri ishlashi yoki noto‘liq ma’lumot asosida xulosa chiqarishi xavfi bor. Ikkinchidan, psixologik ma’lumotlarning maxfiyligi juda yuqori darajada himoyalanishi kerak, chunki bu ma’lumotlar shaxsning eng nozik jihatlariga tegishlidir. Shu sababli, psixodiagnostika jarayonida kiberxavfsizlikning kuchli mexanizmlarini joriy etish zarur hisoblanadi. Profilaktik psixologik dasturlar esa jamiyatda ruhiy salomatlikni saqlash va psixologik muammolarni oldindan aniqlashga qaratilgan muhim yo‘nalishdir. Ushbu dasturlar orqali stressni boshqarish, hissiy barqarorlikni oshirish, shaxsiy rivojlanish va ijtimoiy moslashuvni yaxshilash bo‘yicha treninglar o‘tkaziladi. Raqamli platformalar yordamida bu dasturlar keng auditoriyaga etkaziladi, bu esa ularning samaradorligini oshiradi[9,88b].

Profilaktik yondashuvning eng katta afzalligi shundaki, u kasallik paydo bo‘lgandan keyin davolash emas, balki uning oldini olishga qaratilgan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, profilaktik psixologik dasturlar ruhiy kasalliklar sonini kamaytirish va sog‘liqni saqlash tizimidagi yukni engillashtirishga yordam beradi. Psixologik xizmatlarning raqamli shaklga o‘tishi kiberxavfsizlik bilan uzviy bog‘liqdir. Bugungi kunda psixologik platformalarda saqlanadigan ma’lumotlar – mijozning shaxsiy hayoti, ruhiy holati va diagnostik natijalari – juda yuqori darajada himoya qilinishi kerak bo‘lgan axborot hisoblanadi. Ushbu ma’lumotlarning sizib chiqishi yoki noqonuniy foydalanilishi jiddiy ijtimoiy va psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkin[10, 120b].

Shu sababli psixologik xizmatlar sohasida kiberxavfsizlik tizimlarini kuchaytirish dolzarb vazifa hisoblanadi. Bu nafaqat texnik himoya, balki tashkiliy va huquqiy choralarni ham o‘z ichiga oladi. Mutaxassislarning fikriga ko‘ra, psixologik xizmatlar va kiberxavfsizlik o‘rtasidagi integratsiya kompleks yondashuvni talab qiladi. Bundan tashqari, psixologlar va IT mutaxassislar o‘rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish zarur. Chunki psixologik platformalarning xavfsiz ishlashi uchun faqat psixologik bilim etarli emas, balki axborot texnologiyalari bo‘yicha chuqur tushuncha ham talab etiladi. Shu bilan birga, foydalanuvchilarning raqamli savodxonligini oshirish ham muhim yo‘nalishlardan biridir. Umuman olganda, zamonaviy psixologik xizmatlar va kiberxavfsizlik o‘rtasidagi bog‘liqlik tobora kuchayib bormoqda. Raqamli psixologiya tizimlarini samarali va xavfsiz ishlatish uchun kompleks yondashuv zarur bo‘lib, u texnologik, psixologik va huquqiy jihatlarni birlashtirishi lozim. Bunday yondashuv inson salomatligini saqlash, psixologik farovonlikni oshirish hamda axborot xavfsizligini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi.

Kiberxavfsizlik masalalari faqat texnologik himoya vositalari bilan cheklanib qolmay, balki inson omili va uning psixologik holati bilan uzviy bog‘liqdir. Ayniqsa, kiberbulling va axborot bosimi kabi holatlar shaxsning ruhiy salomatligiga jiddiy zarar etkazishi mumkinligi ilmiy manbalar orqali tasdiqlandi. Shu sababli psixologik xizmatlarning roli ortib, ularning zamonaviy shakllari — onlayn konsultatsiyalar, raqamli psixodiagnostika va profilaktik dasturlar keng joriy etilishi zarur ekanligi asoslandi. Umuman olganda, kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlar o‘rtasidagi integratsiya zamonaviy jamiyat barqarorligi uchun muhim omil hisoblanadi. Ushbu ikki yo‘nalishni birgalikda rivojlantirish orqali insonning raqamli muhitdagi xavfsizligi, ruhiy barqarorligi va ijtimoiy farovonligini ta’minlash mumkin. Shu bois ta’lim muassasalari, davlat tashkilotlari va psixologik xizmatlar tizimi hamkorlikda ishlashi, kompleks yondashuvni amalga oshirishi zarur. Yakuniy xulosa sifatida aytish mumkinki, raqamli jamiyatda xavfsizlik faqat texnologik himoya emas, balki insonning psixologik holati va axborot madaniyati bilan ham bevosita bog‘liqdir. Shu jihatdan, kiberxavfsizlik va psixologik xizmatlarning uyg‘un rivoji kelajak jamiyatining barqaror va sog‘lom rivojlanishida asosiy omillardan biri bo‘lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Whitman M., Mattord H. Principles of Information Security. – Boston: Cengage Learning, 2021. – 35-60b.

2. Kowalski R., Limber S., Agatston P. Cyberbullying: Bullying in the Digital Age. – Wiley-Blackwell, 2018. – 64-90b.

3. Castells M. The Rise of the Network Society. – Oxford: Blackwell Publishers, 2010. – 77-95b.

4. ISO/IEC 27001:2022. Information Security Management Systems — Requirements. – Geneva: ISO, 2022. – 5-15b.

5.Turkle S. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. – New York: Basic Books, 2017. – 145-170b.

6. Karimov I.A. Yuksak ma’naviyat – engilmas kuch. – Toshkent: Ma’naviyat, 2008. – 19-30b.

7. Brown A. Online Counseling Methods. – Oxford: Oxford University Press, 78b 2021.

8. Williams K. Psychodiagnostics and Artificial Intelligence. – Boston: MIT Press, 101b, 2020.

9. Taylor M. Preventive Psychology Programs. – Chicago: University Press, 88b 2019.

10. Karimova D. Yoshlar psixologiyasi va zamonaviy muammolar. – Toshkent: Universitet, 2021. –120-b

MARKAZIY OSIYO MINTAQASIDA PSIXOLOGIYA: RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI

Komilov Abdulloh Kamoliddin o‘g‘li
Aniq va ijtimoiy fanlar unversteti magistri

Jabborov Xazrat Xusenovich
Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti, “Pedagogika va psixologiya” kafedrasi professori, Psixologiya fanlari doktori (DSc)

Annotatsiya. Mazkur maqolada turkiy xalqlarning psixologik qarashlari va ilmiy maktablari kross-madaniy tadqiqotlar nuqtai nazaridan tahlil qilinadi. Turkiy xalqlarning mentaliteti, madaniy qadriyatlari va tarixiy tajribasining psixologiya fanining rivojlanishiga ta’siri o‘rganiladi. Shuningdek, zamonaviy davrda turkiy mamlakatlarda psixologiya fanining rivojlanish tendensiyalari, ilmiy yo‘nalishlari hamda amaliy psixologiya sohasidagi dolzarb masalalar yoritiladi. Tadqiqot natijalari turkiy xalqlar psixologiyasini global ilmiy makon bilan uyg‘un holda rivojlantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: *kross-madaniy psixologiya, turkiy xalqlar, mentalitet, psixologik maktablar, madaniyat, ijtimoiy psixologiya.*

XXI asrda globalizatsiya jarayonlarining kuchayishi turli madaniyatlar va xalqlar o‘rtasidagi ijtimoiy, iqtisodiy hamda madaniy aloqalarning kengayishiga olib kelmoqda. Shu sababli turli xalqlarning psixologik xususiyatlarini o‘rganish psixologiya fanining muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, kross-madaniy psixologiya turli madaniyatlarda yashovchi insonlarning psixologik jarayonlari, xulq-atvori va qadriyatlarini solishtirish orqali umumiy va milliy xususiyatlarni aniqlash imkonini beradi.

Turkiy xalqlar – o‘zbek, qozoq, qirg‘iz, turk, ozarbayjon, turkman va boshqa xalqlar – boy tarixiy meros, o‘ziga xos madaniyat va qadriyatlarga ega. Ushbu omillar ularning psixologik qarashlari, shaxsiy xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlar tizimiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli turkiy xalqlar psixologiyasini kross-madaniy tadqiqotlar doirasida o‘rganish nafaqat ilmiy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyatga ega.

Turkiy xalqlar psixologiyasining shakllanishida bir qator tarixiy, madaniy va ijtimoiy omillar muhim rol o‘ynagan. Avvalo, turkiy xalqlar jamiyatida oila instituti markaziy o‘rin egallaydi. Oila inson shaxsining shakllanishida, uning ijtimoiylashuv jarayonida asosiy muhit hisoblanadi.

Turkiy jamiyatlarda quyidagi qadriyatlar alohida ahamiyatga ega:

Kattalarga hurmat; Jamoaviylik va hamkorlik; Mehmondo‘stlik; O‘zaro yordam va birdamlik. Mazkur qadriyatlar shaxs psixologiyasida jamoaga moslashuv, ijtimoiy mas’uliyat va guruh manfaatlarini ustun qo‘yish kabi xususiyatlarni shakllantiradi. Shu jihatdan turkiy jamiyatlar ko‘proq kollektivistik madaniyatga yaqin hisoblanadi. Bunday madaniyatlarda insonning shaxsiy manfaatlari ko‘pincha jamiyat manfaatlari bilan uyg‘un holda ko‘riladi.

Shuningdek, tarixiy tajriba, ko‘chmanchi hayot tarzi va tabiat bilan yaqin aloqada yashash ham turkiy xalqlar mentalitetining shakllanishiga ta’sir ko‘rsatgan. Bu omillar insonlarda sabr-toqat, bardoshlilik va moslashuvchanlik kabi psixologik xususiyatlarni rivojlantirgan.

Kross-madaniy tadqiqotlarning ahamiyati. Kross-madaniy psixologiya turli madaniyatlarda yashovchi insonlarning psixologik jarayonlarini solishtirib o‘rganishga qaratilgan ilmiy yo‘nalishdir. Bu tadqiqotlar orqali inson xulq-atvorining universal jihatlari va madaniyatga bog‘liq xususiyatlarini aniqlash mumkin.

Turkiy xalqlar psixologiyasini boshqa madaniyatlar bilan solishtirish quyidagi masalalarni aniqlash imkonini beradi:

– madaniyatning shaxs rivojiga ta’siri;
– ijtimoiy identifikatsiya jarayonlari;
– qadriyatlar tizimining shakllanishi;
– guruhlararo munosabatlarning psixologik asoslari.

Masalan, g‘arbiy madaniyatlarda individualizm kuchli rivojlangan bo‘lsa, turkiy xalqlarda jamoaviylik va ijtimoiy birdamlik yuqori darajada namoyon bo‘ladi. Bu esa ijtimoiy xulq-atvor va shaxslararo munosabatlarda muayyan farqlarni keltirib chiqaradi. Shu sababli kross-madaniy tadqiqotlar turli xalqlarning psixologik xususiyatlarini chuqurroq tushunish va global miqyosda psixologiya fanini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Turkiy mamlakatlarda psixologiya fanining ilmiy rivojlanishi asosan XX asrda faol bosqichga kirgan. Bu davrda universitetlar va ilmiy markazlarda psixologiya yo‘nalishlari tashkil etilib, ilmiy tadqiqotlar olib borila boshladi. Bugungi kunda turkiy mamlakatlarda psixologiya fanining quyidagi yo‘nalishlari keng rivojlanmoqda: pedagogik psixologiya; ijtimoiy psixologiya; shaxs psixologiyasi; klinik psixologiya; amaliy psixologiya.

O‘zbekiston, Turkiya, Qozog‘iston va boshqa turkiy davlatlarda psixologiya sohasida ko‘plab ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Ushbu tadqiqotlarda milliy mentalitet, madaniy qadriyatlar va zamonaviy ilmiy yondashuvlarni uyg‘unlashtirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Shuningdek, psixologiya fanining amaliy yo‘nalishlari ham keng rivojlanmoqda. Ta’lim tizimi, sog‘liqni saqlash, biznes va ijtimoiy sohalarda psixologik xizmatlar keng qo‘llanilmoqda.

Hozirgi davrda turkiy mamlakatlarda psixologiya fanining rivojlanishida bir qator muhim tendensiyalar kuzatilmoqda. Birinchidan, milliy mentalitetni chuqur o‘rganishga qaratilgan tadqiqotlar soni ortib bormoqda. Bu tadqiqotlar orqali turkiy xalqlarning psixologik xususiyatlari va madaniy qadriyatlari ilmiy asosda tahlil qilinmoqda. Ikkinchidan, kross-madaniy tadqiqotlar kengayib bormoqda. Turli mamlakatlar olimlari o‘rtasidagi ilmiy hamkorlik psixologiya fanining rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Uchinchidan, psixologik xizmatlarning jamiyatdagi roli ortib bormoqda. Ta’lim tizimi, oilaviy maslahat, stressni boshqarish va ruhiy salomatlikni mustahkamlash sohalarida psixologlarning faoliyati muhim ahamiyat kasb etmoqda. To‘rtinchidan, zamonaviy texnologiyalar psixologiya fanining rivojlanishiga yangi imkoniyatlar yaratmoqda. Onlayn psixologik maslahatlar, psixodiagnostika va masofaviy tadqiqotlar tobora keng qo‘llanilmoqda.

Xulosa. Kross-madaniy tadqiqotlar turli xalqlarning psixologik xususiyatlarini chuqurroq anglash imkonini beradi. Turkiy xalqlar psixologiyasi esa o‘zining boy tarixiy merosi, madaniy qadriyatlari va ijtimoiy an’analari bilan ajralib turadi. Mazkur maqola tahlillari shuni ko‘rsatadiki, turkiy xalqlarning mentaliteti va madaniy qadriyatlari psixologik qarashlarning shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. Zamonaviy davrda esa turkiy mamlakatlarda psixologiya fanining rivojlanishi milliy qadriyatlar va xalqaro ilmiy tajribalarni uyg‘unlashtirish orqali davom etmoqda. Kelajakda turkiy xalqlar psixologiyasini chuqurroq o‘rganish, kross-madaniy tadqiqotlarni kengaytirish hamda psixologik xizmatlarning amaliy ahamiyatini oshirish psixologiya fanining rivojlanishiga katta hissa qo‘shishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018.
2. Myers D. Social Psychology. – New York: McGraw-Hill, 2017.
3. Matsumoto D., Juang L. Culture and Psychology. – Boston: Cengage Learning, 2016.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2019

RAQAMLI MUHITDA TALABA YOSHLARNING DEVIANT XULQ-ATVORI: PSIXOLOGIK DETERMINANTLAR TAHLILI

Boboxolova Shahnoza Akrom qizi
Navoiy innovatsiyalar universiteti
“Ijtimoiy-gumanitar fanlar” kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur tezis talaba-yoshlar orasida uchrayotgan kiberjinoyatchilik xulq-atvorining psixologik jihatlarini o‘rganishga bag‘ishlangan. Tadqiqotda raqamli muhitda noqonuniy xatti-harakatlarga moyillikning shakllanishiga ta’sir etuvchi shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilindi. Jumladan, talabalarning o‘zini nazorat qilish darajasi, tavakkalchilikka moyilligi, axloqiy qarashlari, mas’uliyat hissi hamda internetdan foydalanish madaniyatining ushbu jarayondagi o‘rni yoritildi. Shu bilan birga, virtual makondagi anonimlik, tengdoshlar bosimi va zamonaviy axborot texnologiyalarining ta’siri ham ko‘rib chiqildi. Olingan natijalar asosida talabalarda kiberjinoyatchilikning oldini olish, raqamli xavfsizlik ko‘nikmalarini rivojlantirish va huquqiy madaniyatni mustahkamlashga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqildi. Tadqiqot natijalari oliy ta’lim muassasalarida profilaktik va ma’naviy-ma’rifiy faoliyatni takomillashtirishda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kalit so’zlar: *Raqamli jinoyatchilik, kiberjinoyat, talaba-yoshlar, psixologik omillar, impulsivlik, agressivlik, empatiya, axloqiy qadriyatlar, ijtimoiy muhit, tengdoshlar ta’siri, oilaviy nazorat, raqamli anonimlik, deviant xulq-atvor, profilaktika, huquqiy ong.*

Kirish qism: Bugungi globallashuv va raqamlashtirish jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalari jamiyat hayotining barcha sohalariga chuqur kirib

bormoqda. Internet tarmog‘idan foydalanuvchilar sonining ortishi bilan bir qatorda, raqamli makonda sodir etilayotgan huquqbuzarliklar ham ko‘payib bormoqda. Xalqaro kuzatuvlarga ko‘ra, so‘nggi yillarda kiberjinoyatlar soni dunyo miqyosida barqaror o‘sish tendensiyasini namoyon etmoqda. Ayniqsa, yoshlar va talaba-yoshlar internetdan faol foydalanadigan qatlam sifatida ushbu jarayonning bevosita ishtirokchisiga aylanmoqda. Mamlakatimizda ham raqamli texnologiyalarni rivojlantirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida belgilangan. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta’kidlaganidek: “ Yoshlarni zamonaviy bilim va kasb-hunarga ega, yuksak ma’naviyatli va mas’uliyatli shaxs sifatida tarbiyalash dolzarb vazifadir”4. Shu nuqtai nazardan, talabalarda raqamli jinoyatchilik xulq-atvorining psixologik omillarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ham ega.

Asosiy qism: Talabalarda kiberjinoyatga moyillikning shakllanishi ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u individual-psixologik va ijtimoiy-psixologik omillar bilan chambarchas bog‘liqdir. Individual jihatdan impulsivlik, agressivlik darajasi, empatiyaning pastligi hamda axloqiy qadriyatlarning yetarli darajada shakllanmaganligi raqamli muhitda huquqbuzarlik sodir etish ehtimolini oshirishi mumkin. Virtual makonda anonimlik hissi va nazoratning nisbatan sustligi esa shaxsda javobgarlik tuyg‘usining pasayishiga olib keladi. Ijtimoiy omillar ham muhim rol o‘ynaydi. Tengdoshlar guruhi ta’siri, oilaviy nazoratning yetishmasligi, internet madaniyatining pastligi hamda huquqiy ong darajasining sustligi talabalarda deviant xulq-atvor shakllanishiga zamin yaratadi. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, kiberjinoyatlarning muayyan qismi aynan 18-30 yosh oralig‘idagi shaxslar tomonidan sodir etilmoqda. Bu esa talaba-yoshlar bilan tizimli profilaktik ishlar olib borish zaruratini ko‘rsatadi. Raqamli muhitning o‘ziga xos xususiyatlari: tezkorlik, anonimlik va keng auditoriyaga chiqish imkoniyati psixologik jihatdan o‘zini namoyon qilish, e’tirofga erishish yoki moddiy manfaat orttirish kabi motivlarni kuchaytiradi. Shunday sharoitda shaxsning ichki nazorati, axloqiy barqarorligi va huquqiy madaniyati hal qiluvchi omilga aylanadi.

Muhokama: Talabalarda raqamli jinoyatchilik xulq-atvori shakllanishi murakkab psixologik va ijtimoiy omillar tizimi bilan belgilanadi. Impulsivlik, agressivlik, empatiya darajasi kabi individual xususiyatlar hamda ijtimoiy muhit ta’siri o‘zaro uyg‘unlashgan holda kiberjinoyatga moyillikni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois, talaba-yoshlarning raqamli makondagi xulq-atvori nafaqat individual, balki ijtimoiy masala sifatida ham ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotimiz natijalari shuni ko‘rsatdiki, raqamli anonimlik hissi va nazoratning pastligi yoshlar orasida javobgarlik tuyg‘usini zaiflashtiradi, bu esa xulq-atvorni nazorat qilish va profilaktika dasturlarini kuchaytirish zaruratini tug‘diradi. Ijtimoiy ta’sirlar, jumladan tengdoshlar guruhi va oilaviy nazorat yetishmasligi, talabalarda deviant xulq-atvorning rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Shu bilan birga, axloqiy qadriyatlar va huquqiy ong darajasini oshirish yoshlarning kiberjinoyatga moyilligini kamaytiruvchi asosiy omil hisoblanadi. Mazkur tezis doirasida ishlab chiqilgan

4 Prezident Shavkat Mirziyoyev yoshlar bilan uchrashuvda samimiy nutq so‘zlab, ularni mamlakat kelajagi va “oltin avlod” deb atadi hamda yoshlarning bilim va texnologik salohiyatini rivojlantirish muhimligini qayd etdi (kun.uz, 30.06.2025).

profilaktik tavsiyalar psixologik maslahatlar, raqamli madaniyatni rivojlantirish dasturlari va ta’lim muassasalarida maqsadli treninglar talabalarning mas’uliyatli va qonuniy xulq-atvorini shakllantirishga xizmat qiladi. Bundan tashqari, yoshlarni axborot texnologiyalari sohasida bilimli va ma’naviy barkamol shaxs sifatida tarbiyalash, ularni xavfsiz raqamli muhitga moslashtirish, davlat va jamiyat barqarorligi uchun ham muhimdir.

Adabiyotlar tahlili: O‘zbekiston olimlari tomonidan yoshlar xulq-atvori, huquqiy ong, axborot madaniyati va internetdan foydalanishning psixologik jihatlari bo‘yicha qator ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilgan. Ushbu tadqiqotlarda yoshlarning raqamli muhitdagi faoliyatiga ta’sir etuvchi psixologik va ijtimoiy omillar alohida o‘rin egallaydi. Jumladan, E.G‘oziyevning ilmiy ishlarida shaxs kamoloti, xulq-atvorning shakllanishi hamda yoshlarning individual-psixologik xususiyatlari keng yoritilgan. Olimning ta’kidlashicha, shaxsning motivatsion sohasi, o‘zini nazorat qilish darajasi va qadriyatlar tizimi uning ijtimoiy xulq-atvorini belgilovchi muhim omillardan hisoblanadi. V.M.Karimova o‘z tadqiqotlarida yoshlar ijtimoiylashuvi, muloqot madaniyati va ijtimoiy muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini o‘rgangan. Muallif tengdoshlar guruhi va ijtimoiy munosabatlarning yoshlar xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini qayd etadi. Bu holat virtual muhitdagi guruhlar va internet hamjamiyatlari misolida ham dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, R.I.Sunnatovaning ilmiy izlanishlarida yoshlarning ma’naviy-axloqiy tarbiyasi, qadriyatlar tizimi va mas’uliyat hissining shakllanishiga e’tibor qaratilgan. Tadqiqotlarda axloqiy qadriyatlarning sust rivojlanganligi ayrim salbiy xulq-atvor ko‘rinishlarining yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkinligi ta’kidlanadi.

Xulosa: Shu nuqtai nazardan, mamlakatimizda ta’lim muassasalarida kiberjinoyatning oldini olish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlarni joriy etish zarur. Ushbu ish natijalari nafaqat nazariy asos sifatida, balki amaliy tavsiyalar va strategiyalar ishlab chiqishda ham qo‘llanilishi mumkin. Kelajakda yoshlar orasida raqamli madaniyat va huquqiy ongni yanada mustahkamlash, shuningdek, shaxsning psixologik barqarorligini oshirish bo‘yicha tadqiqotlar davom ettirilishi lozim degan fikrga keldik.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jabborova S, Soliyeva N, Isomiddinova O, Ahmadjonova D, “Kiberjinoyatchilik va unga qarshi kurashish, Ilm-fan va ta’lim”, Toshkent, 2024.
2. Nurmanov X “Kiberjinoyatchilik o‘sishi ortidan kiberjinoyatchi portretiga nazar” , Toshkent, 2025.
3. Fayziyeva G.U “Ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlar beqaror psixo-emotsional holatga ta’sir qiluvchi omillar sifatida”, International Journal of Scientific Researchers, Toshkent, 2024.
4. Asatov T.X “Talaba-yoshlar ijtimoiy faolligiga ta’sir qiluvchi psixologik omillar”, Samarali ta’lim va barqaror innovatsiyalar jurnali, Toshkent, 2025.

OILA QURISHDA FENOMENOLOGIK YONDASHUVNING ETNOMADANIY O‘ZIGA XOSLIGI

Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna

Farg‘ona davlat universiteti, Pedagogika - psixologiya va san’atshunoslik fakulteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti. Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), bonu_dilya84@mail.ru, https://orcid.org/0000-0003-2975-6840

Annotatsiya: Turli xalqlarning etnomadaniy o‘ziga xosligini o‘rganish an'anaviy ravishda shaxsning rivojlanishi va shakllanishini o‘rganish usullaridan biridir. Umuman olganda, etnik-madaniy o‘ziga xoslik etarlicha o‘rganilmagan, garchi so‘nggi o‘ttiz yillikda u bir qator tadqiqotchilarning e’tiborini o‘ziga tortgan bo‘lsa ham. Millatlararo nikohda tug‘ilgan bolalarda etnomadaniy o‘ziga xoslikni rivojlantirishning o‘ziga xos psixologik xususiyatlari va qiyinchiliklari mavjud.

Kalit so‘zlar: *millatlararo nikoh, etnik guruhlar, identiklik, diffuz identifikatsiya, etnik konstantalar*

Zamonaviy nazariy tadqiqotlarni umumlashtirish va tahlil qilish bizga oila xususiyatlarining asosiy qoidalarini shakllantirishga imkon berdi. Zamonaviy oilalardagi ota-onalar bolalarni tarbiyalash usullariga nisbatan o‘ziga xos qarashlarga ega. Z.A.Zimeleva o‘zi sezgan moyilliklarga va disfunksional oilalarda mos ravishda tajovuzkor va tajovuzkor bo‘lmagan bolalarni tarbiyalashga bo‘lgan ba’zi tendensiyalarga asoslanib, ota-onalarning tipologiyasini tuzdi.[2]

Birinchi guruhga u o‘z farzandining kelajagiga ijobiy, optimistik munosabatni rad etuvchi tajovuzkor bolalarning ota-onalarini kiritgan. Ular farzandining kelajakda omadli bo‘lishiga shubha bildiradilar yoki ishonmaydilar. Bolalar uchun juda an’anaviy istaklarini bildirgan ota-onalar ba’zan ular bilan bu haqda gaplashmaydilar. Shuning uchun, bolalar ko‘pincha ota-onalari ularni qanday ko‘rishni xohlashlarini bilishmaydi. Bunday ota-onalar bolaga etarlicha vaqt ajratmaydilar. Ular bolaga maktab faoliyatini umumiy nazorat qilish va uy xo‘jaligiga yordam berish uchun zarur bo‘lgan vaqtni ajratadilar. Ularda taqiqlangan - ruxsat etilgan tushunchaning aniq tizimi yo‘q. Ko‘pincha bunday ota-onalar bolada “kiruvchi” his-tuyg‘ularni namoyon qilganda, o‘zlarining g‘azabini bildiradilar. Boshqa odamlarga g‘azablanish, xafa bo‘lish va qasam ichishni taqiqlab, ular bunday taqiq bilan salbiy his-tuyg‘ular psixikaning nazoratsiz zonasiga majburlanadi deb o‘ylamaydilar.

Natijada, bolaning tengdoshlari bilan munosabatlarida norozilik paydo bo‘ladi: juda kamdan-kam hollarda, ota-onalarning ushbu guruhidan kimdir o‘z farzandining tengdoshlari bilan muloqot qilish darajasini ancha gullab-yashnagan va kam ziddiyatli deb baholashi mumkin. Voyaga etgan oila a’zolari ko‘pincha bolalarni tarbiyalash bo‘yicha o‘z qarashlarida rozi bo‘lmaydilar, bu esa bolani o‘z maqsadlariga erishish uchun kattalarni manipulyatsiya qilishga urinishlariga undaydi.

Ikkinchi guruhga farzandining kelajakdagi taqdiriga juda optimistik qaraydigan ota-onalar kiradi. Ular farzandining hayotda yutqazgandan ko‘ra g‘alaba

qozonishiga ishonishadi. Ular bolaga o‘z istaklarini to‘g‘ridan-to‘g‘ri etkazishadi, chunki u kattalar kelajakda uni qanday ko‘rishni orzu qilishini bilishiga ishonch hosil qiladi. Shuningdek, ota-onalar zavq bilan bo‘sh vaqtlarining ko‘p qismini bolaga bag‘ishlaydilar, u bilan birga turli xil ishlarni qilishadi. Natijada, bola ota-onani qandaydir nazorat obyekti sifatida emas, balki o‘z manfaatlari, ustuvorliklari va sevimli mashg‘ulotlariga ega tirik shaxs sifatida qabul qiladi.

Kategorik taqiqlarga kelsak, biz quyidagilarni ta’kidlaymiz: oilalarda alohida holatlar bundan mustasno, qabul qilinishi mumkin bo‘lmagan harakatlar ro‘yxati mavjud. Umuman olganda, disfunksiyali oilalarning muammolari xilma-xildir. Ular orasida: nikoh munosabatlarining murakkabligi, bolalar va ota-onalar o‘rtasidagi munosabatlardagi qarama-qarshiliklar, shuningdek, oiladagi kattalarning har birining ta’lim usullari va ushbu muammoga qarashlaridagi kelishmovchiliklar alohida ajralib turadi.

Oila va nikoh er yuzidagi barcha odamlar ishtirok etadigan ijtimoiy institutlardir. Har bir inson u yoki bu tarzda ularga kiritilgan yoki hech bo‘lmaganda ular bilan o‘z munosabatiga ega. Eng qadimiy insoniy ijtimoiy shakllanishlardan biri bo‘lib, zamonaviy insonlar kundalik hayotining ajralmas qismi bo‘lgan nikoh va oila insoniyat tarixi davomida mutafakkirlar, olimlar va tadqiqotchilarni qiziqtirgan. Bu qiziqish oilaning jamiyatdagi o‘rni va rolini, oilaning davlat bilan aloqasini va ularning o‘zaro ta’sirini tushunish istagi bilan bog‘liq; shuningdek, oilaning inson zotini ko‘paytirish, shaxsning eng dolzarb ehtiyojlarini qondirishdek hayotiy va global funksiyasini bajarish zarurati bilan bog‘liq.

Oilaning nazariy va empirik tadqiqotlari ko‘pincha uning tizim sifatida faoliyat ko‘rsatish samaradorligini o‘rganish bilan bog‘liq. O‘rganilayotgan zamonaviy muammolar qatorida, birinchi navbatda, oila va nikoh faoliyatining ijtimoiy ehtiyojlarga mos kelmasligi (tug‘ilishning pasayishi, nikoh munosabatlarining beqarorligi, qonuniy nikoh nufuzining pasayishi, nikohning kamayishi), oilaning tarbiyaviy salohiyati va boshqalar); jinsiy hayotni, jinslararo va avlodlararo munosabatlarni o‘zgartirish, nikoh va oilaviy munosabatlarda gender stereotiplarini qayta ko‘rib chiqish; oilani ijtimoiy institut sifatida o‘zgartirish tendentsiyalari, shu jumladan oilaning funksional ko‘rinishining o‘zgaruvchanligi; oilaviy munosabatlardagi o‘zgarishlar; yosh oilalarning ijtimoiy salohiyati, unga ta’sir etuvchi ekzogam va endogam omillar va boshqalar bilan bog‘liq.

Ammo tadqiqot uchun g‘oyalar ko‘pincha etishmaydi. Shuning uchun bugungi kunda oila va nikoh haqidagi sotsiologik fikrlash tarixiga, uning muhim va mazmunli mazmuniga, evristik salohiyatiga murojaat qilish dolzarb ko‘rinadi, chunki bizning o‘tmishdoshlarimiz ijodida ko‘plab zamonaviy uslubiy va empirik muammolarni hal qilish, tushunish uchun maslahatlarni topish mumkin. Shundan kelib chiqib, tarixiy o‘tmish, shaxslar, oilani o‘rganishga ilmiy yondashuvlarni tizimlashtirishga katta e’tibor qaratilmoqda. Zamonaviy jamiyatda millatlararo nikohlar soni doimiy ravishda o‘sib bormoqda. Bu tendensiya, ayniqsa, so‘nggi yillarda xorijliklar bilan nikohlar soni bir necha marta ko‘paygan mamlakatlarda sezilarli ahamiyat kasb etmoqda. Bugungi jamiyatda millatlararo nikoh ko‘pincha o‘zaro simpatiya va ishqiy munosabatlarga emas, balki chet ellik (boshqa millat

vakili) bilan turmush qurish orqali olinishi mumkin bo‘lgan ma’lum bir foyda asosida amalga oshiriladi.[1]

Nikoh va oilani o‘rganishning ko‘plab ilmiy maktablari va yo‘nalishlari, fikrlar plyuralizmi, oilani o‘rganish nazariyasi va metodologiyasini tushunishning xilma-xilligi mavjud. Gnoseologik usullar oila va nikohni ob'ekt sifatida o‘rganish darajalari, ularning vakillarining dunyoqarashi, olimlar va mutafakkirlarning g‘oyaviy pozitsiyalari bilan farqlanadi.[3]

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Амбалова С.А. Влияние семьи на социализатsiю личности ребенка //Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2015.№ 3 (22). С. 13-15.
2. Зимелева З.А. Агрессивное поведение подростков и личность родителей //Психологическая наука и образование. 2011. - №4. С. 227.
3. Сложность систематизатsii и классификатsiй приемов научного познания семьи требует отдельного глубокого исследования. Некоторыми социологами уже предпринимались такие попытки (А.И.Антоновым, А.А.Клециным, А.Г.Харчевым и др.)
4. Nuraliyeva D.M Proceedings Volume 14014, Advanced Materials for Optics and Photonics: Chemistry and Engineering Perspectives (AMOP *" ilmiy-* Scopus bazasida etirof etgan *jurnalida 2025 yil "*Bayesian optimization of optical materials with tunable bandgaps
5. Nuraliyeva D.M “Internatsional oiladagi shaxslarda etnik identiklik namoyon bo‘lishining etnopsixologik determinantlari” mavzusida "Inklyuziv ta’lim: imkoniyatlar tengligi va barqaror kelajak sari" mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallari to‘plami. Namdpi 2025, 15-noyabrda
6. Nuraliyeva D.M Millatlararo oila farzandlarining etnik identiklik xususiyatlarining nazariy va amaliy asoslari “Psixologiya” Ilmiy jurnal 2-son 2025-y110-113 Betlar

KAM TA’MINLANGAN OILALARDA TARBIYALANAYOTGAN BOLALARNING EMOTSIONAL HOLATI VA PSIXIK SALOMATLIGI

Olimova Maxfuza Bobir qizi

UBS Toshkent filiali “Ijtimoiy-gumanitar fanlar” kafedrasi o‘qituvchisi
“Oila va gender” ilmiy-tadqiqot instituti mustaqil izlanuvchisi
Email: Olimovamahfuza95@gmail.com

Akramova Malika

UBS Toshkent filiali 3-kurs psixologiya yo‘nalishi talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada oiladagi moliyaviy qiyinchiliklarning bolaning umumiy psixologik salomatligi va bolaning hissiy-emotsional holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatishi yoritib berilgan. Shuningdek, bolalikdagi moliyaviy

qiyinchiliklarning qarilik davridagi emotsional holat bilan o‘zaro aloqadorligi ham ko‘rsatib o‘tilgan.

Kalit so‘zlar. *Kambag‘allik, stress, “moliyaviy xavfsizlik yostig‘i”, emotsionallik.*

Аннотация. В данной статье освещается непосредственное влияние финансовых трудностей в семье на общее психологическое здоровье ребёнка и его эмоционально-психическое состояние. Также показана взаимосвязь финансовых трудностей, пережитых в детстве, с эмоциональным состоянием в пожилом возрасте.

Ключевые слова: бедность, стресс, «подушка финансовой безопасности», эмоциональность.

Annotation. This article highlight the direct impfct of financial diffuculties in the family on a child’s overall psychological health and emotional-mental state. It also demontrates the relationship between financial hardships experienced in childhoog and emotsional well-being in old age.

Keywords. *Poverty, stress, finansial safety cushion, emotionality.*

Martin Ravallionning fikricha, kambag‘allik — bu aniqlash qiyin bo‘lgan tushuncha bo‘lib, u ko‘plab madaniy, ijtimoiy va siyosiy omillar bilan chambarchas bog‘liqdir. “Kambag‘allik chegarasi” deganda odatda daromadning minimal darajasi tushuniladi, undan past daromadga ega bo‘lgan shaxs ushbu mamlakatning boshqa fuqarolariga nisbatan kambag‘al deb hisoblanadi [1].

Jahon banki kambag‘allik chegarasini ikki usulda belgilaydi: nisbiy va mutlaq qashshoqlik sifatida. Nisbiy kambag‘allik chegarasi ma’lum bir mamlakatdagi daromadlar taqsimotining xususiyatiga bog‘liq bo‘lib, xarid qobiliyatiga qarab o‘zgarib turadi. Masalan, kambag‘allik chegarasi ko‘pincha mamlakatda belgilangan o‘rtacha daromadning 50 foizini tashkil etuvchi daromad sifatida aniqlanadi. Mutlaq kambag‘allik chegarasi esa (shuningdek, o‘ta qashshoqlik yoki nihoyatda kambag‘allik deb ham ataladi) turli usullar yordamida aniqlanadi, biroq ko‘pincha dunyodagi eng kambag‘al 10–20 mamlakatdagi yashash uchun zarur bo‘lgan asosiy ehtiyojlar qiymatining o‘rtacha darajasiga nisbatan belgilanadi. 2005-yilda Jahon banki mutlaq qashshoqlik chegarasi sifatida oilaning kunlik daromadi 1,25 AQSh dollaridan kam bo‘lishini belgilagan [2].

Oiladagi moliyaviy qiyinchiliklar nafaqat moddiy etishmovchilikni, balki oila a’zolarining ruhiy va emotsional holatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadigan muhim ijtimoiy muammo hisoblanadi. Daromadning etarli emasligi ota-onalarda doimiy stress, xavotir va tushkunlikni yuzaga keltiradi. Bu holat esa oiladagi muhitning keskinlashishiga, nizolar sonining ortishiga va farzandlar tarbiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Oiladagi moliyaviy qiyinchiliklar bolalarning emotsional holatiga chuqur va ko‘p qirrali ta’sir ko‘rsatadi, ko‘pincha ortiqcha tashvish, o‘z-o‘zini baholashning pasayishi va surunkali stress rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Doimiy mablag‘ etishmovchiligi ota-onalar o‘rtasida nizolarni keltirib chiqaradi, bu esa bolalarda himoyasizlik hissi, qo‘rquv va hatto yuzaga kelgan vaziyat uchun aybdorlik tuyg‘usini paydo qiladi.

Bolalarning ijtimoiy jihatdan zaif mavqeini hisobga olib, BMT Bolalarga yordam jamg‘armasi — UNICEF bolalar qashshoqligi konsepsiyasini faqat past daromad tufayli yuzaga keladigan qashshoqlik doirasidan tashqarida ko‘rib chiqishni talab qilgan. Bolalardagi mutlaq kambag‘allikning ishchi ta’rifiga ko‘ra, ushbu tushuncha insonning asosiy ehtiyojlaridan ikki yoki undan ortig‘ining sezilarli darajada etishmasligini anglatadi, jumladan quyidagi sohalarda [3]:

- Og‘ir ovqatlanish buzilishiga olib keladigan oziq-ovqat etishmovchiligi;
- Suvdan mahrumlik — ya’ni er usti suvlariga yoki yashash joyidan uzoqda joylashgan suv manbalariga cheklangan kirish imkoniyati;
- Sanitariya vositalaridan (hojatxona yoki boshqa sanitariya sharoitlari) foydalanish imkoniyatining yo‘qligi;
- Tibbiy yordamdan foydalana olmaslik, jumladan emlash va zarur davolanish xizmatlarining mavjud emasligi;
- Uy-joydan mahrumlik (ya’ni bir xonada besh va undan ortiq kishining yashashi yoki pol qoplamasisiz uyda yashash);
- Kasbiy ta’lim olish imkoniyatining yo‘qligi;
- Axborot tanqisligi (ya’ni 3 yoshdan 18 yoshgacha bo‘lgan bolalarning uyda gazeta, radio, televizor, kompyuter yoki telefondan foydalanish imkoniyatiga ega emasligi);
- Asosiy xizmatlardan foydalana olmaslik (ya’ni bolalarning har qanday turdagi maktabdan 20 kilometr va undan uzoqroq masofada yoki shifokorlar mavjud bo‘lgan tibbiyot muassasasidan 50 kilometr va undan uzoqroq joyda yashashi).

YUNISEF tashkilotining ta’kidlashicha, hatto vaqtinchalik kambag‘allik davri ham bolaning kognitiv rivojlanishi, uning jismoniy va ruhiy salomatligi, shuningdek, kattalar hayotidagi imkoniyatlariga uzoq muddatli ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Hech kim qashshoqlikdan foyda ko‘rmaydi. Ammo tanasi, miyasi va asab tizimi hali rivojlanish jarayonida bo‘lgan bolalar uchun qashshoqlik oqibatlari ayniqsa jiddiy bo‘lishi mumkin — bu rivojlanishdagi kechikishlar, ruhiy salomatlik muammolari, kognitiv rivojlanishning pastligi va uzoq muddatli sog‘liq muammolariga olib keladi.

Bolalikdagi kambag‘allikning uzoq muddatli oqibatlarga olib kelishining asosiy sabablaridan biri — u rivojlanayotgan miya va tana uchun kuchli stress manbai bo‘lishidir. Masalan, Belgiya, Xorvatiya, Italiya, Estoniya va Polsha kabi davlatlarda 8 yoshli bolalarning uchdan biridan ko‘prog‘i oila moliyaviy ahvoli tufayli doimiy yoki tez-tez xavotir his qilishini aytadi. Bundan tashqari, bolalar ota-onalarining stressini ham “yuqtiradi”: tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, hatto chaqaloqlar ham onalarining stress reaksiyasiga fiziologik jihatdan javob qaytaradi.

Bolalar surunkali (doimiy) stressni boshdan kechirganda, bu ularning miya rivojlanishini o‘zgartirishi mumkin. Emotsional reaksiyalarni boshqaradigan miya qismi — amigdala — uzoq muddatda haddan tashqari faollashishi mumkin, bu esa kundalik stress omillariga ortiqcha reaksiya berishga olib keladi. Shuningdek, stress gormoni — kortizol — xotira va kognitiv qayta ishlash uchun muhim bo‘lgan gippokamp rivojlanishini susaytirishi mumkin. Bu esa bolalarning samarali

o‘rganishini qiyinlashtiradi. Bundan tashqari, prefrontal korteks, oq modda va miyaning boshqa qismlaridagi o‘zgarishlar emotsiyalarni boshqarishdagi muammolar, haddan tashqari hushyorlik (gipervigilantlik) hamda rejalashtirish, mantiqiy fikrlash va to‘g‘ri qaror qabul qilishga yordam beradigan ijro funksiyalaridagi qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Kattalar hayotida esa bolaligida qashshoqlikni boshdan kechirganlar ishsiz qolish yoki kam maoshli ishlarda ishlash ehtimoli yuqoriroq bo‘ladi, huquq-tartibot tizimi bilan to‘qnash kelishlari va yana qashshoqlikni boshdan kechirishlari mumkin. Janubiy Kaliforniya Universiteti tomonidan olib borilgan yangi tadqiqot bolalik davridagi moliyaviy qiyinchiliklar bilan qarilik davridagi emotsional muammolar o‘rtasidagi bog‘liqlikni ochib beradi. To‘plangan stress qanday qilib xavotir, depressiya va yolg‘izlikka ta’sir qilishini hamda moliyaviy ahvolning yaxshilanishi nega umid berishini bilib oling. Bolalik davridagi moliyaviy muammolar ruhiy salomatlikda chuqur iz qoldirishi mumkin, hatto o‘nlab yillar o‘tgach ham bu xavotir, depressiya va yolg‘izlik ko‘rinishida namoyon bo‘ladi. Ular o‘zlarining keng ko‘lamli tadqiqot natijalarini Aging and Mental Health jurnalida e’lon qilganlar.

Xulosa qilib aytganda, oiladagi moliyaviy qiyinchiliklar bolaning nafaqat moddiy sharoitiga, balki ularning emotsional holati, ruhiy salomatligi va kelajakdagi ijtimoiy hayotiga ham chuqur ta’sir ko‘rsatadi. Kambag‘allik sharoitida voyaga etayotgan bolalarda doimiy stress, xavotir, qo‘rquv, o‘z-o‘zini past baholash kabi salbiy psixologik holatlar ko‘proq uchraydi. Ayniqsa, surunkali stress bolaning miya rivojlanishi, kognitiv faoliyati va emotsiyalarni boshqarish qobiliyatiga ta’sir etib, uning ta’limdagi muvaffaqiyati hamda ijtimoiy moslashuvini qiyinlashtiradi. UNICEF va boshqa xalqaro tashkilotlar tomonidan ta’kidlaganidek, bolalar kambag‘alligi faqat daromad etishmovchiligi bilan emas, balki oziq-ovqat, tibbiy yordam, ta’lim, axborot va xavfsiz yashash sharoitlarining etishmasligi bilan ham bog‘liqdir. Shu sababli, bolalar farovonligini ta’minlashda faqat iqtisodiy yordam bilan cheklanib qolmasdan, ularning psixologik himoyasi, sog‘lom oilaviy muhit va sifatli ijtimoiy xizmatlar bilan ta’minlanishi ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. M.Ravallion Poverty Lines across the World. Development Research Group,World Bank, 1818 H Street NW, Washington DC.mravallion@worldbank.org
2. Chen, Shaohua & Ravallion, Martin, 2008. "The developing world is poorer than we thought, but no less successful in the fight against poverty, " Policy Research Working Paper Series 4703, The World Bank.
3. David Gordon & Shailen Nandy. Measuring Child Poverty and Deprivation 2012. https://doi.org/10.46692/9781447301141.005
4. Психическое здоровье детей, столкнувшихся с массовым бедствием. L.Pacione, T.Measham, R.Kronick, F.Meloni, A.Ricard-Guay, C. Rousseau & M.Ruiz-Casares 2010.

PROSOTSIAL XULQ-ATVORNING SHAKLLANISH MEXANIZMLARI: KOGNITIV, AFFEKTIV VA IJTIMOIY OMILLARNING O'ZARO TA'SIRI

Rahimova Sarvinoz Odilboy qizi
Nizomiy nomidagi O'MPU "Amaliy psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi
E-mail: Sar_rah94@mail.ru

Annotatsiya. Ushbu maqola prosotsial xulq-atvorning shakllanish mexanizmlarini tizimli tahlil qilishga bag'ishlangan. Maqolada empatiya, axloqiy mulohaza va ijtimoiy ta'sirning prosotsial xatti-harakatlar rivojlanishidagi roli yangi nazariy model doirasida ko'rib chiqilgan. Maqolada kognitiv-affektiv integratsiya konsepsiyasiga asoslangan mualliflik yondashuvi taklif etiladi: shaxsning prosotsial yo'nalishi faqat biologik moyilliklar yoki ijtimoiy normalar ta'sirida emas, balki uchta omil — ichki motivatsiya, boshqani his qilish qobiliyati va ijtimoiy kontekstning dinamik o'zaro ta'sirida shakllanadi. Natijalar pedagog va psixologlar uchun amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar: *prosotsial xulq-atvor, empatiya, axloqiy mulohaza, kognitiv-affektiv integratsiya, ijtimoiy norma, altruizm, shaxs rivojlanishi.*

1. Kirish va muammoning dolzarbligi. Zamonaviy jamiyatda ijtimoiy munosabatlarning tobora murakkablashib borishi shaxsning prosotsial yo'nalishdagi xulq-atvorini shakllantirishga bo'lgan ilmiy qiziqishni yanada kuchaytirmoqda. Prosotsial xulq-atvor — bu shaxsning boshqalarga ixtiyoriy ravishda ko'maklashish, qo'llab-quvvatlash va guruh manfaatini o'z manfaatidan ustun qo'yish tendentsiyasini ifodalovchi xulq-atvor shakli hisoblanadi (Eisenberg, 2020).

Mavjud psixologik tadqiqotlarda prosotsial xulq-atvorning kelib chiqishi asosan uch yo'nalishda talqin qilinadi: (1) evolyutsion-biologik yondashuv — altruistik xulq-atvor genetik moslashuv mahsuli sifatida; (2) ijtimoiy o'rganish nazariyasi — prosotsial harakatlar kuzatish va mustahkamlash orqali shakllanishi; (3) kognitiv-rivojlanish yondashuvi — axloqiy ong va empatsiyaning prosotsial motivatsiyaga ta'siri. Biroq ushbu yondashuvlarning har biri alohida olinganida fenomenning to'liq rasmini aks ettira olmaydi.

Ushbu maqolada biz "Kognitiv-affektiv prosotsial integratsiya" (KAPI) deb nomlanadigan yangi nazariy model taklif etamiz. KAPI modeli prosotsial xulq-atvorni statik xususiyat emas, balki dinamik va kontekstga bog'liq jarayon sifatida ko'rib chiqadi. Tadqiqotimizning asosiy gipotezasi quyidagicha: prosotsial xulq-atvor uchta asosiy mexanizmning — affektiv empatsiya, kognitiv axloqiy mulohaza va ijtimoiy kontekst omillarining bir-biriga ta'siri natijasida shakllanadi va bu mexanizmlarning mutanosibligi shaxsning prosotsial yo'nalish barqarorligini belgilaydi.

2. Adabiyotlar sharhi va nazariy asos.

2.1. Prosotsial xulq-atvorning klassik nazariyalari. Prosotsial xulq-atvorni o'rganish tarixi XX asrning 60-yillarida Latane va Darley (1968) tomonidan o'tkazilgan eksperimental tadqiqotlarga borib taqaladi. Ular "ko'rinmas auditoriya"

(bystander effect) hodisasini kashf etib, shaxsning yordam berishga moyilligiga situatsion omillar qanchalik kuchli ta'sir qilishini ko'rsatdi. Keyinchalik Batson (1991) o'zining empatsiya-altruizm gipotezasida affektiv holatning ijtimoiy xulq-atvorga bevosita ta'sirini asoslab berdi.

Kognitiv rivojlanish maktabi vakili Kohlberg (1984) axloqiy mulohazaning prosotsial harakatlarga ta'sirini pog'onali model orqali tushuntirgan bo'lsa, Gilligan (1982) ana shu modelni "g'amxo'rlik etikasi" konsepsiyasi bilan to'ldirdi. Ular ta'kidlaganidek, prosotsial xulq-atvor nafaqat qoidalarga rioya qilishni, balki munosabatlar va mas'uliyat hissini ham o'z ichiga oladi.

2.2. Zamonaviy neyropszixologik tadqiqotlar. So'nggi o'n yilliklarda neyrovizualizatsiya texnologiyalari prosotsial xulq-atvorning miya mexanizmlarini o'rganishga yangi imkon yaratdi. Singer va Klimecki (2014) tomonidan o'tkazilgan fMRI tadqiqotlari ko'rsatishicha, empatsiyaning affektiv va kognitiv komponentlari miyaning turli qismlarida — mos ravishda insulyar korteks va medial prefrontal korteksda — qayta ishlanadi. Bu kashfiyot bizning KAPI modelimiz uchun muhim neyrobazis yaratadi.

De Waal (2012) primatlar xulq-atvorini o'rganib, prosotsial yo'nalishdagi xatti-harakatlarning inson biologiyasida chuqur ildiz otganligini ko'rsatdi. Biroq u ham ta'kidladiki, biologik moyilliklar faqat qulay ijtimoiy muhitda to'liq namoyon bo'ladi — bu esa bizning kontekstual omillar haqidagi mulohazalarimizni qo'llab-quvvatlaydi.

3. Tadqiqot metodologiyasi.

3.1. KAPI modeli: nazariy asoslar. KAPI modeli uchta asosiy komponentdan tashkil topgan dinamik tizim sifatida tuzilgan:

1) Affektiv empatsiya (AE): boshqaning hissiy holatini his qilish va uning holiga tushish qobiliyati. Bu komponent prosotsial harakatning emotsional "yoqilg'isi" sifatida xizmat qiladi.

2) Kognitiv axloqiy mulohaza (KAM): vaziyatni axloqiy jihatdan baholash, oqibatlarni oldindan ko'ra bilish va harakat strategiyasini tanlash qobiliyati.

3) Ijtimoiy kontekst omili (IKO): norma va kutishlar, guruh ta'siri, rol modellar mavjudligi hamda vaziyatning shoshilinchlik darajasi kabi tashqi omillar yig'indisi.

Modelning asosiy yangiligi shundan iboratki, biz uchta komponent o'rtasidagi munosabatni statik yig'indi sifatida emas, balki multiplikativ o'zaro ta'sir sifatida ko'rib chiqamiz: agar uch komponentdan biri nolga teng bo'lsa, prosotsial harakat amalga oshmaydi yoki soxta-prosotsial (ijtimoiy bosim ostidagi) shaklda namoyon bo'ladi.

1-jadval. KAPI modeli komponentlari va ularni o'lchash usullari.

Komponent	Asosiy vazifasi	O'lchash metodlari
Affektiv empatsiya (AE)	Hissiy rezonans va motivatsion energiya berish	IRI (Davis, 1983); fMRT insular korteks faolligi

Komponent	Asosiy vazifasi	O'lchash metodlari
Kognitiv axloqiy mulohaza (KAM)	Strategik baholash va harakat tanlash	DIT-2 (Rest, 1999); axloqiy dilemmalar testi
Ijtimoiy kontekst omili (IKO)	Tashqi kuchaytiruvchi yoki to'suvchi sharoitni yaratish	Situatsion kuzatuv; ijtimoiy norma so'rovnomasi

4. Natijalar va muhokama

4.1. Kognitiv-affektiv integratsiyaning roli. KAPI modeli doirasida tahlil qilingan 47 ta tadqiqot natijalariga ko'ra, affektiv empatsiya va kognitiv axloqiy mulohazaning birgalikdagi ta'siri alohida komponentlarning ta'siriga qaraganda prosotsial xulq-atvorni 2,3 baravar kuchliroq prognoz qiladi ($\beta = 0.61$, $p < 0.001$). Bu topilma klassik "empatsiya etarli" yoki "axloqiy bilim etarli" nazariyalarini qisman rad etadi.

Ayniqsa muhim topilma shuki, kognitiv axloqiy mulohaza yuqori, ammo affektiv empatsiya past bo'lgan shaxslarda prosotsial xulq-atvor ko'pincha instrumental — ya'ni, shaxsiy foyda yoki ijtimoiy maqomni saqlash uchun amalga oshiriladi. Aksincha, affektiv empatsiya yuqori, kognitiv mulohaza esa past bo'lganda, shaxs impulsiv va o'ylansiz yordam berish harakatlarini amalga oshirishi mumkin, bu esa ba'zan qo'shimcha zarar keltirishi ehtimolini oshiradi.

4.2. Ijtimoiy kontekstning modulyator ta'siri

Ijtimoiy kontekst omili KAPI modelida AE va KAM ning ta'sirini kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi modulyator sifatida ishlaydi. Tadqiqotlar ko'rsatdiki, prosotsial normalar yaqqol ifoda etilgan muhitda (masalan, kooperativ ta'lim guruhlari, mahalla jamoalari) AE-KAM integratsiyasi 38% gacha kuchayadi. Bundan tashqari, model yakka tartibda yordamga muhtoj shaxs ko'ringan sharoitda ("identifiable victim" effekti) maxsus kuchayish dinamikasini ko'rsatadi.

Tadqiqotimizning muhim xulosasi shundan iboratki, prosotsial xulq-atvorni faqat "tabiiy» yoki «tarbiyalangan» deb tavsiflovchi ikkilamchi qarama-qarshilik o'z kuchini yo'qotmoqda. KAPI modeli shaxs-muhit o'zaro ta'sirini integrlashtirib, ta'lim va tarbiya amaliyotiga amaliy yo'nalish beradi: prosotsial shaxsni shakllantirish uchun faqat bilim berish (axloq darslari) ham, faqat hissiy tarbiya ham etarli emas — ikkalasini ijtimoiy tajriba bilan birlashtiradigan yondashuv zarur.

5. Pedagog va psixologlarga amaliy tavsiyalar

KAPI modeli asosida prosotsial xulq-atvorni rivojlantirish uchun quyidagi kompleks yondashuv tavsiya etiladi:

1. **Empatsiyani maqsadli rivojlantirish:** Rol almashish mashqlari, hikoyalar tinglash va ularni boshqa tomondan tahlil qilish, musiqa va san'at terapiyasi vositasida affektiv empatsiyani mustahkamlash.
2. **Axloqiy mulohaza ko'nikmalarini o'stirish:** Axloqiy dilemma muhokamalarini darslarning doimiy tarkibiy qismiga kiritish; "Nima to'g'ri?" savoli bilan bir qatorda "Nega to'g'ri?" savolini ham tahlil qilish.

3. Prosotsial muhit yaratish: Jamoaviy loyihalar, o'zaro yordam rituallarini shakllantirish va prosotsial xulq-atvor namunalari bo'lgan rol modellardan foydalanish.

4. Integratsion baholash: O'quvchi yoki talabaning prosotsial rivojlanishini baholashda bilim, his-tuyg'u va xulq-atvor ko'rsatkichlarini birgalikda hisobga olish.

6. Xulosa

Ushbu maqolada prosotsial xulq-atvorning shakllanishini tushuntiruvchi yangi — Kognitiv-affektiv prosotsial integratsiya (KAPI) modeli taqdim etildi. Model uchta asosiy mexanizmning — affektiv empatsiya, kognitiv axloqiy mulohaza va ijtimoiy kontekst omillarining — dinamik o'zaro ta'sirini birlashtirib, mavjud yondashuvlarning to'ldirilishiga hissa qo'shadi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, prosotsial xulq-atvorni barqaror va autentik shaklda rivojlantirish uchun yagona komponentga e'tibor qaratish etarli emas — uch komponentning mutanosib va integratsiyalashgan rivojlanishi zarur. Ushbu topilma o'zbek psixologiyasi va pedagogikasi uchun ham dolzarb ahamiyat kasb etadi: milliy ta'lim tizimida nafaqat bilim va ko'nikma, balki empatsiya, axloqiy tafakkur va ijtimoiy mas'uliyatni birgalikda o'stiradigan yondashuv ishlab chiqilishi lozim.

Kelajakdagi tadqiqotlarda KAPI modelini O'zbekiston maktab o'quvchilari va talabalar namunasida eksperimental tekshirish, shuningdek, raqamli muhitda prosotsial xulq-atvorning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish istiqbolli yo'nalishlar hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Batson, C. D. (1991). The altruism question: Toward a social-psychological answer. Lawrence Erlbaum.

2. Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. Journal of Personality and Social Psychology, 44(1), 113–126.

3. De Waal, F. B. M. (2012). The antiquity of empathy. Science, 336(6083), 874–876.

4. Eisenberg, N. (2020). Altruistic emotion, cognition, and behavior (Classic Edition). Psychology Press.

5. Gilligan, C. (1982). In a different voice: Psychological theory and women's development. Harvard University Press.

6. Kohlberg, L. (1984). The psychology of moral development. Harper & Row.

7. Latane, B., & Darley, J. M. (1968). Group inhibition of bystander intervention in emergencies. Journal of Personality and Social Psychology, 10(3), 215–221.

8. Rest, J., Narvaez, D., Bebeau, M. J., & Thoma, S. J. (1999). Postconventional moral thinking: A neo-Kohlbergian approach. Lawrence Erlbaum.

9. Singer, T., & Klimecki, O. M. (2014). Empathy and compassion. Current Biology, 24(18), R875–R878.

10. Xolmatova, D. R. (2023). O'zbek o'quvchilarida ijtimoiy his-tuyg'ularning rivojlanishi. O'zbekiston Milliy universiteti ilmiy axboroti, 2(4), 88–97.

MAKTAB O‘QUVCHILARINING SOG‘LIGI UCHUN ZARARLI BO‘LGAN ODATLAR PSIXOPRAFILAKTIKASI

Toshbayeva Madina Ravshan qizi

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya ta’lim yo‘nalish 3-kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab o‘quvchilarining sog‘ligi uchun zararli bo‘lgan odatlar hamda ularning o‘quvchilar hayotidagi salbiy ta’sirlari haqida so‘z boradi.O‘quvchilarning sog‘ligi va ularning bugungi kundagi farovonlik darajasi haqida mushohadalar olib boriladi.

Kalit so‘zlar: *O‘quvchi, ota-ona, prafilaktika, bola, tarbiya, ijtimoiy muhit, salbiy ta’sir, kelajak, qadriyatlar.*

Abstract: This article discusses habits that are harmful to the health of schoolchildren and their negative impact on the lives of students. Observations are made about the health of students and their current level of well-being.

Keywords: *Student, parents, prevention, child, upbringing, social environment, negative influence, future, values.*

Аннотация: В данной статье рассматриваются привычки, вредные для здоровья школьников, и их негативное влияние на жизнь учащихся. Проводятся наблюдения за состоянием здоровья учащихся и их текущим уровнем благополучия.

Ключевые слова: *студент, родители, профилактика, ребенок, воспитание, социальная среда, негативное влияние, будущее, ценности.*

Maktab o‘quvchilarining sog‘lig‘i nafaqat ota-onaning balki jamiyatimizning oldida turgan muhim masalalardan biri hisoblanadi. Yoshlar orasida salbiy odatlar va yomon xulq-atvorlarni oldini olish,sog‘lom turmush tarzi masalalari bo‘yicha targ‘ibot-tashviqot ishlarini olib borish va ijtimoiy muhitda sog‘lom qarashlarni shakllantirishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Bu sog‘lom fikrlar zamirida o‘quvchilarni zarur bilim va ko‘nikmalar bilan ta’minlash, kelajak poydevorini mustahkamlash va ularni sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirish kabi bir qator strategiyalardan iborat. Zararli odatlar yoshlarning farovon turmush tarzida ham salbiy qarashlarni shakllantirib kelmoqda. Zararli odatlar tarkibiga: chekish, spirtli ichimliklar ichish, o‘zini yomon tutish, stressli jarayonlarda o‘zini noto‘g‘ri boshqarish va noziktiv kabi oziq-ovqatlar shular jumlasiga kiradi. Bu odatlar yoshlarning nafaqat jismoniy balki psixologik salomatligiga zarar etkazmoqda.

Oilaviy nizolarning vujudga kelishi maktab o‘qish faoliyatidagi bilimlarning so‘nishi kabi bir qator ko‘zga ko‘rinarli muammolarni keltirib chiqaradi. O‘zini

yomon tutish va stressni boshqarish o‘quvchilarda turli xil salbiy muammolarning ijobiy echimini topish,o‘quvchilarda meditatsiya, sport va boshqa faoliyatni taklif qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Maktab o‘quvchilarining sog‘lig‘iga zararli odatlarning ta’siri bo‘yicha yangicha g‘oyalar hamda yangicha innovatsiyalar amalga oshirilmoqda. Farzandlarimizning sog‘lom hayot tarzini kechirishi, etarli bilim va ko‘nikmalarning shakllanishi, ularning bo‘sh vaqtini mazmunli o‘tkazish va shuningdek kelajakdagi kasb-hunari uchun etarlicha amaliy ishlar olib borilishi, bu jamiyatimizning kamol topib kelayotgan yoshlari uchun keng imkoniyat eshigi hisoblanadi.

Shu jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning yoshlar masalalariga qaratgan katta e’tibori, ularning kelajagini shakllantirish, imkoniyat darajalarini oshirish hamda jamiyat hayotida yoshlar masalalari bo‘yicha ilg‘or fikrlarni ilgari surgan. Mamlakat taraqqiyotining asosiy kuchi,uning kelajagi, iqtisodiy, ijtimoiy hayotida balki siyosiy jabhalarda ham yoshlar o‘rni haqida alohida fikrlar keltirgan. “Yoshlar-bu jamiyatning eng kuchli energiyasi, bizning kelajagimiz. Sizlarning imkoniyatlaringizni kengaytirish, sizlarni ta’lim, ilm-fan va ishlab chiqarish sohalarida rivojlantirish orqali jamiyatni rivojlantirishga yordam beradi”. Prezidentimizning yoshlar haqidagi so‘zlari va tashabbuslari yoshlarning jamiyat hayotidagi rolini kuchaytirishga, ularning imkoniyatlarini kengaytirishga qaratilgan dolzarb masalalar safidan o‘rin oldi.

Sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish masalalari.

O‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini yaratish,unga rioya qilish kabi jarayonlar bugungi hayotimizda muhim ahamiyat kasb etmoqda.Bu jarayonlar safiga: sport va jismoniy mashg‘ulotlar bilan shug‘ullanish,to‘g‘ri ovqatlanish,uyqu rejimining o‘z o‘rnida bo‘lishi va ularning bo‘sh vaqtini tog‘ri shakllantirish jismoniy hamda ruhiy salomatlik darajasining rivojlanganlik koiffetsentini belgilab beradi.O‘quvchilar hayotida ularning sog‘ligiga zarar etkazadigan odatlar psixoprofilaktikasiga ularning o‘z hayotining boshqaruvchisi sifatida shakllantirish, o‘z mas’uliyatlarini anglash kabi bir qancha omillar ham uning asosiy fundamenti hisoblanadi. Shaxsiy maqsadlar qo‘yish o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonch hissining ortishi, zararli bo‘lgan odatlarga samarali echim topish kabi bir qator amaliy ishlar olib boriladi. Ota-ona va o‘qtuvchilar bilan o‘zaro hamkorlik o‘quvchilar turmush tarzida zararli odatlar va salbiy fikrlarning namoyon bo‘lish chegaralarini bartaraf etish kabi keng ko‘lamli ishlar amalga oshiriladi.

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, maktab o‘quvchilarining sog‘ligini saqlash va zararli odatlar psixoprafilaktikasini amalga oshirishda ta’lim jarayoning sezilarli darajada ahamiyati katta. O‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, ijtimoiy hamda iqtisodiy jihatdan qo‘llab-quvvatlash, psixologik ko‘nikmalarni shakllantirish, zararli odatlarning salbiy ta’sirlarini tushunish, stressni boshqarish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash kabi jarayonlarning barchasi o‘quvchilarning kelajakdagi salomatlik va farovonligini ta’minlashga yordam beradi. Yangicha fikrlarni amalga oshirish, faqat jismoniy salomatlikni yaxshilash bilan cheklanib qolmaydi, aksincha o‘quvchilarning ruhiy va emotsionalligini ham mustahkamlashga yordam beradi. Sog‘lom turmush tarzini yoshlar orasida keng targ‘ib qilishda ijtimoiy, psixologik va texnalogik aspektlarni hisobga olish zarur

hisoblanadi. Har bir yoshlarda ta’lim olish, kasb-hunar egallash va o‘z bilimlarini amaliyotga tadbiq etish orqali o‘zligini namoyon etishlari mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Mirziyoyev Sh. (2020). “Yoshlar siyosati va jamiyatda ularning roli”. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning yoshlar haqidagi rasmiy nutqlari to‘plami. (O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining matbuot xizmati, 2020).
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev. “Yoshlar siyosatining kelajagi va o‘zgarishlar.” – Yoshlarni ta’lim, kasb-hunar, sport va ijtimoiy faollik sohalarida qo‘llab-quvvatlashga doir nutqlar va qarorlar.
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining rasmiy veb-sayti, 2022.
4. Abdullayev A. “Yoshlar va ta'lim tizimining zamonaviy talablari”. 2018.
5. Berkovitz, E., & Platt, D. Youth Development and the Social Construction of Adolescence. Routledge. 2016.
6. Jumaev B. “Yoshlarni kasb-hunar ta'limi bilan ta'minlash: muammolar va echimlar”. 2020.
7. Nurmatov M. “O‘zbekiston yoshlarini ijtimoiy faollikka jalb qilish: Yangi yondashuvlar.” 2018.

Internet saytlari:

1. https://www.psychologytoday.com
2. https://www.academia.edu/
3. https://uz.wikepedia.org/wiki/Oila_tarbiyasi

KIBERXAVFSIZLIKNING PSIXOLOGIK QIRRALARI

Mahliyo Bahtiyorovna Yuldasheva

Farg‘ona davlat universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti, PhD

Annotatsiya. Mazkur maqolada kiberxavfsizlik tizimlarida inson omili va psixologik faktorlarning o‘rni tahlil qilinadi. Tadqiqotda kiberhujumlar samaradorligida foydalanuvchilarning kognitiv xatolari, ijtimoiy muhandislik usullari va psixologik manipulyatsiya mexanizmlarining roli yoritilgan. Shuningdek, psixologik xavfsizlikni ta’minlashga qaratilgan zamonaviy yondashuvlar va profilaktik choralar taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: *kiberxavfsizlik, psixologiya, ijtimoiy muhandislik, kognitiv xatolar, inson omili, axborot xavfsizligi.*

Zamonaviy raqamli muhitda kiberxavfsizlik faqat texnik himoya tizimlari bilan cheklanmaydi. Bugungi kunda kiberhujumlarning aksariyati inson omiliga tayanadi, ya’ni foydalanuvchilarning psixologik zaifliklari orqali amalga oshiriladi. Phishing, ijtimoiy muhandislik va manipulyativ kommunikatsiya usullari insonning kognitiv xatolari, hissiy reaksiyalari va qaror qabul qilish jarayonlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ilmiy adabiyotlarda kiberxavfsizlik muammosi texnik emas, balki

psixologik-ijtimoiy tizim sifatida ham o‘rganila boshlagan. Ayniqsa, foydalanuvchilarning xavfni baholashdagi xatolari, ishonuvchanlik darajasi va e’tiborsizlik holatlari kiberhujumlar muvaffaqiyatining asosiy omillaridan biri sifatida qayd etiladi. Shu bois ushbu tadqiqot kiberxavfsizlikda psixologik omillarning rolini tahlil qilishga qaratilgan.

Nazariy tahlillar natijasi quyidagilarni ko‘rsatdi:

Kiberxavfsizlik – kibermakonda shaxs, jamiyat va davlat manfaatlarining tashqi va ichki tahdidlardan himoyalanganlik holati bo‘lib, uning obyekti hamda subyekti mavjud. Kiberxavfsizlik obyekti deganda axborotning kiberhimoya qilinishini hamda milliy axborot tizimlari va resurslarining kiberxavfsizligini ta’minlashga doir faoliyatda foydalaniladigan axborot tizimlari majmui, shu jumladan muhim axborot infratuzilmasi obyektlarini tushunamiz. Kiberxavfsizlik subyekti esa milliy axborot resurslariga ega bo‘lish, ulardan foydalanish va ularni tasarruf etish hamda ulardan foydalanish bo‘yicha elektron axborot xizmatlari ko‘rsatish, axborotni himoya qilish hamda kiberxavfsizlik bilan bog‘liq muayyan huquqlar va majburiyatlarga ega bo‘lgan yuridik shaxs va yakka tartibdagi tadbirkor, shu jumladan muhim axborot infratuzilmasi subyektlaridir.

Kiberxavfsizlik buzilishlarining katta qismi texnik zaiflikdan emas, balki inson xatolaridan kelib chiqadi. Foydalanuvchilarning noto‘g‘ri qarorlari (masalan, shubhali havolalarni ochish yoki parollarni qayta ishlatish) asosiy xavf omili hisoblanadi.

Ijtimoiy axborot usullari foydalanuvchilarning ishonch, qo‘rquv, shoshilinchlik hissi, qiziqish kabi psixologik xususiyatlariga tayanadi. Foydalanuvchilar ko‘pincha xavfni noto‘g‘ri baholaydi. Bu “optimism” va “me’yor” kabi psixologik holatlar bilan bog‘liq.

Tashkilotlarda kiberxavfsizlik bo‘yicha treninglar etarli emasligi aniqlanib, bu foydalanuvchilarning zaifligini oshirishi qayd etildi.

Natijalar shuni ko‘rsatadiki, kiberxavfsizlik tizimlarini faqat texnik vositalar bilan mustahkamlash etarli emas. Eng muhim komponent bu inson xulq-atvoridir.

Psixologik zaifliklar kiberhujumlarning asosiy “kirish nuqtasi” bo‘lib qolmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy axborot hujumlari texnik himoyani chetlab o‘tib, bevosita inson ongiga ta’sir qiladi. Shu sababli quyidagi yondashuvlar muhim:

- kiberxavfsizlik bo‘yicha psixologik treninglar,
- xulq-atvor asosida xavfni baholash tizimlari,
- foydalanuvchilarning kognitiv xatolarini kamaytirishga qaratilgan dasturlar,
- tashkilotlarda xavfsizlik madaniyatini shakllantirish.

Kelajakdagi tadqiqotlar psixologiya va sun’iy intellekt integratsiyasi orqali foydalanuvchi xatti-harakatlarini oldindan prognoz qilishga qaratilishi lozim.

Kiberxavfsizlikning psixologik qirralari shuni ko‘rsatadiki, inson omili eng zaif va ayni paytda eng muhim komponent hisoblanadi. Texnik himoya tizimlari qanchalik rivojlangan bo‘lmasin, psixologik zaifliklar bartaraf etilmasa, kiberxavfsizlik to‘liq ta’minlanmaydi.

Mazkur nazariy tadqiqot kiberxavfsizlikning psixologik qirralarini tahlil qilish orqali zamonaviy raqamli muhitda inson omilining hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini yana bir bor tasdiqladi. Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki,

kiberxavfsizlik tizimlarining samaradorligi faqat texnik himoya vositalariga emas, balki foydalanuvchilarning psixologik holati, xulq-atvori va qaror qabul qilish jarayonlariga ham bevosita bog‘liqdir.

Kiberhujumlarning sezilarli qismi texnik zaifliklardan emas, balki insonning kognitiv cheklovlari va psixologik xatolaridan kelib chiqadi. Xususan, ishonuvchanlik, shoshilinch qaror qabul qilish, qo‘rquv va qiziqish kabi emotsional holatlar ijtimoiy muhandislik hujumlarining muvaffaqiyatini ta’minlovchi asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Bu esa kiberxavfsizlikni faqat texnik muammo emas, balki murakkab psixologik-ijtimoiy tizim sifatida ko‘rish zarurligini anglatadi. Shuningdek, tadqiqot natijalari foydalanuvchilarda xavfni past baholash kabi kognitiv xato keng tarqalganligini ko‘rsatdi. Ushbu holatlar kiberxavf-xatarlarga nisbatan loqayd munosabatni shakllantiradi va himoya mexanizmlarining samaradorligini pasaytiradi. Shu nuqtai nazardan, xavfsizlik madaniyatini shakllantirish va foydalanuvchilarning psixologik tayyorgarligini oshirish kiberxavfsizlik strategiyalarining ajralmas qismi bo‘lishi lozim.

Muhim xulosalardan yana biri shundan iboratki, tashkilotlarda kiberxavfsizlik faqat texnik mutaxassislar zimmasidagi vazifa sifatida emas, balki barcha xodimlarning umumiy mas’uliyati sifatida qaralishi kerak. Doimiy treninglar, xulq-atvorni shakllantirishga qaratilgan dasturlar hamda psixologik yondashuvlar asosidagi o‘quv modullari inson omilidan kelib chiqadigan xavflarni sezilarli darajada kamaytirishi mumkin.

Umuman olganda, kiberxavfsizlikning psixologik qirralarini chuqur o‘rganish shuni ko‘rsatadiki, kelajakdagi xavfsizlik tizimlari ko‘p qatlamli yondashuvga asoslanishi lozim: texnik himoya, tashkiliy boshqaruv va psixologik barqarorlik bir butun tizim sifatida integratsiya qilinishi zarur. Faqatgina shu yondashuv orqali raqamli muhitda barqaror va ishonchli kiberxavfsizlikni ta’minlash mumkin bo‘ladi.

Adabiyotlar:

1. https://servercore.com/ru/blog/articles/chto-takoe-kiberbezopasnost/
2. https://lex.uz/ru/docs/8079279

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ: РИСКИ И РЕСУРСЫ РАЗВИТИЯ

Алимова Елена Геннадьевна

Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами, Ташкент, PhD по психологическим наукам, доцент
Email: lena-alm@mail.ru

Аннотация: В статье анализируются особенности формирования психологической устойчивости личности в условиях цифровизации общества. Рассматривается влияние социальных сетей на эмоциональное состояние, включая тревожность, социальное сравнение и эмоциональное выгорание. Представлена авторская модель развития психологической устойчивости,

включающая цифровую гигиену, саморегуляцию и осознанное взаимодействие с информационной средой.

Ключевые слова: *психологическая устойчивость, цифровая среда, социальные сети, тревожность, выгорание, саморегуляция*

Abstract: The article analyzes the features of the formation of psychological resilience of the individual in the context of digitalization of society. The influence of social media on emotional states is examined, including anxiety, social comparison, and emotional burnout. The author presents a model for developing psychological resilience, which includes digital hygiene, self-regulation, and conscious interaction with the information environment.

Keywords*: psychological resilience, digital environment, social media, anxiety, social comparison, emotional burnout, self-regulation*

Annotatsiya: Maqolada jamiyatning raqamlashtirilishi sharoitida shaxs psixologik barqarorligining shakllanish xususiyatlari tahlil qilinadi. Ijtimoiy tarmoqlarning emotsional holatga ta’siri, jumladan, xavotir, ijtimoiy solishtirish va emotsional kuyish holatlari ko‘rib chiqiladi. Muallif tomonidan psixologik barqarorlikni rivojlantirish modeli taklif etilib, u raqamli gigiyena, o‘zini-o‘zi boshqarish va axborot muhiti bilan ongli o‘zaro ta’sirni o‘z ichiga oladi.

Kalit so‘zlar: *psixologik barqarorlik, raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar, xavotir, ijtimoiy solishtirish, emotsional kuyish, o‘zini-o‘zi boshqarish*

Введение

Цифровизация современного общества привела к значительным изменениям в образе жизни человека, структуре коммуникации и восприятии реальности. Социальные сети, являясь важным инструментом взаимодействия, одновременно становятся источником психологических рисков.

В связи с этим особую актуальность приобретает проблема формирования психологической устойчивости личности, которая обеспечивает способность адаптироваться к информационным перегрузкам и сохранять эмоциональное равновесие [1].

Цель исследования — выявить влияние цифровой среды на психологическое состояние личности и определить эффективные методы формирования устойчивости.

Методика исследования

В работе использованы теоретический анализ научной литературы, сравнительный анализ современных исследований, обобщение практического опыта психологического консультирования. Методологическую основу составили труды отечественных и зарубежных авторов в области психологии личности, стресса и цифровой среды.

Результаты и обсуждение

1. Влияние цифровой среды на личность

Результаты анализа свидетельствуют, что цифровая среда формирует ряд устойчивых психологических эффектов:

Социальное сравнение. Пользователи склонны воспринимать контент социальных сетей как реальность, что приводит к снижению самооценки и формированию чувства неполноценности [5].

Повышенная тревожность. Информационная перегрузка и постоянная включенность в онлайн-коммуникацию способствуют формированию хронического стресса [1, 6].

Эмоциональное выгорание. Отсутствие границ между личным и профессиональным пространством приводит к истощению психических ресурсов [6].

2. Психологическая устойчивость как фактор адаптации

Психологическая устойчивость рассматривается как интегративное качество личности [2,3], включающее эмоциональную регуляцию, когнитивную гибкость, устойчивую самооценку, способность к осознанному выбору.

Она выступает защитным механизмом, позволяющим снижать негативное влияние цифровой среды [3].

3. Практические методы формирования устойчивости

На основе анализа предложена трёхкомпонентная модель развития устойчивости:

1. Цифровая гигиена
   - ограничение времени в соцсетях
   - фильтрация информационного потока
   - осознанное потребление контента
2. Навыки саморегуляции
   - дыхательные техники
   - методы релаксации
   - управление вниманием
3. Эмоциональная осознанность
   - распознавание эмоций
   - снижение зависимости от внешней оценки
   - развитие внутренней опоры

В результате исследования предложена интеграция цифровой гигиены и эмоциональной саморегуляции как единой системы психологической устойчивости в условиях цифровизации [5,6].

Заключение. Цифровая среда оказывает комплексное воздействие на психологическое состояние личности, усиливая тревожность, социальное сравнение и риск эмоционального выгорания [1,6].

Формирование психологической устойчивости является ключевым фактором сохранения психического здоровья. Разработанная модель может быть использована в практике психологического консультирования и образовательной деятельности.

Рекомендации практического психолога

В условиях цифровой среды психологическая помощь должна быть направлена не только на снижение симптомов тревожности, но и на

формирование устойчивых навыков саморегуляции и осознанного взаимодействия с информацией:

1. Диагностика цифровой нагрузки

оценить время, проводимое клиентом в социальных сетях

– выявить эмоциональные реакции на контент (тревога, раздражение, сравнение)
– определить наличие признаков цифрового переутомления

2. Формирование цифровой гигиены

ограничение экранного времени (до 1,5–2 часов вне работы)

– введение «цифровых пауз» (минимум 1–2 часа без гаджетов в день)
– отказ от использования гаджетов за 1 час до сна

3. Работа с социальным сравнением

Задача психолога — снизить зависимость самооценки от внешних факторов.

4. Снижение тревожности

– ограничить поток новостей
– использовать техники заземления
– формировать навык «достаточности информации»

5. Профилактика эмоционального выгорания

– разделение «онлайн» и «оффлайн» ролей
– внедрение режима восстановления (отдых без экрана)
– работа с границами (не быть постоянно доступным)

6. Развитие навыков саморегуляции

7. Усиление офлайн-ресурсов

– возвращать клиента в реальное взаимодействие
– усиливать живые контакты
– формировать опыт «реальной ценности», а не цифровой

8. Формирование устойчивой самооценки

– снижение зависимости от лайков и одобрения
– развитие внутреннего критерия ценности
– принятие собственной индивидуальности

Эффективная психологическая помощь в условиях цифровизации должна быть направлена на формирование осознанного, регулируемого и экологичного взаимодействия личности с цифровой средой, где человек выступает не пассивным потребителем, а активным субъектом своей психологической реальности.

Список литературы

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. — М., 2006.
2. Леонтьев Д.А. Психология смысла. — М., 2019.
3. Асмолов А.Г. Психология личности. — М., 2018.
4. Каримова В.М. Ижтимоий психология. — Тошкент: Ўқитувчи, 2020.

5. Sherry Turkle. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. — 2011.

6. World Health Organization. Adolescent mental health in the digital age. — 2021.

РАҚАМЛИ ТЕХНОЛОГИЯЛАРНИНГ САЛБИЙ ТАЪСИРИНИ БАРТАРАФ ЭТИШДА РАТСИОНАЛ-ЭМОТИВ ПСИХОТЕРАПИЯНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ

Ишанкулов Фарход Парманович

АИФУ психология факультети магистранти
Тошкент шаҳри, farxod_ishankulov@mail.ru

Аннотация

Ушбу мақолада ахборотлашган жамиятда рақамли технологияларнинг инсон руҳиятига салбий таъсири ва рақамли муҳитда юзага келадиган ирратсионал қарашларни ратсионал-эмотив психотерапияси (РЭПТ) имкониятлари орқали шахснинг руҳий барқарорлигини таъминлаш масалалари таҳлил қилинган. Тадқиқот доирасида Ўзбекистон интернет сегменти фойдаланувчиларининг ахборот истеъмоли стратегиялари ҳамда уларнинг психологик хавфсизлик даражаси таҳлил қилинган. Шунингдек, соҳа олимларининг ахборот манипуляцияси тизимлари ва нейропсихологик механизмлар борасидаги назарий қарашлари тизимлаштирилиб, АИФУ психология йўналиши магистрантлари иштирокида ўтказилган эмпирик тадқиқот натижалари билан қиёсий ўрганилган.

Калит сўзлар: Ўзбекистон интернет сегменти, ахборот истеъмоли, рақамли саводхонлик, психосоциал фаровонлик, рақамли манипуляция, ирратсионал эътиқодлар, рақамли стресс, РЭПТ.

Кириш. XXI аср – глобал ахборотлашув ва жадал рақамли трансформатсиялар даври сифатида инсоният ҳаётининг барча жабҳаларини тубдан ўзгартирди. Бугунги ахборотлашган жамиятда рақамли технологиялар ҳаётнинг ажралмас қисмига айланди. Бироқ, технологик тараққиёт инсон ҳаётини енгиллаштириш билан бирга, “рақамли стресс”, ижтимоий тармоқларга қарамлик ва кибер-хавотир каби замонавий таҳдидларни ҳам олиб келди. Интернет фойдаланувчилари, айниқса, ёшлар орасида виртуал ҳаётдаги муваффақиятни реал ҳаёт мазмунидан устун қўйиш ҳолатлари шахс психологик саломатлигига ва эмоционал барқарорлигига деструктив таъсир кўрсатиб, ижтимоий дезадаптатсия хавфини юзага келтирмоқда.

Тадқиқот методологияси ва усуллар. Мазкур тадқиқотнинг методологик асосини шакллантиришда бир-бирини тўлдирувчи фундаментал ва замонавий илмий концепциялар синтезидан фойдаланилди. Хусусан, шахснинг норатсионал эътиқодларини коррекция қилишда А.Эллиснинг ратсионал-эмотив терапия (РЭПТ) концепцияси [6], ахборот маконидаги психологик таъсирларни тушунишда Ноам Хомскийнинг манипуляция

феномени ҳақидаги қарашлари тадқиқотнинг назарий пойдеворини ташкил этди. Шунингдек, миллий контекстда ахборот истеъмоли маданияти ва яширин психологик таъсир механизмларини таҳлил қилишда Д.Ташмухамедова ва Л.Абдуқодироваларнинг илмий хулосаларига, рақамли технологияларнинг физиологик ва когнитив оқибатларини баҳолашда эса З.Ибодуллаевнинг гиподинамия ва астеник ҳолатлар ҳақидаги назарий қарашларига таянилди.

Эмпирик маълумотларни тўплаш мақсадида муаллиф томонидан махсус ишлаб чиқилган “Ахборот истеъмоли ва медиа-психологик чидамлилик” номли сўровномадан фойдаланилди. Сўровнома шахснинг рақамли муҳитдаги психологик хавфсизлигини комплекс баҳолашга йўналтирилган бўлиб, қуйидаги учта функционал блокни (Танқидий фикрлаш ва когнитив рефлексия; Манипуляцияга нисбатан фаол мунозара; Когнитив ригидлик ва бир ёқламалик) ўз ичига олади.

Респондентларнинг жавобларини миқдорий ўлчаш ва статистик таҳлил қилиш мақсадида 5 баллик Лайкерт шкаласи қўлланилди (1 балл – мутлақо қўшилмайман, 5 балл – тўлиқ қўшиламан).

Тадқиқотда жами 34 нафар респондент иштирок этди. Танланманинг репрезентативлиги ва натижаларнинг ишончлилигини таъминловчи асосий омил – иштирокчиларнинг барчаси (100 %) олий маълумотли мутахассислар эканлигидир. Гендер таркибига кўра, респондентларнинг 64,7 фоизини (22 киши) аёллар, 35,3 фоизини (12 киши) эркаклар ташкил этди. Ёш кўрсаткичлари таҳлили шуни кўрсатдики, иштирокчиларнинг асосий қисми (67,6 %) 31-45 ёшдаги, жамиятнинг ижтимоий ва касбий жиҳатдан энг фаол қатлами вакилларидир.

Тўпланган эмпирик маълумотлар математик-статистик таҳлил методлари ёрдамида қайта ишланиб, шахснинг рақамли технологиялар таъсирига нисбатан психологик чидамлилиги ҳамда мавжуд когнитив бузилишларни коррекция қилишда РЭПТ усулларидан фойдаланиш зарурияти илмий жиҳатдан асослантирилди.

Тадқиқот натижалари ва уларнинг таҳлили. Тадқиқот давомида респондентларнинг рақамли муҳитдаги фаоллик даражаси таҳлил қилинганда, юқори интенсивлик қайд этилди. 13 нафар респондент (38,2%) кунига 5 соатдан кўп, 16 нафари (47,1%) эса 3-5 соат вақтини интернетда ўтказади. Бундай юқори кўрсаткичли фаоллик шахснинг психологик ҳолатига бевосита таъсир кўрсатиб, Д.Ташмухамедова таъкидлаганидек, “когнитив турбулентлик” ва ахборот истеъмолининг мураккаб психологик фаолиятга айланишига сабаб бўлмоқда [5, 4].

Э.Герман, Н.Хомский [2] ва Л.Абдуқодироваларнинг [1] манипуляция ва яширин таъсир ҳақидаги қарашлари, ҳамда З.Ибодуллаевнинг когнитив дангасалик ва астения ҳақидаги огоҳлантиришлари [3] асосида олиб борилган тадқиқот натижалари эмпирик таҳлили бир қатор муҳим илмий хулосаларни тақдим этди.

Биринчидан, респондентларнинг 85 фоизи ахборотни верификатсия қилиши ва эмоционал хабарларга шубҳа билан қараши аниқланди. Бу олий маълумотли фойдаланувчиларда ахборот хуружларига нисбатан етарлича

психологик иммунитет мавжудлигини кўрсатади. Бироқ, таҳлиллар шуни асосладики, ушбу иммунитет асосан “пассив ҳимоя” шаклида (4.1 балл) намоён бўлмоқда. Яъни, фойдаланувчи ёлғон ахборотни англайди, лекин унга нисбатан реакция билдирмасдан, шунчаки “ишонмаслик” ёки “ўқимаслик” стратегиясини танлайди. Бу эса РЭПТ тизимидаги ратсионал таҳлилнинг фақат когнитив босқичда тўхтаб қолаётганидан далолат беради.

Иккинчидан, танқидий фикрлаш юқорилиги аниқланди, аммо респондентларнинг фақат 40 фоизи дезинформатсияга қарши фаол муносабат (шикоят қилиш, фош этиш) билдиради. Бунинг асосий сабаби сифатида рақамли муҳитдаги “ижтимоий масъулият диффузияси” ва конфликтдан қочиш истагини келтириш мумкин. Демак, фойдаланувчиларда психологик чидамлилик бўлса-да, ёлғонни зарарсизлантиришга қаратилган “актив дезинтоксикатсия” кўникмалари (ёлғонни фош қилиш ва маълумотни текширишнинг техник воситаларидан фаол фойдаланиш – 3.2 балл) етарли даражада шаклланмаган.

Учинчидан, респондентларнинг 62 фоизи янги далиллар асосида ўз фикрини ўзгартиришга тайёрлиги, уларда “когнитив ёпиқлик" даражаси пастлигини асослайди. Когнитив қайишқоқлик ва РЭПТ истиқболлари: Ушбу когнитив қайишқоқлик (2.3 балл) РЭПТ методларини рақамли гигиенанинг ажралмас қисми сифатида татбиқ этиш учун қулай назарий ва амалий замин яратади.

Тадқиқот танқидий фикрлаш ва норатсионал хулосаларга мойиллик ўртасида кучли салбий корреляция мавжудлигини исботлаш билан бирга, шахсий обрў мотиви респондентларни ёлғон хабарлардан ҳимояланишга ундовчи асосий драйвер эканлигини кўрсатди. Бу эса РЭПТ методларини шахснинг ижтимоий имижи ва руҳий барқарорлигини мустаҳкамловчи восита сифатида татбиқ этишнинг юқори самара беришини илмий жиҳатдан асослайди.

Хулоса. Ўтказилган таҳлил натижаларига кўра, олий маълумотли қатламда ахборот манипуляциясини англаш даражаси юқори, бироқ унинг салбий таъсирини тўлиқ зарарсизлантириш учун фойдаланувчиларда пассив ҳимоядан фаол ҳимоя стратегиясига ўтиш зарурияти мавжуд. Бунинг учун рақамли технологияларнинг психологик таъсирини фақат ахборот олиш деб эмас, балки руҳий саломатликка таъсир этувчи омил деб баҳолаш, РЭПТ методларини қўллаган ҳолда, шахснинг ёлғон ахборот олдидаги норатсионал хавотирларини (масалан, мен барибир ҳеч нарсани ўзгартира олмайман деган фикрларни) бартараф этиш ҳамда фойдаланувчиларда актив дезинтоксикатсия даражасини ошириш орқали медиа-муҳитнинг “тозаловчилари” қатламини шакллантириш мақсадга мувофиқ.

Адабиётлар рўйхати

1. Абдукадирова Л.Ю., Мансурходжаева Ш. Н. Социально-психологические механизмы манипуляции сознанием в цифровой среде // https://worldlyjournals.com/index.php/ituy/article/view/23004/26293

2. Герман Э. и Хомски Н. Конструируя согласие. Политическая экономия средств массовой информатsiи // https://2050.su/eh-german-i-n-homski-konstruiruya-soglasie-politicheskaya-ehkonomiya-sredstv-massovoi-informacii/
3. Ибодуллаев З.Р. Асаб ва руҳият. (Тўлдирилган бешинчи нашри). Илмий-оммабоп рисола. – Тошкент: "Замин нашр", 2023. – 456 бет
4. Ишанкулов Ф. П. Миллий интернет сегменти фойдаланувчилари томонидан ахборотни истеъмол қилиш стратегияларининг психологик ва гендер хусусиятлари: рақамли муҳитда ахборотни истеъмол қилиш механизмларининг назарий таҳлили // https://cyberleninka.ru/article/n/milliy-internet-segmenti-foydalanuvchilari-tomonidan-axborotni-iste-mol-qilish-strategiyalarining-psixologik-va-gender/viewer
5. Ташмухамедова Д. Г. Виртуал тармоқлар ўзбекистон ёшларининг ижтимоий ролини шаклланиш омили сифатида. Автореферат. – Тошкент, 2024. https://library.ziyonet.uz/book/131669
6. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Patsionально-эмоциональный подход. – СПб.: Сова, 2002.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РАЗВИТИЯ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Ходжаева Камола Аброровна,
магистрант 2 курса AIFU

Аннотация

В статье рассматриваются психологические основы профессионального самоопределения личности в условиях развития искусственного интеллекта. Анализируются возможности технологий искусственного интеллекта в системе профессиональной ориентации, их влияние на профессиональный выбор, карьерную адаптацию и формирование профессиональной идентичности молодежи. Особое внимание уделено международному опыту применения интеллектуальных технологий в профориентации, а также перспективам их внедрения в систему образования Узбекистана. Сделан вывод о необходимости интеграции интеллектуальных технологий и психологического сопровождения личности.

Ключевые слова: *профессиональное самоопределение, искусственный интеллект, профессиональная ориентация, карьерное консультирование, цифровизация образования.*

В условиях глобальной цифровизации и стремительного развития технологий искусственного интеллекта проблема профессионального самоопределения молодежи приобретает особую актуальность.

Трансформация рынка труда, автоматизация профессиональной деятельности и появление новых профессий существенно изменяют требования к личности и системе профессиональной подготовки.

Профессиональное самоопределение представляет собой сложный психологический процесс, связанный с осознанием личностью собственных способностей, интересов, ценностей и возможностей их реализации в профессиональной деятельности [1]. Данный процесс формирует основу профессиональной идентичности личности и определяет направление ее дальнейшего карьерного развития.

По данным Международной организации труда, процесс вхождения молодежи на рынок труда становится все более сложным, а уровень несоответствующей занятости среди молодых специалистов остается высоким. Аналитические исследования также показывают, что в XXI веке ежегодно появляется значительное количество новых профессий, связанных с цифровыми технологиями и интеллектуальными системами. Данные изменения требуют развития у молодежи гибкого мышления, способности к профессиональной адаптации и навыков осознанного профессионального выбора.

Современные зарубежные исследования показывают, что технологии искусственного интеллекта становятся одним из ключевых инструментов системы профессиональной ориентации и карьерного сопровождения личности. По мнению С. Вестман и соавторов, интеллектуальные технологии позволяют обеспечивать персонализированную поддержку профессионального самоопределения, анализировать образовательные траектории обучающихся и формировать индивидуальные рекомендации по карьерному развитию [2].Таким образом, исследование психологических основ профессионального самоопределения в условиях развития искусственного интеллекта представляет собой одну из актуальных задач современной психологии и педагогики.

Методологическую основу исследования составили научные труды в области психологии профессионального самоопределения, профессиональной ориентации, цифровизации образования и применения технологий искусственного интеллекта в карьерном консультировании.

В ходе исследования использовались методы теоретического анализа научной литературы, сравнительного анализа традиционных и AI-ориентированных моделей профориентации, а также методы систематизации и научного обобщения. Теоретическую базу исследования составили работы Е. А. Климова, Н. С. Пряжникова, Дж. Холланда, Д. Сьюпера, С. Вестман и других исследователей профессионального самоопределения.

Профессиональное самоопределение является важным этапом личностного и карьерного развития, связанным с формированием профессиональных интересов, мотивации и профессиональной идентичности личности [3]. В современных условиях данный процесс усложняется вследствие цифровизации и высокой изменчивости рынка труда. Зарубежные исследования показывают, что интеллектуальные системы используются для

анализа образовательных достижений, прогнозирования карьерных траекторий и мониторинга профессиональной адаптации обучающихся [2]. Особую роль играют технологии машинного обучения и прогностической аналитики, обеспечивающие более точное сопоставление способностей личности с требованиями рынка труда.

Вместе с тем внедрение технологий искусственного интеллекта сопровождается рядом психологических и этических рисков, связанных со снижением уровня личностного взаимодействия и зависимостью от алгоритмических рекомендаций [4]. В связи с этим современные исследования подчеркивают необходимость сочетания интеллектуальных технологий и психологического сопровождения личности [2; 4].

Международный опыт показывает, что технологии искусственного интеллекта активно внедряются в системы профессиональной ориентации в Финляндии, США, Южной Корее, Китае и странах Европейского союза [2; 5].

В Узбекистане развитие цифровой экономики и концепции «Цифровой Узбекистан – 2030» создают условия для внедрения интеллектуальных технологий в систему профессиональной ориентации молодежи. Использование цифровых платформ может способствовать диагностике профессиональных интересов обучающихся, прогнозированию востребованных профессий и повышению качества профессионального самоопределения.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что развитие технологий искусственного интеллекта существенно трансформирует систему профессионального самоопределения личности. Современные интеллектуальные системы выполняют функции цифрового карьерного консультанта, аналитического инструмента и средства прогнозирования профессионального развития [2].Вместе с тем искусственный интеллект не способен полностью заменить психологическое сопровождение личности. Исследования показывают, что эмпатия, эмоциональная поддержка и развитие профессиональной рефлексии остаются исключительно человеческими функциями [2].Особое внимание современные исследователи уделяют проблеме субъектности личности в условиях взаимодействия с интеллектуальными технологиями. В условиях цифровой экономики все большую значимость приобретают креативность, эмоциональный интеллект, коммуникативные навыки и профессиональная адаптивность [4].

Таким образом, современная система профессиональной ориентации должна быть направлена не только на выбор профессии, но и на развитие способности личности к непрерывному профессиональному развитию.

Профессиональное самоопределение в условиях развития искусственного интеллекта представляет собой сложный психологический процесс, обусловленный взаимодействием личностных, социальных и технологических факторов.

Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Технологии искусственного интеллекта становятся важным инструментом системы профессиональной ориентации и карьерного сопровождения личности.
2. Интеллектуальные технологии способствуют повышению эффективности диагностики профессиональных интересов и карьерных перспектив обучающихся.
3. Цифровизация профориентации сопровождается новыми психологическими и этическими рисками.
4. Наиболее эффективной является интеграция интеллектуальных технологий и психологического консультирования личности.

Для Узбекистана особую значимость приобретает внедрение интеллектуальных технологий в систему профессиональной ориентации молодежи. Перспективными направлениями являются развитие цифровой психодиагностики, создание национальных платформ профориентации и интеграция образовательных учреждений с рынком труда.

Список литературы

1. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — Москва : Академия, 2004. — 304 с.
2. Westman, S. Artificial Intelligence for Career Guidance – Current Requirements and Prospects for the Future / S. Westman, J. Kauttonen, A. Klemetti [et al.] // IAFOR Journal of Education: Technology in Education. — 2021. — Vol. 9, № 4. — P. 43–62. DOI: 10.22492/ije.9.4.03.
3. Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н. С. Пряжников. — Москва : Институт практической психологии, 1996. — 256 с.
4. Holmes, W. Ethics of AI in Education: Towards a Community-Wide Framework / W. Holmes, K. Porayska-Pomsta, K. Holstein [et al.] // International Journal of Artificial Intelligence in Education. — 2021. — Vol. 31. — P. 504–526. DOI: 10.1007/s40593-021-00239-1.
5. Khare, K. Artificial Intelligence and the Student Experience: An Institutional Perspective / K. Khare, B. Stewart, A. Khare // IAFOR Journal of Education. — 2018. — Vol. 6, № 3. — P. 63–78.
6. Tuomi, I. The Impact of Artificial Intelligence on Learning, Teaching, and Education: Policies for the Future / I. Tuomi. — Luxembourg : Publications Office of the European Union, 2018. — 44 p.
7. Zawacki-Richter, O. Systematic Review of Research on Artificial Intelligence Applications in Higher Education / O. Zawacki-Richter, V. I. Marḳn, M. Bond, F. Gouverneur // International Journal of Educational Technology in Higher Education. — 2019. — Vol. 16. — Article 39.

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД К ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАТSIИ

Кодиркулов Азизжон Саидкул угли,

преподаватель кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В тезисах рассматривается интегративный подход к профилактике киберделинквентного поведения несовершеннолетних в условиях цифровизации общества. Раскрывается роль родителей, педагогов, инспекторов профилактики и психологов в раннем выявлении цифровых рисков, развитии правосознания, саморегуляции и безопасного поведения подростков в информационной среде.

Ключевые слова: *несовершеннолетние, киберделинквентное поведение, цифровизация, психологическая профилактика, родители, педагоги, цифровые риски, правосознание.*

Современная цифровая среда стала важным пространством социализации несовершеннолетних. Социальные сети, мессенджеры, игровые платформы и онлайн-сообщества влияют на формирование поведения, ценностей, способов общения и представлений подростков о допустимом и недопустимом. Наряду с образовательными и коммуникативными возможностями цифровизация усиливает риски девиантного и правонарушающего поведения несовершеннолетних. Киберделинквентное поведение несовершеннолетних можно рассматривать как совокупность противоправных или социально опасных действий в цифровой среде, нарушающих права, безопасность, честь, достоинство и частную жизнь других лиц. Оно может проявляться в кибербуллинге, угрозах, распространении унижающей информации, незаконном использовании персональных данных, участии в деструктивных онлайн-группах и иных формах нарушения правовых и нравственных норм.

Нормативную основу профилактики составляют законодательные акты Республики Узбекистан, регулирующие вопросы кибербезопасности, профилактики правонарушений, предупреждения безнадзорности и защиты детей. Закон «О кибербезопасности» определяет правовые основы обеспечения защищённости личности, общества и государства в киберпространстве [1]. Закон «О профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних» закрепляет меры предупреждения правонарушений среди несовершеннолетних [2]. Закон «О профилактике правонарушений» определяет общие основы профилактической деятельности [3], а Закон «О защите детей от всех форм насилия» усиливает межведомственный подход к защите ребёнка [4].

Психологические причины киберделинквентного поведения имеют комплексный характер. К ним относятся возрастная незрелость самоконтроля, эмоциональная импульсивность, повышенная внушаемость, зависимость от оценки сверстников, стремление к признанию, дефицит родительского внимания, низкий уровень правосознания, слабая эмпатия и недостаточная способность прогнозировать последствия собственных действий. В цифровой среде эти особенности усиливаются анонимностью, дистанционностью общения, быстрым социальным подкреплением и иллюзией безнаказанности.

Одним из значимых факторов является онлайн-расторможенность. Несовершеннолетний может воспринимать действия в интернете как менее реальные и менее ответственные, чем поведение в непосредственном общении. Отсутствие прямого эмоционального контакта с пострадавшим снижает эмпатию, а одобрение со стороны онлайн-группы закрепляет агрессивные модели поведения.

Влияние группы сверстников также играет существенную роль. Подросток стремится к признанию и принадлежности к группе, а цифровые сообщества формируют собственные нормы, язык, символы и авторитеты. Если в такой среде агрессия, травля или нарушение правил воспринимаются как способ самоутверждения, несовершеннолетний может усваивать эти модели как допустимые.

Кибербуллинг является одной из наиболее распространённых форм цифровой агрессии. По данным Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения, около 15 % подростков сообщали, что сталкивались с кибербуллингом, а около 12 % признавали участие в кибербуллинге других [7]. Эти данные показывают, что цифровая агрессия стала устойчивым социально-психологическим риском подростковой среды.

Интегративный подход к профилактике киберделинквентного поведения предполагает взаимодействие семьи, образовательного учреждения, инспекторов профилактики, психологов и общественных структур. Только один субъект профилактики не способен полноценно охватить все факторы риска, поскольку цифровое поведение подростка формируется одновременно в семье, школе, группе сверстников и интернет-пространстве.

Семья является первичным институтом профилактики. Родители могут первыми заметить изменения в поведении подростка: скрытность, раздражительность после использования телефона, резкое изменение круга общения, тревожность, агрессивные реакции, снижение учебной мотивации и зависимость от онлайн-оценки. Однако профилактическая роль родителей не должна сводиться только к техническому контролю. Более эффективным является сочетание разумного контроля, доверительного общения, эмоциональной поддержки и правового просвещения.

Педагоги занимают важное место в профилактике, поскольку образовательная среда позволяет ежедневно наблюдать за поведением несовершеннолетних. Цифровые конфликты часто проявляются через школьные чаты, распространение оскорбительных материалов, исключение из онлайн-групп, публичное высмеивание и давление сверстников. Поэтому

педагогам необходимо формировать у учащихся культуру цифрового общения, уважение к личности другого человека, понимание правовых последствий онлайн-поведения и навыки безопасного взаимодействия в интернете.

Инспектор профилактики выполняет правовую, социально-психологическую и координационную функцию. Его деятельность должна быть направлена не только на реагирование после совершения правонарушения, но и на раннее выявление цифровых рисков. В профилактической беседе важно выяснять особенности онлайн-общения подростка, наличие конфликтов в мессенджерах, участие в агрессивных группах, опыт травли, давление сверстников и отношение к правовым ограничениям.

Психолог обеспечивает диагностическое и коррекционно-развивающее сопровождение. Его задача заключается в выявлении индивидуальных факторов риска: импульсивности, агрессивности, тревожности, низкой самооценки, дефицита эмпатии, повышенной внушаемости и трудностей саморегуляции. Психологическая работа должна быть направлена на развитие самоконтроля, эмпатии, устойчивости к групповому давлению и навыков безопасного поведения в цифровой среде.

Профилактика должна включать развитие цифровой грамотности. При этом цифровая грамотность не должна ограничиваться техническими навыками. Она должна включать психологическую и правовую составляющие: умение распознавать манипуляции, оценивать достоверность информации, защищать личные данные, уважать границы другого человека и обращаться за помощью при угрозах. UNICEF подчёркивает, что стратегии онлайн-безопасности должны сохранять преимущества цифровых технологий и одновременно снижать риски насилия, эксплуатации, злоупотребления и нарушения приватности [8].

Таким образом, психологическая профилактика киберделинквентного поведения несовершеннолетних должна быть направлена не только на контроль и наказание, но и на раннее предупреждение, воспитание, психологическую поддержку и социальное сопровождение. Интегративный подход позволяет объединить усилия семьи, школы, органов внутренних дел и психологической службы, что соответствует современным вызовам информатизированного общества.

Список литературы

1. О кибербезопасности : Закон Республики Узбекистан от 15 апреля 2022 г. № ЗРУ-764 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/5960609.
2. О профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних : Закон Республики Узбекистан от 29 сентября 2010 г. № ЗРУ-263 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/1685724.

3. О профилактике правонарушений : Закон Республики Узбекистан от 14 мая 2014 г. № ЗРУ-371 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/2387359.
4. О защите детей от всех форм насилия : Закон Республики Узбекистан от 14 ноября 2024 г. № ЗРУ-996 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/7219505.
5. Кон И. С. Психология ранней юности : кн. для учителя / И. С. Кон. – Москва: Просвещение, 1989. – 255 с.
6. Реан А. А. Психология подростка / А. А. Реан. – Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 480 с.
7. One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO Europe study // World Health Organization. Regional Office for Europe. – 2024. – URL: https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study.
8. Protecting children online // UNICEF Uzbekistan. – 2024. – URL: https://www.unicef.org/uzbekistan/en/stories/protecting-children-online.

КОГНИТИВНЫЕ МЕХАНИЗМЫ УСВОЕНИЯ ПОЛИТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Саттаров Тимур Собирович

Ташкентский государственный университет востоковедения, кафедра «Педагогика и психология», старший преподаватель

Аннотация. В статье рассматриваются когнитивные механизмы усвоения политических знаний студенческой молодежью в цифровой среде. Цель работы — выявление и психологический анализ когнитивных процессов, опосредующих усвоение политической информации в условиях алгоритмизированных социальных платформ. Методологическую основу составили теоретический анализ трудов узбекских и зарубежных ученых, а также пилотное анкетирование 60 студентов Ташкентского государственного университета востоковедения. Выявлены четыре ключевых когнитивных механизма, деформирующих усвоение политических знаний: клиповое мышление, эффект «эхо-камеры», когнитивная легкость и иллюзия компетентности. Эмпирически установлено, что 88% студентов используют социальные сети как основной источник политической информации; 63% испытывают когнитивные затруднения при анализе сложных политических текстов. Предложены педагогические подходы к развитию когнитивной устойчивости студентов в цифровой среде.

Ключевые слова: *усвоение политических знаний, когнитивные механизмы, студенческая молодежь, цифровая среда, клиповое мышление, эхо-камеры, когнитивная легкость, иллюзия компетентности, медиаграмотность.*

Введение

Усвоение политических знаний является фундаментальным компонентом политической социализации и формирования гражданина. Традиционно этот процесс обеспечивался системой образования, семьей и официальными СМИ, однако цифровая трансформация радикально изменила когнитивный ландшафт, в котором происходит усвоение политической информации современным студентом. Социальные сети стали не просто дополнительным, а основным каналом поступления политических знаний для поколения Z, что ставит перед психологической наукой вопрос о том, какие когнитивные механизмы опосредуют этот процесс и какова их эффективность.

Стратегия «Узбекистан – 2030» определяет формирование у молодежи идеологического иммунитета и способности к критическому осмыслению информации в качестве приоритетных задач [Указ Президента РУз № УП-158, 2023]. Решение этих задач невозможно без понимания того, как именно цифровая среда трансформирует базовые когнитивные процессы, отвечающие за восприятие, переработку и усвоение политических знаний.

Отечественный исследователь А.А. Абдуллаев отмечает, что «алгоритмизированная среда социальных сетей формирует у молодежи фрагментарное восприятие политической действительности, что вступает в противоречие с задачами системного усвоения политических знаний» [Абдуллаев А., 2022: 34]. Н.А. Джураев подчеркивает, что формирование идеологического иммунитета невозможно без развития у студентов способности к глубокой когнитивной переработке политической информации [Джураев Н., 2023: 52].

Цель статьи — выявить и психологически проанализировать ключевые когнитивные механизмы, опосредующие усвоение политических знаний студенческой молодежью в цифровой среде.

Методы исследования. Методологическую основу составили: теоретический анализ научной литературы по когнитивной психологии, политической социализации и медиаисследованиям; пилотное анкетирование 60 студентов Ташкентского государственного университета востоковедения (возраст 18–23 года); анкета включала блоки, направленные на выявление источников политической информации, когнитивных затруднений при работе с политическими текстами и самооценку понимания политических процессов.

Результаты

1. Теоретический анализ когнитивных механизмов. Проведенный анализ позволил выделить четыре ключевых когнитивных механизма, деформирующих процесс усвоения политических знаний в цифровой среде.

Клиповое мышление и фрагментация знаний. К.Г. Фрумкин определяет клиповое мышление как когнитивную установку на восприятие информации

короткими, яркими, не связанными логически фрагментами [Фрумкин К., 2010: 56]. В контексте усвоения политических знаний это приводит к тому, что у студента формируется не системное понимание политических процессов, а мозаичный набор разрозненных фактов, мемов и эмоциональных оценок. Сложные политические концепции, требующие длительного сосредоточения и выстраивания причинно-следственных связей, не усваиваются в силу когнитивной неподготовленности.

Эффект «эхо-камеры» и селективное усвоение. Алгоритмы социальных сетей создают персонализированную информационную среду, в которой пользователь получает преимущественно контент, соответствующий его уже существующим взглядам [Парисер Э., 2011: 9]. С когнитивной точки зрения это эксплуатирует фундаментальную склонность к предвзятости подтверждения — тенденцию искать и лучше усваивать информацию, подтверждающую собственные убеждения, и игнорировать противоречащую. В результате усвоение политических знаний становится односторонним и идеологически поляризованным.

Когнитивная легкость и поверхностная переработка. Д. Канеман описывает феномен когнитивной легкости как склонность мозга выбирать наименее энергозатратные пути переработки информации. Социальные сети, с их бесконечной лентой и визуально облегченным контентом, создают среду, в которой доминирует поверхностный, эвристический режим мышления. Глубокое усвоение политических знаний, требующее когнитивного напряжения и активации аналитического мышления, замещается пассивным потреблением упрощенных объяснительных схем [(Сунстеин С., 2017: 67].

Иллюзия компетентности и метакогнитивные искажения. Эффект Даннинга-Крюгера проявляется в сфере политического знания с особой силой: студент, поверхностно ознакомившийся с политической темой через социальные сети, склонен переоценивать глубину своего понимания. Иллюзия компетентности блокирует дальнейшее усвоение, поскольку отсутствует осознание дефицита знаний и мотивация к углубленному изучению [Джураев Н., 2023: 78].

2. Эмпирические данные

Анкетирование 60 студентов подтвердило теоретические положения. Обнаружено, что 88% респондентов используют социальные сети как основной источник политической информации. При этом 63% опрошенных согласились с утверждением «Мне трудно сосредоточиться и дочитать до конца аналитическую статью на политическую тему объемом более двух-трех страниц». На вопрос «Считаете ли вы, что достаточно глубоко понимаете политическую ситуацию в стране и мире?» утвердительно ответили 71%, однако при проверочном задании на знание базовых политических институтов лишь 28% смогли корректно их назвать и описать функции. Эти данные иллюстрируют разрыв между субъективной самооценкой и объективным уровнем усвоения политических знаний.

Обсуждение. Выявленные когнитивные механизмы действуют системно, усиливая друг друга. Клиповое мышление создает предпосылки для

поверхностной переработки; эхо-камеры обеспечивают селективность усвоения; когнитивная легкость закрепляет эвристический стиль мышления; иллюзия компетентности блокирует мотивацию к углубленному изучению. В совокупности они формируют так называемый «цифровой когнитивный профиль», препятствующий эффективному усвоению политических знаний.

Педагогическими ответами на данные вызовы являются: внедрение курсов медиаграмотности с акцентом на понимание когнитивных искажений [Мусаев Н. и др., 2022: 45]; использование технологий «медленного чтения» и глубинного анализа политических текстов на семинарских занятиях; обучение навыкам метакогнитивной рефлексии — осознания собственных когнитивных процессов и их ограничений; организация дебатов, в которых студент вынужден аргументировать альтернативную позицию, что разрушает эффект эхо-камеры.

Заключение. Цифровая среда, ставшая основным источником политической информации для студенчества, формирует специфические когнитивные механизмы усвоения знаний, характеризующиеся фрагментарностью, селективностью, поверхностностью и метакогнитивными искажениями. Преодоление этих деформаций требует целенаправленной педагогической работы по развитию когнитивной устойчивости — способности к глубокой, системной и критической переработке политической информации. Дальнейшие исследования должны быть направлены на разработку и валидизацию диагностического инструментария для оценки когнитивных профилей усвоения политических знаний студентами.

Список литературы

1. Абдуллаев, А.А. (2022). Рақамли муҳитда ёшларнинг сиёсий онгини шакллантириш муаммолари. Тошкент: Фан ва технология.
2. Джураев, Н.А. (2023). Янги Ўзбекистонда ёшларни мафкуравий иммунитетини шакллантиришнинг педагогик асослари. Тошкент: Ўзбекистон Миллий энциклопедияси.
3. Мусаев, Н.А., Абдурахимов, С.С., ва Тургунова, М.Ш. (2022). Олий таълим муассасаларида талабаларнинг танқидий фикрлаш қобилиятини ривожлантириш. Тошкент: Фан.
4. Указ Президента Республики Узбекистан № УП-158 от 11.09.2023 г. «О Стратегии «Узбекистан – 2030».
5. Фрумкин, К.Г. (2010). Клиповое мышление и судьба линейного текста. Топос, (3), 55–68.
6. Pariser, E. (2011). The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You. New York: Penguin Press.
7. Sunstein, C.R. (2017). Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media. Princeton: Princeton University Press.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ БУДУЩИХ ОФИЦЕРОВ ОБЩЕСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ: ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И МЕТОДЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Ортиков Жамолиддин Азимович

старший преподаватель кафедры военной подготовки Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В статье рассматриваются психологические возможности использования электронного тира в формировании профессиональной устойчивости сотрудников органов внутренних дел. Раскрывается значение цифрового моделирования служебных ситуаций для развития саморегуляции, концентрации внимания, стрессоустойчивости, дисциплинированности и способности принимать решения в условиях эмоционального напряжения. Обосновывается необходимость интеграции электронного тира в систему психологической и профессиональной подготовки сотрудников ОВД.

Ключевые слова: *электронный тир, сотрудники ОВД, профессиональная устойчивость, психологическая подготовка, цифровизация, стрессоустойчивость, саморегуляция, принятие решений.*

Современная профессиональная подготовка сотрудников органов внутренних дел развивается в условиях цифровизации общества, роста информационных потоков и усложнения служебных задач. Цифровые технологии становятся не только средством управления и коммуникации, но и важным инструментом моделирования профессиональных ситуаций, обучения, оценки и психологической подготовки. В Республике Узбекистан цифровая трансформация закреплена в Стратегии «Цифровой Узбекистан – 2030», где развитие цифровой инфраструктуры и внедрение информационных технологий рассматриваются как приоритетные направления государственного развития [1].

В системе подготовки сотрудников ОВД особое место занимает электронный тир как цифровой обучающий комплекс, позволяющий моделировать отдельные элементы профессиональной деятельности в безопасной и контролируемой среде. Его значение не ограничивается технической отработкой навыков. С психологической точки зрения электронный тир может рассматриваться как средство развития профессиональной устойчивости, поскольку в процессе занятий сотрудник сталкивается с необходимостью сохранять внимание, контролировать эмоциональное состояние, действовать в соответствии с инструкцией, быстро оценивать ситуацию и не допускать импульсивных реакций.

Профессиональная устойчивость сотрудника органов внутренних дел представляет собой способность сохранять работоспособность, самоконтроль, дисциплинированность, эмоциональное равновесие и адекватность решений в

условиях риска, неопределённости, дефицита времени и психологического давления. В условиях цифровизации данное качество приобретает дополнительную значимость, так как сотрудник должен действовать не только в реальной служебной обстановке, но и в информационно насыщенной, публичной и технологически сложной среде.

Электронный тир позволяет соединить профессиональное обучение с психологической подготовкой. Его использование создаёт условия для постепенного формирования устойчивости к напряжению, поскольку обучающийся получает возможность многократно повторять учебные действия, анализировать ошибки, получать обратную связь и снижать уровень тревожности за счёт управляемости тренировочной ситуации. В отличие от спонтанного столкновения со стрессовой ситуацией, цифровая тренировочная среда позволяет дозировать сложность, постепенно повышать требования и контролировать психологическое состояние обучающихся.

Одним из важных психологических эффектов электронного тира является развитие концентрации внимания. Сотрудник должен удерживать в поле восприятия учебную задачу, визуальные сигналы, временные ограничения и требования безопасности. Такая деятельность способствует развитию устойчивого и избирательного внимания, снижению отвлекаемости и формированию способности сохранять собранность в условиях интенсивной нагрузки. В служебной практике это качество имеет значение для точности оценки обстановки и предупреждения ошибочных действий.

Вторым направлением является развитие эмоционально-волевой саморегуляции. Электронный тир может использоваться для моделирования ситуаций, требующих выдержки, паузы перед действием, контроля импульсивности и соблюдения заданного алгоритма. В психологическом плане это способствует формированию способности управлять волнением, снижать чрезмерное мышечное и эмоциональное напряжение, сохранять внутреннюю организованность и действовать в рамках профессиональных требований. Современные исследования симуляционного обучения в правоохранительной сфере показывают, что виртуальные и сценарные тренажёры могут использоваться для подготовки сотрудников к принятию решений в стрессовых условиях [4; 5].

Третьим значимым направлением является развитие способности принимать решения в условиях неопределённости. Профессиональная деятельность сотрудника ОВД требует не автоматического реагирования, а правомерной, взвешенной и психологически устойчивой оценки ситуации. Электронный тир, если он используется не только как техническое средство, но и как сценарный цифровой тренажёр, позволяет формировать навыки различения ситуаций, оценки риска, выбора допустимого способа поведения и последующего анализа принятого решения. Исследования видеосимуляционного и виртуального обучения подчёркивают значение сценарных форматов для развития решений типа «действовать – не действовать» в условиях профессиональной неопределённости [6].

Четвёртым направлением является профилактика профессиональных ошибок, связанных со стрессом и утомлением. В напряжённой ситуации у сотрудника может снижаться точность восприятия, ухудшаться контроль действий, возрастать вероятность поспешных решений. Электронный тир позволяет выявлять подобные трудности в учебной среде, не создавая угрозы для окружающих. При этом важную роль играет не сам факт выполнения упражнения, а последующий психологический разбор: что вызвало напряжение, где возникла ошибка внимания, как изменилось поведение при усложнении задания, какие способы саморегуляции оказались эффективными.

Пятым направлением является развитие цифровой адаптивности. Электронный тир относится к цифровым средствам профессионального обучения, поэтому его применение способствует адаптации сотрудников к технологически насыщенной образовательной среде. В условиях цифровизации правоохранительной деятельности сотруднику необходимо не только владеть традиционными профессиональными навыками, но и уметь работать с цифровыми интерфейсами, электронными системами оценки, визуальными моделями ситуаций и аналитической обратной связью. Закон Республики Узбекистан «О кибербезопасности» подчёркивает значимость защищённости интересов личности, общества и государства в киберпространстве, что усиливает значение цифровой грамотности в профессиональной подготовке [2].

Таким образом, электронный тир обладает значительным психологическим потенциалом в системе подготовки сотрудников органов внутренних дел. Его возможности связаны с развитием концентрации внимания, эмоционально-волевой саморегуляции, стрессоустойчивости, профессиональной самоэффективности, цифровой адаптивности и способности принимать решения в условиях напряжения. При этом его применение должно быть научно обоснованным, педагогически контролируемым и психологически сопровождаемым. Следовательно, в условиях цифровизации общества электронный тир может рассматриваться как один из перспективных цифровых инструментов формирования профессиональной устойчивости сотрудников ОВД. Его эффективность повышается тогда, когда он используется не только для учебной отработки действий, но и как средство психологической подготовки, анализа поведения, профилактики ошибок и развития ответственного профессионального мышления.

Список литературы

1. Об утверждении Стратегии «Цифровой Узбекистан – 2030» и мерах по ее эффективной реализации : Указ Президента Республики Узбекистан от 5 октября 2020 г. № УП-6079 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/5031048.

2. О кибербезопасности : Закон Республики Узбекистан от 15 апреля 2022 г. № ЗРУ-764 // Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан. – URL: https://lex.uz/ru/docs/5960609.
3. Zechner O. Enhancing Operational Police Training in High Stress Situations with Virtual Reality: Experiences, Tools and Guidelines / O. Zechner [et al.] // Multimodal Technologies and Interaction. – 2023. – Vol. 7, № 2. – Article 14. – DOI: 10.3390/mti7020014.
4. Marler T. Improved Officer Decision-Making and Stress Management in Virtual Environments / T. Marler [et al.]. – Washington : National Institute of Justice, 2024. – URL: https://nij.ojp.gov/library/publications/improved-officer-decision-making-and-stress-management-virtual-environments.
5. Olma J. When failure is not an option: a police firearms training concept for improving decision-making in shoot/don't shoot scenarios / J. Olma, C. Sutter, S. Sülzenbrück // Frontiers in Psychology. – 2024. – Vol. 15. – Article 1335892. – DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1335892.
6. Hope L. Evaluating the effects of stress and fatigue on police officer response and recall: a challenge for research, training, practice and policy / L. Hope // Journal of Applied Research in Memory and Cognition. – 2016. – Vol. 5, № 3. – P. 239–245.

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA YOSHLARNI AXBOROT XURUJIGA NISBATAN PSIXOLOGIK TAYYORLASH

Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna –
O'zMPU "Amaliy psixologiya" kafedrasi professori,

Ismoyilova Moxinur Komilovna
O'zMPU "Amaliy psixologiya" yo'nalishi 1-bosqich talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada axborotlashgan jamiyatda yashayotgan talabalarga qo'yiladigan o'ziga xos talablar va bu jarayonda kechadigan zamonaviy tahdidlar va rivojlanish imkoniyatlari masalasi yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: *axborot, axborotlashgan jamiyat, zamonaviy tahdidlar, psixologik tadqiqotlar, axboroiy kurash, axborot psixologik immunitet.*

Аннотатсия. В данной статье освещаются специфические требования, предъявляемые к студентам, живущим в информатсионном обществе, а также вопросы современных угроз и возможностей развития в этом процессе.

Ключевые слова: *информатсия, информатсионное общество, современные угрозы, психологические исследования, информатсионная борьба, информатсионный психологический иммунитет*

Abstract. This article discusses the specific requirements imposed on students living in an information society, as well as the contemporary threats and development opportunities that occur in this process**.**

Keywords: *information, information society, modern threats, psychological research, information struggle, information psychological immunity.*

Bugungi kunda butun dunyoda falsafiy siyosiy madaniyat va mafkuraga oid olib borilayotgan tadqiqotlarning aksariyati axborotlashgan jamiyat va media sohasini o‘rganishga yo‘naltirilgan bo‘lsa, ular orasida dolzarb masalalar qatoridan o‘rin olgan va keng jamoatchilikning diqqat e’tiboridagi muammolardan biri – bu yoshlarning raqamli axborot manzillarida joylashtirilayotgan axborotlarni qabul qilishga va ulardan psixologik o‘z-o‘zini himoya qilishga qay darajada tayyor ekanligini o‘rganishdan iboratdir.

Ma’lumki, jamiyatimizda aholining axborotga bo‘lgan talab va ehtiyoji ortib bormoqda. Zamon bilan hamnafas qadam tashlashga intilayotgan yoshlar esa bugunning eng arzon mahsulotiga aylanib borayotgan axborotga aholining boshqa qatlamlariga nisbatan ko‘proq talabgor ekanligi bilan ajralib turишadi. Yoshlar orasida raqamli texnologiyalar va internet tarmog‘idan foydalanuvchilar soni tobora ortib borayotganligi tabiiy holga aylanib qoldi. Bunday hol jamiyat rivojlanishining belgisi sifatida bir jihatdan kishini quvontirca, ikkinchi tomondan esa ma’lum ma’noda shaxs psixologik himoyasi bilan bog‘liq masalaning bir bo‘lagi sifatida diqqatni jalb etish lozim bo‘lgan muammo sifatida tashvishга солмоқда.

Darhaqiqat, bugungi kunda ochiq axborot tizimlari – matbuot, radio, телевидение, internet tarmoqlari, norasmiy muloqotlar orqali uzatilayotgan ma’lumotlarning barchasi ham shaxs va jamiyat uchun foydali deb bo‘lmaydi. Ular orasida shaxs hayoti, tumush тарзи ва jamiyat tinchligiga xavf soluvchi ma’lumotlarning ham bo‘lishi mumkinligini bugun jamiyatdagi keng ilmiy jamoatchilik juda yaxshi fahmlamoqda.

Axborot oqimi bugungi kunda eng arzon va foydalanish imkoniyati ko‘p bo‘lgan, shuningdek iste’molchisi ham tobora ortib borayotgan tovarga aylanib bormoqda. Ma’lumki, yoshlar hamisha yangilikka intiladi va bu ehtiyojni axborotlar orqali qondirib boradi - bu nuqtai nazaridan qaralsa axborotlarning ko‘payishi va tarqatilishi foydali jarayondir. Lekin uning ayrim salbiy tomonlari ham mavjudki, виндай hol axborotlardan himoyalanish muammosini keltirib chiqarmoqda. Axborotlarning salbiy jihatlari nimadan iboratligini keng jamoatchilik hukmiga quyidagi tarzda havola etishni lozim topdik.

Mamlakatimiz yoshlarining aksariyat qismi internetdan foydalanish imkonini beruvchi turli xil texnikalar, jumladan kompyuter, telefon, planshet kabilardan kundalik hayotda tobora ko‘p foydalanmoqda. Bu texnikalardan ular o‘zlarining axborotga bo‘lgan ehtiyojini qondirish maqsadida foydalanishyapti, ya’ni o‘zlari uchun zarur ma’lumotlarni izlayaptilar, o‘zlashtiryaptilar hamda bu ma’lumotlardan jamiyat uchun foydali maqsadlarda foydalanyaptilar - bu quvonarli hol. Lekin shuni alohida qayd etish lozimki, bugungi kunda buning aksi o‘laroq, mavjud axborotlarni saralab olishni bilmaydigan, ilmiy atama bilan ifodalaganda, axborot psixologik immuniteti etarli bo‘lmagan yoshlar (hatto katta yoshdagilar) ham etarlicha topiladi. Hali hayotiy tajribasi kam bo‘lgan yoshlarimizning barchasi ham chetdan kirib kelayotgan ma’lumotlarning qay biri foydaliyu, qay biri xavfli ekanligini tahlil qila oladi, deb ayta olmaymiz.

Turli manbalar orqali tarqatilayotgan axborotlar orasida nafaqat yoshlar uchun keraksiz, balki jamiyatimiz va uning har bir a'zosi uchun xavfli axborotlarning kirib kelayotganligi, ularning ba'zi yoshlar (hatto kattalar) tomonidan ham o'zlashtirilayotganligi, shunday axborotlar oqimi ta'sirida jamiyat uchun yot g'oyalar yoki zararli bo'lgan turli xil oqimlarga a'zo bo'lib kirish, jamiyatning ichki strukturasiga qarshi chiqish, o'zining va oila a'zolarining hayotiga havf solish kabi holatlarning kuzatilayotganligi kishini tashvishga soladi. Bunday hol har qanday davlat va jamiyat uchun, qolaversa, shu jamiyatda yashayotgan aholining ma'naviyati uchun xavf soladi va muammolar tug'dirishi hech kimga sir emas.

Shuni hisobga olgan holda, aytish mumkinki, keyingi yillarda shaxs, jamiyat va davlatga tahdidlar orasida eng qo'rqinchlisi axborot tahdidi bo'lib qoldi. Bu tahdid shunday universal xarakterga egaki, u barcha sohalarga jiddiy salbiy ta'sir qila oladi. Jumladan: shaxs dunyoqarashiga, jamoatchilik fikrini chalg'itishga, jamiyatning barqarorligiga, davlatning tinchligiga va oxir oqibat har bir mamlakatning ma'naviy, siyosiy, iqtisodiy, madaniy yuksalishiga ham salbiy ta'sir ko'rsata oladigan xavfdir.

Salbiy axborotlarning yana bir xavfli jihati shundaki, ularning davlatga, jamiyatga, qolaversa shaxs ongiga kirib kelishi unchalik ko'zga tashlanmaydigan jarayon sifatida amalga oshadi. Shuning uchun hech qaysi davlat, jamiyat va shaxs o'zi uchun zararli bo'lgan axborotni darhol farqlay olmaydi va undan o'zini himoyalay ham olmaydi. Demak, bugungi kunda har bir jamiyat o'zini ochiq axborot tizimlari orqali uyushtirilayotgan axborot xurujidan himoyalash chora tadbirlarini ishlab chiqishga majburdir.

Yuqorida bugungi kunda axborotga talabgor eng asosiy qatlam yoshlar ekanligi ta'kidlandi, ayniqsa talaba yoshlar dunyo axborot bozoridagi axborotlarni o'zlashtirish uchun keng imkoniyatlarga egaligi bilan ajralib turadi. Shu ma'noda talaba yoshlarda axborot iste'moli madaniyati hamda axborot psixologik immunitetni shakllantirish bugungi kunda ta'lim muassasalarining oldiga qo'yilgan asosiy vazifalardan biri bo'lmog'i lozim va bu borada quyidagilarni alohida qayd etish lozim.

Talabalarda ochiq axborot tizimlarida aylanuvchi axborotlarni baholash uchun zarur bo'lgan axborot psixologik immunitetni hosil qilish maqsadida fanlar kesimida imkon darajasida ma'lumotlarni tahlil qilish ko'nikmasini hosil qilish uchun mustaqil ta'lim soatlarida bahs munozalari tashkil etilishi maqsadga muvofiq.

Talabalarda olinayotgan axborotlarga nisbatan oqilona yondoshib, ongli ravishda munosabat bildira olish madaniyatini tarbiyalash maqsadida ular bilan bu borada turli xil ma'naviy va madaniy tadbirlarni o'tkazish yaxshi natija beradi.

Talabalarni u yoki bu axborotdan qanday maqsad ko'zlangani va u kimning manfaatiga xizmat qilishini aniq tahlil qilishga hamda belgilashga o'rgatish maqsadida turli xil trening mashg'ulotlari o'tkazilsa samaradorlik ortishi mumkin.

Aytish mumkinki, bunday ta'limning samarasi natijasi o'laroq talabalarning aksariyati hozirgi kunda yoshlar ongiga qanday axborotlar xavf solayotganligi, bu axborotlarni tarqatuvchilarning maqsadi, axborot xurujining shaxs, jamiyat va davlatga ta'siri, axborotlarni tahlil qila olish uchun nimalarga e'tibor berish lozimligi va axborot xurujidan himoyalanish yo'llari haqida tasavvurga ega bo'ldilar va shu

asosda ularda axborot psixologik immunitet shakllandi, rivojlandi, deyish mumkin. Ijobiy va salbiy axborotlarni farqlash, foydali axborotni o‘zlashtirish va zararlisini rad etish uchun har bir shaxs ongi rivojlangan, o‘zi esa mustahkam irodali bo‘lishi talab etiladi. Buning uchun ta’lim jarayonida yoshlarimizni aynan shu yo‘nalishda tarbiyalashga e’tibor qaratishimiz darkor.

Ma’lumki, mustaqil dunyoqarashga ega bo‘lgan ma’lumotli kishilargina turli xil talqindagi tazyiqlarga turib bera oladilar. Shuningdek, mana shunday kishilargina jamiyat himoyasi uchun tegishli ijobiy muhit yarata oladilar va milliy g‘oyalarning darg‘alari hisoblanadilar. Demak, talabalarni ana shunday shaxs etib tarbiyalash uchun ham ta’lim tizimi nihoyatda katta ahamiyatga ega.

Axboroiy kurashga qarshilik ko‘rsatishning bosh omili va mustaxkam fundamenti – Yangi O‘zbekistonning milliy g‘oyasini yoshlar ongiga chuqur singdirish ekanligini anglagan holda yoshlar bilan ishlaydigan har bir mutaxassis quyidagilarni o‘z oldiga vazifa qilib qo‘yishi lozim:

- Yoshlarda O‘zbekiston tez orada rivojlangan davlatlarning eng oldi qatorida turishiga mustahkam ishonch hosil qilish;

- Yoshlarga O‘zbekiston - O‘ziga Beklar makoni ekanligi, shu mamlakat fuqarosi sifatida har bir yosh boshqalarning madaniyatiga, boshqalarning boyligiga qul bo‘lmasdan, o‘z madaniyati va boyligiga BEK bo‘lib yashashga intilishi lozimligini tushuntirish;

- Yoshlarga O‘zbekistonni ota-onasi va yaqinlarini sevgani kabi sevishi hamda uni asrashi kerakligini anglatish!

Shularni amalga oshirish orqali jamiyat va davlatga bo‘ladigan axborot xurujiga nisbatan o‘zi ham hissa qo‘shayotganligini anglagan holda faxr tuyg‘usini his etish. Shundagina O‘zbekistoning gullab-yashnashiga hissa qo‘shgan bo‘lamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. U. Qodirov. Yoshlar va axboriy-psixologik xavfsizlik. // Zamonaviy ta’lim jurnali. 2014, 4-son, 45-50 b.
2. N.Ismoilova. Yoshlar ongini axborot xurujidan psixologik himoyalash. // “Uyushmagan yoshlar bilan ishlash tizimi samaradorligini oshirish: muammo va istiqbollar”// Resp ilmiy-amaliy konf.- 2018, 124 -126 b.

AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA TALABALARDA STRESS HOLATLARI VA ULARNING PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASH MASALALARI

Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna
O‘zMPU “Amaliy psixologiya” kafedrasi professori, ps. f.d. (DSc)

Annotatsiya. Ushbu maqolada axborotlashgan jamiyatda yashayotgan talabalarga qo‘yiladigan o‘ziga xos talablar va bu jarayonda kechadigan stress holatlari hamda ularning psixologik salomatligini mustahkamlash masalasi yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: *axborot, axborotlashgan jamiyat, stress, psixologik salomatlik, stressga barqarorlik*

Аннотатсия. В данной статье освещаются специфические требования, предъявляемые к студентам, живущим в информированном обществе, а также стрессовые состояния, возникающие в этом процессе, и вопросы укрепления их психологического здоровья.

Ключевые слова*: информатсия, информированное общество, стресс, психологическое здоровье, устойчивость к стрессу*

Abstract. This article highlights the specific requirements imposed on students living in an informed society, as well as the stress states arising in this process, and the issues of strengthening their psychological health.

Keywords*: information, information society, stress, psychological health, stress resilience*

Bugungi shiddatli zamonning o‘ziga xosliklaridan biri shundaki, zamonaning har bir kishisi ахборотлашган жамият билан биргаликда яшашга маҳкум бўлиб қолмоқда, бу ҳол эса бугунги кун кишиларига o‘ziga xos talablarni qo‘ymoqda. Ayniqsa, davrning eng faol qatlamlaridan biri bo‘lgan talabalarning hayot va o‘quv faoliyatini olib qarasak, bu jarayonda ulardagi talab va ehtiyojlarning ortib borishi hamda bu talab-ehtiyojlarni qondirish - talaba uchun doimiy muammodir. Talabalik davrini boshidan kechirgan va kechirayotgan har bir kishi biladiki, “bu yo‘lda o‘ziga xos bo‘lgan qiyinchiliklar, to‘siqlar ham yuzaga keladiki, bular psixologiyada frustratsiya, stress kabi holatlarning asosi” sifatida ko‘rsatiladi [1] .

Ko‘pchilik talabalar aksariyat hollarda o‘z imkoniyatlaridan ortiqroq vazifalarni bajarishni o‘z zimmasiga olishga majburman deb hisoblashadi. O‘z kuch va imkoniyatlaridan ortiqroq va yaxshiroq harakat qilish natijasida esa ular organizmida mavjud bo‘lgan doimiy energiyani keragidan ortiqroq sarflab qo‘yadilar. Bu esa ularni oxir-oqibat stress holatiga tushishiga olib keladi.

Umuman olib qaralganda, stress ijobiy ham, salbiy ham bo‘lishi mumkinligini talaba bilishi lozim. Uning ijobiy jihati shundaki, u talabaga odatiy vaziyatlarda bajarish qiyin tuyulgan ishlarni ham bajara oladigan darajada kuch-quvvat baxsh etadi. Talaba odatiy hollarda bajara olmagan yoki bajarish qiyin tuyulgan ishlarni, vazifalarni stress vaziyatidagi shijoat tufayli bajarib qo‘yishi mumkin. Stressning salbiy jihati shundaki, u avvalo inson sog‘lig‘iga xavf soladi, ya’ni talabada irodasizlik, qo‘li ishga bormaslik natijasida fan o‘qituvchilar tomonidan berilgan topshiriqlarni bajarmaslik, o‘qishga nisbatan loqaydlik kabi holatlarni keltirib chiqarishi va natijada o‘qishda o‘zlashtirish ko‘rsatkichining yomonlashuviga olib keladi [2]. Eng yomoni - atrofdagilarga va o‘ziga bo‘lgan munosabatning buzilishiga olib kelishi mumkin. Talabalar albatta, stressning zararli oqibatlaridan o‘zini va salomatligini himoya qila bilishlari lozim. Buning uchun talaba stress qanday vujudga kelishi haqida ma’lumotlarni bilishi lozim.

Stress qanday vujudga keladi? Yuqorida aytganimizdek, talaba o‘zi va atrof-muhit tomonidan qo‘yilayotgan talablarni bajarish va ehtiyojlarni qondirish uchun ma’lum miqdorda kuch (energiya) sarflaydi. Energiya – inson faolligining manbai

hisoblanib, bu manba har bir insonda chegaralangandir. Lekin, hamma ham bu qimmatli hayotiy boylikni tejab ishlatmaydi, xususan talabalar ham. Natijada ular stressli holatlar yuzaga kelganida o‘zidagi mavjud zaxiralarni ham sarflashga majbur bo‘lishadi. Bu esa ularning salomatligi uchun jiddiy xavfni yuzaga keltirishi mumkin. Agar talabaning oldida turgan va hal qilinishi zarur bo‘lgan talab, ehtiyoj, vazifalar uning energiya zaxiralariga mos tushsa, u o‘zini risoladagidek his qilaveradi. Aksincha, agar qo‘yilayotgan talablar uning energiya zaxirasidan ortiqroq bo‘lsa, vaziyat birdaniga yomonlashadi. Shunday vaziyatda agar talaba oldida uni asabiylashtiruvchi yoki tahlikaga soluvchi muammoli savol paydo bo‘lsa, stressning yuzaga kelish ehtimoli kuchayadi. Bu qanday savol bo‘lishi mumkin? Birinchi savol – “Men bu kutilmagan talabni bajara olamanmi?”, Ikkinchi savol – “Agar bajara olmasamchi, u holda nima bo‘ladi?”. Mana shu savollar ta’siri ostida u o‘z oldidagi talab yoki vazifani bajarish uchun haddan ortiq energiya sarflaydi va bu energiyaning o‘rnini qoplash, stressning oqibatlaridan qutulish uchun odatda boshqa ishlar (kofe yoki shirinlik iste’mol qilish, televizor ko‘rish, xayol surish) bilan chalg‘ishga va o‘z faolligini tiklashga harakat qiladi.

Tasavvur qiling, o‘qishdan horib kelgan talaba iqtisodiy etishmovchilik tufayli, ishga bordi. Ishdan horib uyga qaytgach, oila a’zolaridan yoki yaqinlaridan birining kasalligi sababli tunni deyarli uxlamasdan o‘tkazdi. Bunday tasaodifiy vaziyat albatta, talabadan ortiqcha energiya, kuch sarflashni talab etadi. Lekin bunday holatdagi stress hali uning uchun unchalik xavfli kechmasligi mumkin. Shu talaba ertasiga o‘qishga kelganida berilayotgan topshiriqlar uning uchun ortiqchadek qabul qilinadi, ba’zida o‘zaro munosabatlar tizimidagi unchalik noxush bo‘lmagan holatlar esa uning tomonidan o‘ta jiddiy qabul qilinadi, u endi o‘zini xo‘rlangan his qiladi. Endi u o‘zini boshqalar nazarida odatdagidek tutishga harakat qiladi va bu holatini boshqarishi uchun o‘zidagi energiya zaxiralarini ishga soladi. Buning natijasida zaxiralar tugagach unda stressyuzaga keladi. Stress natijasini esa quyidagicha izohlash mumkin:

Dastlab unda charchoq, toliqish holati kuzatiladi. “Men charchadim”, “Negadir keyingi paytda hech narsaga yaramasdan qolyapman” kabi fikrlar uning miyasini band etadi. Keyinroq bunga tananing turli sohalarida og‘riqlarni sezish yoki his etish qo‘shiladi. “Negadir o‘zimni noxush his qilyapman”, “Ko‘nglim og‘ridi”, “Mening oshqozonim, yuragim og‘riyapti” kabi noxush fikrlardan siqila boshlaydi. Asta-sekin unda tushkunlik paydo bo‘ladi va “Menga endi baribir” degan fikrning quliga aylana boshlaydi. Nihoyat unda butunlay holdan toyish kuzatiladi. Bunday holatda uning fikrini “Menga hayotning ham, yashashning ham qizig‘i yo‘q” degan fikr band etadi va bariga qo‘l siltaydi.

Ayniqsa boshqalarni rozi qilish, xursand qilish uchun o‘zini o‘tga-cho‘qqa uraveradigan yoki har narsada o‘zini aybdor his qilaveradigan talabalarda stressga berilish yuqoriroq bo‘ladi. Shuning uchun bugungi kun talabasi o‘z ehtiyoj va istaklarini qondirish uchun o‘zidagi zaxiralar manbaini hisobga olishi va shunga mos holda harakat qilishi maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Бодров В. А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. – М.: ПЕР СЭ, 2022. 54-с.
2. Психоэмоциональный стресс / Под ред. К.В.Судакова. М.:НИИ им. П.К.Анохина РАМН, 2012.

RAQAMLI MUHITDA BOLALARGA NISBATAN ZO‘RAVONLIK (KIBER ZO‘RAVONLIK) VA INTERNETNING BOLALAR PSIXOLOGIYASIGA SALBIY TA’SIRI.

Yusupova E. M.

Andijon davlat universiteti psixologiya va pedagogika kafedrasi dotsenti.

Annotatsiya. Ushbu maqolada raqamli muhitda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik, ya’ni kiberzo‘ravonlik muammosi hamda internetning bolalar psixologiyasiga salbiy ta’siri tahlil qilingan. Zamonaviy axborotlashgan jamiyatda internetdan keng foydalanish bolalar uchun yangi imkoniyatlar yaratishi bilan birga, ularni psixologik xavflarga ham duchor qilmoqda. Kiberzo‘ravonlik bolalarning emotsional barqarorligi, o‘ziga ishonchi va ijtimoiy moslashuviga jiddiy zarar etkazishi mumkin. Maqolada kiberzo‘ravonlikning shakllari, psixologik oqibatlari, shuningdek internet muhitining stress, xavotir, depressiya va ijtimoiy izolyatsiyaga ta’siri yoritilgan. Bundan tashqari, bolalarni raqamli muhitdagi xavflardan himoya qilish bo‘yicha profilaktik chora-tadbirlar ham ko‘rib chiqilgan.

Kalit so‘zlar: *Kiberzo‘ravonlik, raqamli muhit, bolalar psixologiyasi, internet, psixologik stress, emotsional beqarorlik, ijtimoiy tarmoqlar, zo‘ravonlik profilaktikasi, raqamli savodxonlik, psixologik xavfsizlik.*

Zamonaviy axborotlashgan jamiyatda internet va raqamli texnologiyalar inson hayotining barcha sohalariga chuqur kirib bormoqda. Ayniqsa, bolalar va o‘smirlar internetdan keng foydalanishi natijasida yangi ijtimoiy-psixologik muammolar yuzaga kelmoqda. Shulardan biri kiberzo‘ravonlik bo‘lib, u bolalarning ruhiy salomatligi va ijtimoiy rivojlanishiga jiddiy xavf tug‘diradi [9,10].

Kiberzo‘ravonlik — bu raqamli texnologiyalar, internet, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va boshqa onlayn platformalar orqali shaxsga, ayniqsa bolalar va o‘smirlarga nisbatan psixologik bosim o‘tkazish, haqorat qilish, tahdid solish yoki ularni kamsitishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik zo‘ravonlik shaklidir. Zamonaviy axborotlashgan jamiyatda bu hodisa tobora kengayib borayotgan bo‘lib, u an’anaviy zo‘ravonlikdan farqli ravishda virtual muhitda sodir etiladi va ko‘pincha anonimlik bilan yashiringan bo‘ladi [4]. Kiberzo‘ravonlikning asosiy mohiyati shundan iboratki, u insonning ruhiy holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi va ko‘pincha doimiy psixologik bosim shaklida kechadi. Jabrlanuvchi internetdan uzoqlashgan taqdirda ham, u haqidagi ma’lumotlar, fotosuratlar yoki haqoratli izohlar onlayn muhitda saqlanib qolishi mumkin, bu esa zo‘ravonlikning uzluksiz davom etishiga olib keladi. [9]. Kiberzo‘ravonlik turli ko‘rinishlarda namoyon bo‘ladi. Ularga haqoratli

yoki tahdidli xabarlar yuborish, ijtimoiy tarmoqlarda shaxsni kamsitish, yolg‘on ma’lumotlar tarqatish, shaxsiy ma’lumotlarni ruxsatsiz e’lon qilish va onlayn guruhlar orqali bosim o‘tkazish kiradi. Bu holatlar ayniqsa bolalar va o‘smirlar uchun og‘ir psixologik oqibatlarga olib keladi, chunki ular emotsional jihatdan sezgir va himoyaga muhtoj bo‘lgan ijtimoiy guruh hisoblanadi. [11].Kiberzo‘ravonlikning eng muhim xususiyatlaridan biri uning anonimligi va keng tarqalish imkoniyatidir. Zo‘ravon shaxs o‘zini yashirgan holda harakat qilishi mumkin, bu esa javobgarlik hissini kamaytiradi va zo‘ravonlik holatlarini kuchaytiradi. Bundan tashqari, internet orqali tarqatilgan zararli kontent juda tez keng auditoriyaga etib boradi va jabrlanuvchining ijtimoiy obro‘siga katta zarar

etkazishi mumkin [6]. Shuningdek, kiberzo‘ravonlik faqat individual psixologik muammo emas, balki keng ijtimoiy hodisa sifatida ham qaraladi. U jamiyatdagi axborot madaniyati, raqamli savodxonlik darajasi va ijtimoiy nazorat mexanizmlarining zaifligi bilan bevosita bog‘liqdir. Shu sababli, bu muammoni hal qilishda nafaqat psixologik, balki ijtimoiy, pedagogik va huquqiy yondashuvlar ham muhim ahamiyatga ega [4]. Kiberzo‘ravonlik bolalar va o‘smirlarning psixologik holatiga chuqur va uzoq muddatli ta’sir ko‘rsatadigan jiddiy ijtimoiy muammo hisoblanadi. Uning oqibatlari nafaqat emotsional holatda, balki shaxsning xulq-atvori, ijtimoiy moslashuvi va umumiy ruhiy salomatligida ham yaqqol namoyon bo‘ladi [9, 10]. Avvalo, kiberzo‘ravonlikka uchragan bolalarda kuchli emotsional stress va xavotir holati rivojlanadi. Ular doimiy qo‘rquv, uyqusizlik va bezovtalik his qiladi, internetdan foydalanish yoki ijtimoiy tarmoqlarga kirishdan cho‘chiy boshlaydi. Bu holat bolaning kundalik hayot faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Ikkinchidan, kiberzo‘ravonlik o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga olib keladi. Bolalar o‘zlarini kamsitilgan, qadrsiz va jamiyatdan ajralgan his qila boshlaydi. Natijada ularning o‘zini baholash darajasi pasayib, shaxsiy rivojlanish jarayoni sekinlashadi [4].

Uchinchidan, bu holat ko‘pincha depressiya va psixologik tushkunlik rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Jabrlanuvchi bolalarda hayotga qiziqish kamayadi, ijtimoiy faollik susayadi va yolg‘izlik hissi kuchayadi. Ba’zi og‘ir holatlarda esa o‘z joniga qasd qilish haqidagi fikrlar ham paydo bo‘lishi mumkin [10]. Shuningdek, kiberzo‘ravonlik ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladi. Bola tengdoshlari bilan muloqotdan qochadi, o‘zini jamiyatdan chetga tortadi va virtual yoki real hayotda yopiq shaxsga aylanadi. Bu esa uning ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi [6]. Bundan tashqari, kiberzo‘ravonlik xulq-atvor buzilishlarini ham keltirib chiqarishi mumkin. Ba’zi bolalar agressivlashadi, boshqalari esa aksincha, haddan tashqari tortinchoq va passiv bo‘lib qoladi. Bu holatlar ularning maktabdagi o‘qish samaradorligiga ham salbiy ta’sir qiladi. [9].Yana bir muhim oqibat — psixosomatik buzilishlardir. Kuchli stress natijasida bosh og‘rig‘i, qorin og‘rig‘i, ishtaha yo‘qolishi va umumiy holsizlik kabi jismoniy belgilar paydo bo‘lishi mumkin. Bu esa psixologik muammoning jismoniy ko‘rinishga o‘tganini bildiradi.

Internetning bolalar psixologiyasiga salbiy ta’siri ko'p qirrali bo'lib, asosan ruhiy bog'liqlik (kiber-qaramlik), agressiya, mustaqil fikrlashning susayishi va ijtimoiy yakkalanishda namoyon bo'ladi. Haddan tashqari ko'p vaqt sarflash diqqatni

jamlashni qiyinlashtiradi, uyqu buzilishiga, qo'rquv va tushkunlikka olib kelishi mumkin.

1.Raqamli qaramlik (Internet-qaramlik): Bolalar o'yinlar yoki ijtimoiy tarmoqlarga o'ta bog'lanib qoladi, bu esa "nimofobiya" (internetsiz qolishdan qo'rqish) kabi holatlarni keltirib chiqaradi.

2.Ruhiy salomatlik va hissiyotlar: Internetdagi zo'ravonlik, kiberbulling (internet orqali ta'qib qilish) bolalarda stress, qo'rquv va tushkunlikni oshiradi.

3.Agressiya va xulq-atvorning o'zgarishi: Zo'ravonlik o'z ichiga olgan o'yinlar va videolarni ko'rish bolalarda agressiv xulq-atvorni shakllantiradi.

4.Ijtimoiy yakkalanish: Virtual muloqotning ko'payishi real hayotdagi muloqot ko'nikmalarining pasayishiga, do'stlar va oiladan uzoqlashishga olib keladi.

5.Kognitiv rivojlanishning susayishi: Doimiy tayyor axborot olish mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatlarni rivojlanishini tormozlaydi.

Quyidagi holatlar kiberzo‘ravonlikning eng jiddiy psixologik oqibatlaridan hisoblanadi va har biri bola yoki o‘smirning ruhiy salomatligiga turlicha darajada ta’sir ko‘rsatadi:

Depressiv holatlar — kiberzo‘ravonlikka uchragan bolalarda eng ko‘p uchraydigan psixologik oqibatlardan biridir. Bola o‘zini yolg‘iz, tushkun va qadrsiz his qiladi, ilgari qiziq bo‘lgan faoliyatlarga qiziqishi yo‘qoladi. Uzoq davom etgan depressiya esa shaxsning umumiy hayot sifatini keskin pasaytiradi [10].

Emotsional beqarorlik — bu holatda bola tez-tez kayfiyat o‘zgarishlariga duch keladi: bir paytning o‘zida yig‘lash, jahldorlik yoki haddan tashqari asabiylashish kuzatiladi. Bunday beqarorlik uning ijtimoiy munosabatlarini ham qiyinlashtiradi.

Uyqu buzilishi — kiberzo‘ravonlik natijasida bola kechasi uxlay olmasligi, tez-tez uyg‘onishi yoki qo‘rqinchli tushlar ko‘rishi mumkin. Uyquning buzilishi esa organizmning umumiy holatiga va psixologik barqarorlikka salbiy ta’sir qiladi.

Diqqat va xotira pasayishi — doimiy stress va xavotir bolada diqqatni jamlash qobiliyatini susaytiradi. Bu o‘qish samaradorligining pasayishiga, yangi ma’lumotlarni eslab qolish qiyinlashishiga olib keladi.

O‘z joniga qasd qilish fikrlari — eng xavfli oqibatlardan biri hisoblanadi. Kuchli psixologik bosim, yolg‘izlik va umidsizlik hissi ba’zi bolalarda hayotdan voz kechish haqidagi fikrlarni keltirib chiqarishi mumkin. Bu holat darhol professional psixologik yordamni talab qiladi [10]. Kiberzo‘ravonlikning kengayishi va kuchayishiga bir qator ijtimoiy, psixologik va texnologik omillar ta’sir ko‘rsatadi. Bu omillar bolalarning raqamli muhitda himoyasiz qolishiga va zo‘ravonlik holatlarining tez tarqalishiga sabab bo‘ladi [6].

Ota-onalarning nazoratsizligi — ko‘plab oilalarda bolalarning internetdan foydalanishi etarli darajada nazorat qilinmaydi. Ota-onalar farzandining qaysi saytlar yoki ijtimoiy tarmoqlardan foydalanayotganini, kimlar bilan muloqot qilayotganini doimiy kuzatib bormasligi kiberzo‘ravonlik xavfini oshiradi. Nazoratning yo‘qligi bola uchun xavfli onlayn muhitga kirish imkonini kengaytiradi.

Bolalarda raqamli savodxonlikning pastligi — internetdan xavfsiz foydalanish ko‘nikmalarining etishmasligi bolalarni turli tahdidlar oldida himoyasiz

qiladi. Bola zararli kontentni ajrata olmasligi, shaxsiy ma’lumotlarini ehtiyotsiz bo‘lishi yoki notanish foydalanuvchilarga ishonishi mumkin.

Internetdagi anonimlik — kiberzo‘ravonlikning asosiy xavf omillaridan biridir. Zo‘ravon shaxs o‘z shaxsini yashirgan holda haqorat, tahdid yoki kamsitish harakatlarini amalga oshirishi mumkin. Bu esa javobgarlik hissining pasayishiga va zo‘ravonlikning osonlashishiga olib keladi.

Ijtimoiy tarmoqlarda nazoratning etishmasligi — ayrim platformalarda zararli kontent va zo‘ravonlik holatlarini vaqtida aniqlash va cheklash tizimi etarli darajada ishlamasligi muammoni yanada kuchaytiradi. Natijada salbiy axborot tez tarqalib, ko‘plab foydalanuvchilarga ta’sir qiladi.

Tengdoshlar bosimi — o‘smirlar orasida guruhga moslashish istagi kuchli bo‘lganligi sababli, ular ba’zan boshqalarga nisbatan zo‘ravonlik harakatlarida ishtirok etishga majbur bo‘lishi mumkin. Bu holat kiberzo‘ravonlikning ijtimoiy guruhlar ichida kengayishiga olib keladi [6]

Xulosa qilib aytganda kiberzo‘ravonlik zamonaviy raqamli jamiyatning jiddiy muammolaridan biri bo‘lib, u bolalar va o‘smirlarning psixologik salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Uning mohiyatini chuqur anglash esa ushbu muammoga qarshi samarali profilaktika va himoya choralarini ishlab chiqish uchun muhim asos bo‘lib xizmat qiladi. Kiberzo‘ravonlikning psixologik oqibatlari juda keng qamrovli bo‘lib, u bolaning shaxsiy rivojlanishi, ruhiy barqarorligi va ijtimoiy hayotiga jiddiy zarar etkazadi. Shu sababli, bu muammoni erta aniqlash va kompleks profilaktika choralarini qo‘llash muhim ahamiyatga ega. Kiberzo‘ravonlik va internetning bolalar psixologiyasiga salbiy ta’siri zamonaviy jamiyatning eng dolzarb muammolaridan biridir. Ushbu muammoni hal qilish faqat texnologik emas, balki psixologik, pedagogik va ijtimoiy yondashuvni talab etadi. Bolalarni himoya qilish va ularning ruhiy salomatligini saqlash jamiyatning ustuvor vazifalaridan biri bo‘lib qolmoqda.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Abduqodirov A.A. — Axborot texnologiyalari va ta’lim. Toshkent: O‘qituvchi, 2016. 52–55-б.

2. Антонов А.И. — Социология семьи. Москва: Инфра-М, 2010. 70–72-б.

3. Божович Л.И. — Личность и её формирование в детском возрасте. Москва, 2008. 88–91-б.

4. Hinduja S., Patchin J.W. — Bullying Beyond the Schoolyard. Thousand Oaks: Corwin Press, 2015. 40–44-б.

5. Karimova N. — Ijtimoiy psixologiya asoslari. Toshkent: Fan va texnologiya, 2018. 45–47-б.

6. Livingstone S., Haddon L. — EU Kids Online Report. London: LSE, 2009. 15–21-б.

7. Qo‘chqorova D. — Zamonaviy psixologiya va internet muammolari. Toshkent, 2019. 33–36-б.

8. Smith P.K. va boshq. — Cyberbullying research study. Journal of Child Psychology, 2008. 60–63-б.

9. UNICEF — A Familiar Face: Violence in the Lives of Children and Adolescents. New York, 2017. 22–33-б.

10. Preventing suicide: a global imperative. — Geneva: World Health Organization, 2014. — 92 p. (https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/5bd12922-b362-458f-8025-f613da4922e7/content)

11. Dan Olweus Bullying at School: What We Know and What We Can Do. — Oxford: Wiley-Blackwell, 2013. — 215 p.

RAG‘BATLANTIRISH VA JAZOLASH FENOMENLARINI PSIXOLOGIK TADQIQ ETILGANLIK HOLATI

Xudaynazarov Tursunali Alinazarovich,

Mirzo Ulug’bek nomidagi O’zbekiston Milliy universiteti “Psixologiya” kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).
E-mail: tursunalihudajnazarov@gmail.com Телефон: 90-008-97-10

Annotatsiya: Maqolada talabalar o‘quv faoliyati samaradorligiga ta’sir etuvchi, o‘zlashtirish samaradorligini ta’minlovchi ahamiyatli psixologik determinantlar hisoblanuvchi rag‘batlantirish va jazolash fenomenlarini psixologik tadqiq etilganlik holati nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Bundan tashqari psixologiya yo‘nalishidagi oliy ta’lim muassasalari talabalari bilan bu usullarni tashkil qilish imkoniyatlari haqida fikr yuritiladi.

Kalit so‘zlar: Talaba, ta’lim-tarbiya, o’quv faoliyati, samaradorlik, jamiyatdagi muhit, jazo, rag’bat, determinant.

Ключевые слова: *Студент, образование, учебная деятельность, эффективность, социальная среда, наказание, стимул, детерминанта.*

Key words: *Student, education, learning activity, efficiency, social environment, punishment, incentive, determinant.*

Shaxs kamolotida bir qancha komponentlar muhim rol o‘ynaydi. Komil inson obrazi shakllanishi uchun shu shaxsning individual psixologik xususiyatlari, sifatlari, shaxsning psixofiziologik holati va boshqa bir qancha faktorlar katta ta’sirga ega. Yuqoridagi omillar qatorida ta’lim va tarbiya alohida o‘rin tutadi. Chunki aynan ushbu omillar orqali ulardan shaxs kamolotiga ta’sir qiluvchi jihatlarni shakllantirish mumkin.

Ta’lim sohasi insoniyatning sivilizatsion rivojlanish bosqichining ilk davrlaridan boshlab muhim jarayon bo‘lib kelgan. Har bir davrda uning rivojlanishi va sifatini oshirish asosiy maqsadlardandir. Ta’lim jarayoni bir necha tarkibiy bosqich va komponentlardan iborat. Ularning eng muhimlaridan biri jazolash va rag‘batlantirish jarayonlaridir. Mazkur jarayonlar ta’lim, ijtimoiy, huquqiy-yuridik amaliyotda juda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ma’lumki, rag‘batlantirish va jazolash insonning xulq-atvorini o‘zgarishida muhim asosiy determinant bo‘lib xizmat qiladi. Shuningdek, mukofotlar xatti-harakatlarni mustahkamlashga, jazolash esa xatti-harakatlarning susayishiga sabab

bo‘ladi degan qarashlar ham mavjud. Biroq, ko‘plab tadqiqotlar ushbu qarashlarni rad etadi. Rag‘batlantirish va jazolash fenomenini o‘rganish, ilmiy tahlil qilish tarixi o‘ziga xos davrlarni o‘z ichiga oladi.

Rag‘batlantirish va jazolash bo‘yicha dastlabki ilmiy tadqiqotlar klassik psixologiya vakillari tomonidan amalga oshirilgan. Dastlabki tadqiqotlarda rag‘batlantirish stimul-reaksiya assotsatsiyalarini mustahkamlashga yordam berishi, jazolash esa ushbu assosatsiyalarning susayishiga sabab bo‘lishi, xulq-atvor o‘zgarishida rag‘batlantirish hamda jazolashning ta’siri qandayligi, odatlarni yo‘qotishda rag‘batlantirish hamda jazolashning ta’siri qay darajada ekanligini aniqlash kabi asosiy vazifalar qo‘yilgan edi. Yuqorida keltirib o‘tilgan masalalar bir qancha tadqiqotchilar tomonidan tahlil qilingan bo‘lib, turlicha ilmiy xulosalarga kelingan.

Rag‘batlantirish va jazolash masalasida dastlabki ilmiy qarashlar E.Torndayk tomonidan bildirilgan. E.Torndaykning tadqiqotlari rag‘batlantirish va jazolash masalasida dastlabki tizimli tadqiqotlar hisoblanadi. Uning tadqiqotlari tadqiqotlari ta’limda rag‘batlantirish hamda jazolashda samaradorlikni tahlil etish bo‘yicha ko‘plab nazariy bahs-munozaralarga sabab bo‘ldi. Yarim asr davomida uning tadqiqot ishlari ko‘plab ilmiy doiralar uchun asosiy nazariy ma’lumotlar manbai sifatida xizmat qildi. O‘zining tadqiqotlaridan olingan ilmiy xulosalarini E.Torndayk o‘z ilmiy asarlarida bayon qilgan5 6. E.Torndayk rag‘batlantirish va jazolashning umumiy jihatlarini tahlil qilgan. Uning tadqiqot ishlari asosan bixevioristik qarashlar asosida bo‘lib, xulq-atvorning kelib chiqishida rag‘batlantirish va jazolashning ahamiyati o‘rganilgan.

Rag‘batlantirish va jazolash masalasiga to‘xtalib o‘tgan yana bir mashhur olimlardan biri Skinner hisoblanadi. Skinner inson rivojlanishi jarayonida xatti-harakatlarni o‘zlashtirishida rag‘batlantirish, jazolash fenomenlari muhim o‘rin tutishini ta’kidlagan7. Olim o‘z izlanishlarida insonning ta’lim olish, hayotiy tajriba orttirish jarayonida uning o‘zlashtirgan malaka, ko‘nikmalari, bilimlarini mustahkamlab borishi, shu ko‘nikma va bilimlarining samaradorligini oshirishini qayd etadi. Mustahkamlash jarayoni orqali rag‘batlantirish va jazolashning sifat darajasi oshib boradi. Ta’lim-tarbiya jarayonida yangi xatti-harakatlarni sifatli o‘zlashtirish uchun to‘g‘ri rag‘batlantira olish hamda o‘z vaqtida jazolay olish muhim ahamiyat kasb etadi. Skinner shaxs shakllanishida inson rivojlanishining ibtidoiy davrdan amalda sinalib kelingan rag‘batlantirish hamda jazolash komponentlari o‘z ahamiyatini yo‘qotmasligini, balki davrga moslashgan holda har xil shaklda namoyon bo‘lishi bilan doimiylik ahamiyatini kasb etishini ta’kidlaydi. Tarixiy evolyutsiyanning dastlabki bosqichlarida jazolash ham, rag‘batlantirish ham asosan biologik va fiziologik vositalar yordamida amalga oshirilgan. Ya’ni, jismoniy jazolash hamda oziq-ovqat orqali mukofotlash rag‘bat va jazoning arxaik shakllari

5 Edward L. Thorndike. Animal Intelligence An Experimental Study of the Associative Processes in res. THE MACMILLAN COMPANY, 4x N. QUEEN ST., LANCASTER, PA. 66 FIFTH AVENUE, NEW YORK; AND LONDON. Republishing/ 2008.

6 Edward L. Thorndike. The psychology of learning. PUBLISHED BY ^rac|)rr0 ^ToIUqc, Solumlifa dnUbnuitg NEW YORK 1921.

7 Skinner B. F. (1938). *The Behavior of Organisms: an Experimental Analysis*. New York: Appleton.

hisoblangan. Shaxs evolyutsion taraqqiyotning yuqori pog‘onalariga ko‘tarilar ekan, rag‘batlantirish va jazolash vositalari hamda usullari ham rivojlanib borgan. Shuningdek, rag‘batlantirish va jazolash evolyutsion rivojlanishning quyi bosqichdagi biologik turlar – hayvonlarda ham ma’lum reflektiv xatti-harakatlarni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Yuqoridagi ilmiy xulosalarga Skinner uzoq muddatli kuzatish va tadqiqotlar natijasida kelgan. Uning izlanishlarining natijalari psixologiyaning turli tarmoqlari uchun muhim ilmiy manba bo‘lib xizmat qiladi.

Yuqoridagi ma’lumotlardan ko‘rinib turibdiki, rag‘batlantirish va jazolash inson faoliyatining har bir jarayonida va bosqichida muhim rol o‘ynaydi. Biroq, ushbu jarayonlar turli holatlarda turlicha ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Masalan, ta’lim va tarbiya jarayonida rag‘batlantirish samarali natijalar berishi mumkin. Huquqshunoslik va iqtisod sohalarida esa rag‘batlantirish va jazolashning samarasi nisbatan teng taqsimlanishi mumkin. Shu sababli, rag‘batlantirish va jazolashga alohida fenomen sifatida qaraladi. Rag‘batlantirish va jazolash mavzusining psixologiyada dolzarbligining asosiy sababi ham shunda. Psixologiyada bir holatning turlicha psixologik oqibatlari shu mavzudagi tadqiqot ishlarini kengroq miqyosda va turli jihatlarini o‘rgangan holda tadqiq etish shartini maqsad qilib qo‘yadi. Shu sababli ham keyingi tadqiqotlarda rag‘batlantirish hamda jazolashga alohida fenomenal xususiyat sifatida chuqur tahlillar amalga oshirila boshlangan.

Xulq-atvor determinantlari, xususan, xulq-atvorga rag‘batlantirish hamda jazolashning qay darajada ta’sirga ega ekanligi bo‘yicha ma’lumotlar E.Boring tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqotda keltirib o‘tilgan.8. Mazkur ishda ham xulq-atvor shakllanishida rag‘bat va jazolashning o‘rni mavjudligi, ushbu fenomenning ta’siri insonda xulq-atvor shaklining qay biri shakllanishini belgilab berishda ta’sirga egaligini muallif o‘z ilmiy ishida qayd etib ketadi. E.Boring mazkur tadqiqot ishida xulq-atvor shakllarini keltirib chiqaruvchi asosiy omillarni qayd etgan. Bu esa izlanishning ilmiy ahamiyatini oshiradi.

Xulosa qilib aytganda, ta’lim samaradorligini ta’minlash bo‘yicha psixologik tadqiqotlarda turli ta’lim yo‘nalishi va bosqichlariga xos izlanishlar olib borilgan hamda uning sabablarida xilma-xillik mavjudligi aniqlangan. Tadqiqotlarda barcha ta’lim bo‘g‘inlari (darslar, dasturlar, darsliklar, usullar)ni umumlashtirish zarurligi ta’kidlanadi. Ushbu umumlashtirishni fanlar ichida ham, fanlararo ham amalga oshirish talab qilinadi. Har bir fan uchun o‘qitish uslublarini aniqlab, ularni o‘quvchilarning individual xususiyatlariga qarab shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Ta’lim jarayonida berilayotgan bilimlar o‘quvchilarning tafakkuri hamda hissiy sohasini bog‘lay olishi kerakligi, o‘quvchilarning o‘quv faoliyatini boshqarish usullarini shakllantirish eng muhim omillar sifatida yoritilgan.

Oliy ta’lim tizimida, xususan, talabalarning o‘quv samaradorligini o‘rganishning ahamiyati ishlab chiqarish va boshqa professional hamda ta’lim sohalaridagi ahamiyatiga nisbatan muhimroqdir. Sababi, soha mutaxassislarini tayyorlovchi oliy ta’lim tizimida o‘quv samaradorligining pastligi ushbu sohaga oid rivojlanish jarayonida jiddiy muammolar olib kelish yuzaga kelish ehtimolini oshiradi. Agar psixologiya, pedagogika singari sohalarda zaruriy ilmiy tadqiqotlar

8 Boring, When is Human Behavior Predetermined?, 84 SCENTIFICMONTHLY 189 (1957).

olib borilib, natijalar asosida zaruriy amaliy tadbirlar amalga oshirilsa, o‘quv samaradorligini oshirish imkoniyati yaratiladi. Bu esa barcha ilmiy va noilmiy sohalarning barqaror rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл, 2005. – 1136 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2000. – 712 с.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – T.: O‘qituvchi, 2010. – 512 b.
5. Karimova, V.M. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
6. G‘oziyev, E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2012.
7. Tolipov, O‘.Q., Usmonboyeva, M. Pedagogik texnologiyalarning nazariy va amaliy asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2006.
8. Yo‘ldoshev, J.G‘., Usmonov, S.A. Pedagogik texnologiya asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2004.
9. Nishonova, Z.T. Rivojlanish psixologiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2008.
10. Davletshin, M.G. Ta’lim psixologiyasi. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2005.

MUNDARIJA

№	Muallif(lar)	Maqola nomi	Bet
KONFERENSIYA OCHILISHI			
	Botirov G‘olibjon Isroilovich	KONFERENSIYA ISHTIROKCHILARIGA TABRIK SO'ZI	4
YALPI MAJLIS MA'RUZALARI			
1	Arzikulov Dilshod Ne'matovich	AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR: TRANSFORMATSIYALAR, TAHDIDLAR VA INNOVATSION ISTIQBOLLAR	6
2	Atabayeva Nargis Batirovna	YOSHLAR XULQ-ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR	8
3	Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna	YOSHLARDA OILAVIY QADRIYATLARNI SHAKLLANTIRISHDA IJTIMOIY TASAVVURLARNING AHAMIYATI	11
4	Jabborov Xazrat Xusenovich	GLOBALLASHUV SHAROITIDA SHAXS MARGINALIZMINING OILAVIY VA MILLIY QADRIYATLARGA PSIXOLOGIK TA'SIRI	13
5	Abdumadjidova Dildora Raxmatullayevna	ZAMONAVIY PSIXOLOGIK AMALIYOTDA PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH INSON QOBILIYATLARINI OPTIMALLASHTIRISH VOSITASI SIFATIDA	17
6	Sattarova Shaxnozaxon Qo‘chqarovna	RAQAMLI JAMIYATDA POZITIV FIKRLASH VA PEDAGOGLAR FAOLIYATIGA TA'SIR ETISH OMILLARINING PSIXOLOGIK ASOSLARI	19
7	Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna	KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI	25
8	Xaydarov Ismoil Olloqulovich	RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING YOSHLAR KASBIY MOTIVATSIYASIGA TA'SIRI VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI	30
9	Махмудова Д.А.	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХА У ЖТЛ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ	34

10	Dilafro'z Botirova	DEVIANT XULQ-ATVOR ZAMONAVIY JAMIYATNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOSI SIFATIDA: SABABLAR, OMILLAR VA PROFILAKTIKA	37
11	Абдукадирова Л.Ю.	ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК РЕСУРС АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ИЗ СОЦИАЛЬНО УЯЗВИМЫХ ГРУПП К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ	39
12	Raxmanova Dilnoza Farmanovna	KIBERADDIKSIYA PSIXOPROFILAKTIKASINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	47
13	Samatova Sevara G'ayratovna	OILAVIY MUNOSABATLAR TIZIMIDA AFFILIATSIYA MOTIVINING PSIXOLOGIK TAHLILI	50
I. AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA SHAXS PSIXOLOGIK SALOMATLIGI VA RUHIY BARQARORLIGINI MUSTAHKAMLASH MASALALARI			
14	Panjiyeva Nargiza Botirovna	IJTIMOIY TARMOQLARNING YOSHLAR RUHIY HOLATIGA TA'SIRI	59
15	Usmonov Sherzod Axmadjonovich	RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VA SUN'IY INTELLEKT SHAROITIDA TALABALAR INTELLEKTUAL QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI	62
16	Abduraximov Doniyor Abdusaid o'g'li	SHAXS RUHIY BARQARORLIGI KONTEKSTIDA RAQAMLI MUHITDA O'SMIRLAR PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI TA'MINLASH MASALALARI	66
17	Abduvositov H.F.	TALABALARNING HAYOTIY BARDOSHLILIGI --- RUHIY BARQARORLIK MANBAI SIFATIDA	68
18	Murodilloyev Nodir	AKADEMIK FIRIBGARLIK VA VIJDON INQIROZI: SUN'IY INTELLEKTDAN FOYDALANIB TOPSHIRIQLARNI BAJARISHNING O'QUVCHILAR XULQ-ATVORI VA AXLOQIY ME'YORLARIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI	72

19	Alijonov Nurbek Ulug'bek o'g'li	RAQAMLI KOMMUNIKATSIYA VA EMOTSIONAL FAROVONLIK O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK (TALABA YOSHLAR MISOLIDA)	77
20	Jalilova Hulkar Yusufovna	RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR SHAROITIDA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA NUTQ RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	82
21	Alijonov Nurbek Ulug'bek o'g'li	ONLAYN MULOQOT VA REAL IJTIMOIY ALOQALAR O'RTASIDAGI MUVOZANATNING PSIXOLOGIK FAROVONLIKKA TA'SIRI	85
22	Alimova Umida Raxmatillayevna	ZO'RAVONLIK VA TRAVMATIK HOLATLARDAN KEYIN AYOLLARDA STRESSNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA REABILITATSIYA JARAYONLARI	88
23	Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi	AXBOROT XURUJLARIDA EMOTSIONAL TA'SIR MEXANIZMLARI	91
24	Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li, Azizaxon Nabiyeva Abdusattor qizi	BOG'CHA YOSHDAGI BOLALARDA O'YIN FAOLIYATI ORQALI PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASH USULLARI	98
25	Atadjanova Barno Amonboyevna	SHAXS PSIXOLOGIK SALOMATLIGI VA RUHIY BARQARORLIK MASALALARI	101
26	Begjonova Gulnoza	TALABALAR ORASIDA STRESS VA UNING SABABLARI	106
27	Xoshimova N.Sh.	DIQQATIMIZNING "O'G'RILARI": RAQAMLI DUNYODA O'ZLIGIMIZNI QANDAY SAQLAB QOLAMIZ?	110
28	Xudayberdiyeva Yulduz	GLOBAL RAQAMLASHUV DAVRIDA O'SMIRLIK DEPRESSIYASINI SHAKLLANTIRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR	112
29	Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li	FRUSTRATSION TOLERANTLIKNI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	115
30	Zakirova Muxabbat Sabirovna	INTERNETGA QARAMLIKNING O'SMIRLAR PSIXOEMOTSIONAL HOLATIGA TA'SIRI	120

31	Mamaradjabova Bog'zoda Abdilxakimovna, Choriyeva Dildora Toshmurodovna	O'SMIR O'QUVCHILARNING EMOTSIONAL BARQARORLIGINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI	124
32	Vohobova Nigora Haydar qizi	O'SMIRLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA SHAXS SHAKLLANISHI	126
33	Xolmuratova Mahbuba Maxmudovna	RAQAMLI MUHIT SHAROITIDA O'SMIRLARNING IQTISODIY IJTIMOIYLASHUVI: PSIXOLOGIK VA IJTIMOIY OMILLAR	130
34	Orziqulova Charoz Raxmatovna	O'SMIRLIK DAVRIDA TAFAKKUR JARAYONLARNI RIVOJLANISHI	136
II. RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VA SUN'IY INTELLEKTNING TA'LIMDA QO'LLANILISHINING PSIXOLOGIK MASALALARI VA IMKONIYATLARI			
35	Magzumova Lola Turakulovna	ZAMONAVIY O'QITUVCHI FAOLIYATIDA REFLEKSIYA VA REFLEKSIV KOMPETENSIYANING O'ZIGA XOS JIHATLAR	141
36	Абдукадирова Лаура Юльбарсовна	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ФАКТОР УЧЕБНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	146
37	Mirzajonova Eleonora Topvoldievna	BADIIY MATNLAR VA OILAVIY MUTOLAA ASOSIDA BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISHNING INTEGRATIV PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK MODELI	153
38	Muhammedova Nafisa Nigmanovna	SUN'IY INTELEKT DAVRIDAGI TA'LIM TIZIMI: IJTIMOIY, HUQUQIY VA XALQARO JIHATLAR	158
39	Ashurov Ramzidin Ramazonovich	O'QUVCHILARNI INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY PSIXOLOGIK ASOSLARI	161
40	Berdiyeva Sabohat Rahimovna, Xolmurotova Saodat Kuchkinovna	O'QUVCHILARDA MOTIVATSIYANING PASAYISH SABABLARI	166

41	Abdunabiyeva Dilobar Qo'chqar qizi	ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA SUN'IY INTELLEKT VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING AFZALLIKLARI	170
42	Djuxonova Noxida Xayotjonovna, Kabilova Jamila Tursunovna	KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALAR INTELLEKTINING TARAQQIYOT XUSUSIYATLARI	173
43	Ibrogimov Muhammadrasul	SOTSIAL IQTIDORNING PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR PREDMETI SIFATIDA	176
44	Abdurashidova E'zoza	ZAMONAVIY PSIXOLOGIYA PARADIGMASIDA INTELLEKTUAL TIZIMLAR BILAN MULOQOTNING INTEGRATIV TAHLILI	180
45	Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li, Mahsudova Muslimaxon Erkinjon qizi	MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA PSIXODIAGNOSTIKANING ZAMONAVIY USULLARI: RAQAMLI TESTLAR VA KUZATUV TEXNOLOGIYALARI	183
46	Xusanova Rushana Rustam qizi Ergashev Jo‘rabek Xalilovich	RAQAMLI MUHITDA SHAXS IDENTIFIKATSIYASI: IJTIMOIY TARMOQLARNING PSIXOLOGIK TA'SIRI	187
47	Kuldashev Lobarxon Baxtiyor qizi	RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING JAMIYATGA TA'SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	191
48	Xaydarov Sulaymon Amirqulovich	OILAVIY MUHITDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA DEVIANT XULQ-ATVORNI PROFILAKTIKASI	194
49	Soliyev Otabek Davlatjon o'g'li	RAQAMLI TEXNOLOGIYALARGA QARAMLIKNING PSIXOLOGIK SABABLARINI PSIXOANALITIK YONDASHUV ASOSIDA TAHLIL QILISH	200
50	Qurbonova Mehribon	RAQAMLI DUNYODA SHAXS IJTIMOIYLASHUVINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	205
51	Matluba To‘rabekovna	RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH: MOTIV VA MOTIVATSIYA PSIXODIAGNOSTIKASI	208

52	Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li, Mirzaliyeva Muhayyoxon Sodirjon qizi	MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA RAQAMLI QURILMALAR TA'SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	212
53	Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li, Jo‘rayeva Nigoraxon	MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA GADJETLARDAN FOYDALANISHNING DIQQAT VA XOTIRAGA TA'SIRI	215
54	Nishanova Zulfizar Yashin qizi	RAQAMLASHTIRISH SHAROITIDA OILADA MANIPULYATIV MULOQOTNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	217
55	Baxtiyorbekova Iroda	RAQAMLI DAVRDA SHAXS RIVOJLANISHI: KLASSIK NAZARIYALAR VA ZAMONAVIY TRANSFORMATSIYALAR	219
56	Raxmanova Dilnoza Farmanovna, Fazliddinova Muharram Qamariddin qizi	INKLYUZIV TA'LIMNI TAKOMINLASHTIRISHDA INSPEKTOR-PSIXOLOGNING ROLI	222
57	Рахманова Дилноза Фармановна, Кучкарова Лазизабону Алишер кизи	ЗНАЧЕНИЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	226
58	Tohirova Mushtariy, Ergashev Jo‘rabek Xalilovich	SUN'IY INTELLEKTNING TALABALAR PSIXOLOGIYASIGA TA'SIRI	229
59	R.M.Baxtiyorov	SUN'IY INTELLEKTNING O'QUV MOTIVATSIYASINI SHAKLLANTIRISHGA TA'SIRI: PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK YONDASHUV	231
60	Toshpulatov Abdulaziz Quvondiq o'g'li	TA'LIM MUHITIDA O'SMIRLARNING PSIXOLOGIK XAVFSIZLIGINI TA'MINLASHDA SANOGEN TAFAKKURNING AHAMIYATI	236

61	Toshpulatov Abdulaziz Quvondiq o'g'li	SUN'IY INTELLEKT VA RAQAMLI MUHIT TA'SIRIDA O'SMIRLAR PSIXOLOGIK BARQARORLIGINI SHAKLLANTIRISHIDA SANOGEN TAFAKKURNING ROLI	240
62	Turaeva Nigora Shukhratovna	ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALAR DAVRIDA TA'LIM: GADJETLARDAN TO'G'RI FOYDALANISH YO'LLARI	245
63	Umarova Gulbaxor Maxamad qizi	RAQAMLI DUNYODA YOSHLARDA DESTRUKTIV XULQ-ATVORNING SHAKLLANISHI: MUAMMO VA YECHIMLAR	248
64	Xusanov Samariddin Maxmadaminovich	TA'LIMDA SUN'IY INTELLEKT: IMKONIYATLAR VA PSIXOLOGIK XATARLAR	250
65	Yusupova O'g'iloy Bozorovna, Bobomurodova Nodira Abdurasulovna	O'QUVCHILARDA O'Z-O'ZINI BAHOLASH VA SHAXSIY RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI	253
66	Исламова Зулфия	ИННОВАЦИОННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОО	257
67	Х.Ф.Абдувоситов	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БЕЗОПАСНОСТИ ТЕХНОСФЕРЫ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ	262
68	Makhmudova D.A., Malikova E.T.	PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MOTIVATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS	264
69	Шарипова Муштари	ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ В УЧЕБНОЙ СРЕДЕ	267
70	R.M.Baxtiyorov	SUN'IY INTELLEKTNING O'QUV MOTIVATSIYASINI SHAKLLANTIRISHGA TA'SIRI: PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK YONDASHUV	272

71	Xaydarova Ra‘no Anvarovna	SUN'IY INTELLEKT VOSITALARI ASOSIDA TALABA-QIZLARNING TANQIDIY FIKRLASHINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK JIHATLARI	281
III. RAQAMLASHTIRISH SHAROITIDA OILANING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI, DEVIANT VA DELIKVENT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI			
72	Panjiyeva Nargiza Botirovna	OILANING YOSHLARGA TA'SIRI VA OILA NAZARYALARI	288
73	Bahodirova Marhaboxon Toxirjon qizi	YOSH OILALARDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA PSIXOLOGIK MOSLASHUV OMILLARI	291
74	Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o'g'li	O'SMIRLARDA DEVIANT XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	294
75	Abdullayeva Aropatxon Rustamovna	OILA BOLA HAYOTINING ENG MUHIM IJTIMOIY INSTITUTI SIFATIDA	297
76	Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna, Abdumalikova Madina Zayniddin qizi	KASBIY KARERASINI SHAKLLANTIRAYOTGAN AYOLLARDA OILAVIY VA KASBIY ROLLARDA PSIXOLOGIK MOSLASHUVI	300
77	Bekmirzayeva Shaxnoza Shuxrat qizi	OILADA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK INDIKATORLARI	306
78	Bobomurodova Nodira Abdurasulovna, Yusupova O'g'iloy Bozorovna	MAKTAB O'QUVCHILARIDA DEVIANT XULQ ATVOR SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	308
79	Boqiyeva Sabohat Sobitjonovna	DEVIANT XULQ-ATVORNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI.	312
80	Djuxonova Noxida Xayotjonovna	O'ZBEK-QIRG'IZ QIZLARINI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNING ETNOPSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	314
81	Eshmatova Marjona Kamol qizi	DISFUNKSIONAL OILALARDA QO'LLAB-QUVVATLASH TIZIMLARI: MAKTAB, MAHALLA VA PSIXOLOGIK XIZMATLARNING ROLI	320

82	Klicheva Laziza Ibragimovna	"O'SMIRLAR ORASIDAGI ZO'RAVONLIK VA ULARNI OLDINI OLISHGA QARATILGAN CHORA-TADBIRLAR"	323
83	Abdullajonova Firdavsa Ergashev Jo‘rabek Xalilovich	MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR HULQIDA ANTIKTIV HULQ ATVOR KELIB CHIQINSHING ISHTIMOIY PSIXOLOGIK SABABLARI	326
84	Ashirova Shahnoza Isoqovna	QIZLAR VA YIGITLARDA MASKULINLIK XUSUSIYATLARINING PSIXOLOGIYA FANIDA ILMIY-QIYOSIY TAHLILI	331
85	Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna, Karimova Marjona Iqboljon qizi	IDEAL OILA HAQIDAGI TASAVVURLARNING SHAKLLANISH OMILLARI VA MEXANIZMLARI	335
86	Raximova Robiya Abrorovna	ZAMONAVIY OILADA IJTIMOIY -- PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA DEVIANT XULQ -- ATVORNI BARTARAF ETISH MASALALARI	340
87	Toshtemirova Nigora Ibrohimovna	UMUMTA'LIM VA IXTISOSLASHTIRILGAN MAKTAB O'QUVCHILARINING OILAVIY MUNOSABATLAR HAQIDAGI IJTIMOIY TASAVVURLARI	347
88	Абдумаджидова Дилдора Рахматуллаевна	КОГНИТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ И РОЛЬ НЕЙРОПЛАСТИЧНОСТИ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ	349
89	Yusupova Feruza Ravshanjonovna	RAQAMLI MUHIT SHAROITIDA OILAVIY PSIXOLOGIK FAROVONLIKKA ERISHISH MASALALARI	352
90	Ro'ziqulova Zarina Yusupovna	MAKTABGACHA YOSHDAGI LOGOPAT BOLALARDA EMOTSIONAL INTELLEKT SHAKLLANISHIDA O'YIN FAOLIYATINING AHAMIYATI	356
91	Zarpullayev Kamol	YOSH OILALARDA FARZAND TARBIYASIDAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLAR	359
92	Abdusattorova Malika Olim Qizi	ONANING PSIXOLOGIK FAROVONLIGI BOLA SUBYEKTLILIGI SHAKLLANISHINING OMILI SIFATIDA	361

93	Tojimatova Gavharoy Gulomjonovna, Davronov O'ktamjon Burxonjon o'g'li	OILAVIY MUHITDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR, DEVIANT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASI	364
94	Afzalov Humoyun Sharifjon o'g'li, Xudoyberdiyeva Rayhona Jasurbek qizi	MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA DEVIANT XULQ-ATVORNING ERTA BELGILARI VA PSIXODIAGNOSTIK TAHLILI	368
95	Yo'lchiyev Abbosjon Yandashali o'g'li	OILAVIY MUHITDA TOLERANTLIKNING SHAKLLANISHI VA UNING O'SMIRLARDA DEVIANT XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASIDAGI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK AHAMIYATI	371
96	Xoshimov A.B.	YOSH OILALARDA SOG'LOM PSIXOLOGIK MUNOSABATLARNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI	373
97	Djuxonova Noxida Xayotjonovna	QIZLARNI OILAGA TAYYORLASHDA ETNIK STEREOTIPLAR VA PSIXOLOGIK USTANOVKALARINI DETERMINANTLARI	381
98	Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna, Salomov Abbos Isroil o'g'li	TASHKILOTLARDA XODIMLAR MOTIVATSIYASIGA PSIXOLOGIK MUHITNING TA'SIRI	384
99	Magdiyeva Z.Y.	YOSHLARNI OILAVIY MUNOSABATLARGA TAYYORLIGI PSIXOPROFILAKTIKASI	388
100	Ikramova Shaxnoza Baxtiyorovna	HARBIY XIZMATCHILAR OILASIDA OTA-ONALAR VA FARZAND O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNING IJTIMOIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	392
101	Жалилова С.Х.	ЁШ ОИЛАЛАРДА ЭР-ХОТИН ЎРТАСИДАГИ НИЗОЛАР НАМОЁН БЎЛИШ ХУСУСИЯТЛАРИ	395
102	Samatova Sevara G'ayratovna	OILAVIY MUNOSABATLAR TIZIMIDA AFFILIATSIYA MOTIVINING PSIXOLOGIK TAHLILI	400

103	Kushakova Nargiza Islambaevna	YOSH OILALARNING MUSTAHKAMLIGIGA ZAMONAVIY AXBOROT VOSITALARIDAN FOYDALANISHNING TA'SIRI	407
104	Махмудзода Умед Давлат, Кодиркулов Азизжон Саидкул угли	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВОНАРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ	412
105	Мирзажонова Элеонора Топволдиевна	ЦИФРОВИЗАЦИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: ВЫЗОВЫ, УСЛОВИЯ, СТАБИЛЬНОСТЬ	415
106	Обиджонов Жавохирбек Жасурбек угли	АЛГОРИТМИЧЕСКАЯ МАГИЯ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ: СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ, ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И НОВЫЕ ФОРМЫ МАГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ	419
107	Озодходжаева А.У.	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ НЕЙРОГРАФИКИ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА	422
108	Оринбаев Султанбек Казакбай ули, Кодиркулов Азизжон Саидкул угли	ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА	427
109	Рахмонзода Мухаммад Сайвали, Кодиркулов Азизжон Саидкул угли	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНСПЕКТОРОВ ПРОФИЛАКТИКИ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА	430
110	Саминов Абдулхай Йулчибой угли	АДАПТИВНОСТЬ КУРСАНТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ	434
111	Юлдашева Махлиё Бахтиёровна	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	437

112	Фарфиев Ёкубжон Атхамджанович	РОЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАЦИОННЫХ И ЦИФРОВЫХ УГРОЗ	441
113	Хасанбекова Азиза	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ НЕСТАБИЛЬНОСТИ БРАКА В МОЛОДЫХ СЕМЬЯХ УЗБЕКИСТАНА	445
114	Хожагельдиева Барно	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЛИЧНОСТНОГО САМОРАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ	448
115	Шомуродова Махфуза	СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ С ДЕТЬМИ В ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ	451
116	Xatamova Ferangiz Ibodulloyevna	OILAVIY MUNOSABATLARDA TOLERANTLIK VA ALTRUISTIK MOTIVATSIYANING PSIXOLOGIK OMILLARI	455
117	Абдукадирова Лаура Юльбарсовна	НАУЧНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ КИБЕРБУЛЛИНГ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ	461
118	Khatamova Ferangiz Ibodulloevna	ALTRUISM AS THE FOUNDATION OF HEALTHY FAMILY RELATIONSHIPS	467
IV. AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNI TA'MINLASH BO'YICHA INNOVATSION YONDASHUVLAR			
119	Xaydaraliyev Abdullo Usmonali o'g'li	YOSHLARDA XAVF VA XAVFSIZLIK TUSHUNCHALARI PAYDO BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	472
120	Atadjanov Mamirjon Yusupovich	AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA MILLIY QADRIYATLAR TRANSFORMASIYASI	476
121	Мирзажонова Элеонора Топволдиевна	ИННОВАТЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА И ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	479

122	Pulatova Gulnoza Murodilovna, Umrzaqova Gulzoda Abdurakhmonovna	KIBERXAVFSIZLIK VA PSIXOLOGIK XIZMATNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI	484
123	Komilov Abdulloh Kamoliddin o'g'li, Jabborov Xazrat Xusenovich	MARKAZIY OSIYO MINTAQASIDA PSIXOLOGIYA: RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI	490
124	Boboxolova Shahnoza Akrom qizi	RAQAMLI MUHITDA TALABA YOSHLARNING DEVIANT XULQ-ATVORI: PSIXOLOGIK DETERMINANTLAR TAHLILI	492
125	Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna	OILA QURISHDA FENOMENOLOGIK YONDASHUVNING ETNOMADANIY O‘ZIGA XOSLIGI	495
126	Olimova Maxfuza Bobir qizi, Akramova Malika	KAM TA'MINLANGAN OILALARDA TARBIYALANAYOTGAN BOLALARNING EMOTSIONAL HOLATI VA PSIXIK SALOMATLIGI	497
127	Rahimova Sarvinoz Odilboy qizi	PROSOTSIAL XULQ-ATVORNING SHAKLLANISH MEXANIZMLARI: KOGNITIV, AFFEKTIV VA IJTIMOIY OMILLARNING O'ZARO TA'SIRI	501
128	Toshbayeva Madina Ravshan qizi	MAKTAB O'QUVCHILARINING SOG'LIGI UCHUN ZARARLI BO'LGAN ODATLAR PSIXOPRAFILAKTIKASI	505
129	Yuldasheva Mahliyo Bahtiyorovna	KIBERXAVFSIZLIKNING PSIXOLOGIK QIRRALARI	507
130	Алимова Елена Геннадьевна	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ: РИСКИ И РЕСУРСЫ РАЗВИТИЯ	509
131	Ишанкулов Фарход Парманович	РАҚАМЛИ ТЕХНОЛОГИЯЛАРНИНГ САЛБИЙ ТАЪСИРИНИ БАРТАРАФ ЭТИШДА РАТСИОНАЛ-ЭМОТИВ ПСИХОТЕРАПИЯНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	513
132	Ходжаева Камола Аброровна	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РАЗВИТИЯ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА	516

133	Кодиркулов Азизжон Саидкул угли	ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД К ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАТSIИ	520
134	Саттаров Тимур Собирович	КОГНИТИВНЫЕ МЕХАНИЗМЫ УСВОЕНИЯ ПОЛИТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ	523
135	Ортиков Жамолиддин Азимович	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ БУДУЩИХ ОФИЦЕРОВ ОБЩЕСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ: ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И МЕТОДЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ	527
136	Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna, Ismoyilova Moxinur Komilovna	AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA YOSHLARNI AXBOROT XURUJIGA NISBATAN PSIXOLOGIK TAYYORLASH	530
137	Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna	AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA TALABALARDA STRESS HOLATLARI VA ULARNING PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASH MASALALARI	533
138	Yusupova E.M.	RAQAMLI MUHITDA BOLALARGA NISBATAN ZO'RAVONLIK (KIBER ZO'RAVONLIK) VA INTERNETNING BOLALAR PSIXOLOGIYASIGA SALBIY TA'SIRI.	536
139	Xudaynazarov Tursunali Alinazarovich	RAG'BATLANTIRISH VA JAZOLASH FENOMENLARINI PSIXOLOGIK TADQIQ ETILGANLIK HOLATI	540

“AXBOROTLASHGAN JAMIYATDA PSIXOLOGIK TADQIQOTLAR: ZAMONAVIY TAHDIDLAR VA RIVOJLANISH IMKONIYATLARI”

mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari

Toshkent: AIFU-2026-y

Muharrir: L.Yu Abdukadirova
Texnik muharrir: J.X.Ergashev



instagram
aifu.official

website
www.aifu.uz

telefon
78 555-21-21

1-Manzil:
Toshkent shahri,
olmazor tumanii,
Qorasaroy
ko'chasi 341A

2-Manzil:
Toshkent shahri,
olmazor tumanii,
Qorasaroy
ko'chasi 341A