MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

O'zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti

BARQAROR HAYOT
xalqaro ijtimoiy-ma'rifat markazi

"ZAMONAVIY PSIXOLOGIYANING DOLZARB MUAMMOLARI"

mavzusida xalqaro miqyosda ilmiy-amaliy anjuman materiallari

“Zamonaviy psixologiyaning dolzarb muammolari” mavzusida xalqaro miqyosda ilmiy-amaliy anjuman materiallari
660 b.

O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta’limi vaziri E.Karimova tahriri ostida chop etildi.

Bosh muharrir:
Z. Raxmanov – Nizomiy nomidagi O‘zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti rektori v.v.b., iqtisodiyot fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).

Mas’ul muharrir:
G. Ibragimova – Pedagogika-psixologiya va inklyuziv ta’lim fakulteti dekani, pedagogika fanlari doktori, professor

Tahrir hay’ati:
N. Sh. Umarova – psixologiya fanlari doktori, professor.
V. M. Karimova – psixologiya fanlari doktori, professor.
Z. T. Nishanova – psixologiya fanlari doktori, professor.
D. S. Karshiyeva – psixologiya fanlari doktori, professor.

Nashrga tayyorlovchi:
R. Ashurov – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

To‘plamda keltirilgan maqolalarning mazmuni va keltirilgan statistik ma’lumotlarga mualliflar mas’ul.

Nizomiy nomidagi O’zbekiston milliy pedagogika universiteti 2025-yil 10-noyabrda bo‘lib o‘tgan ilmiy texnik kengashda muhokama qilingan va nashrga tavsiya etilgan

CONTENTS

1-Sho'ba. Zamonaviy psixologiyaning nazariy-metodologik asoslari va muammolari 15

YANGI O'ZBEKISTONDA PSIXOLOGIK XIZMAT: DAVLAT SIYOSATI, AMALIY MEXANIZMLARI VA BARQAROR RIVOJLANISH YO'LI 16
Hilola Umarova

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYANING RIVOJLANISH TENDENSIYALARI VA SOG'LOM PSIXOLOGIK MUHITNI SHAKLLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI 19
Karimova E'zozxon Gapirjonovna

RAHBAR XODIMLARGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI 23
Qo'ng'irotboy Avezimbetovich Sharipov

"DIGITAL TWIN" TEXNOLOGIYASI VA INNOVATSION BOSHQARUV PARADIGMASI 26
Raxmanov Zafar Yashinovich

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ В УЗБЕКИСТАНЕ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ 28
Гайрат Бахрамович Шаумаров

MACHINE PSYCHOLOGY: BRIDGING HUMAN LEARNING PRINCIPLES AND ARTIFICIAL GENERAL INTELLIGENCE DEVELOPMENT 31
Farkhod Alisherovich Alisherov, Nigora Ruzikulova Shukhratovna

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA INKLYUZIVLIK SIYOSATINI AMALGA OSHIRISHDA RAHBARLIK FAOLIYATINING PSIXOLOGIK VA TASHKILIY ASOSLARI 39
Ibragimova Gulsanam Ne'matovna

TALABALARNING ILMIY INNOVATSION FAOLIYATINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 44
Abdullayeva Barno Sayfuddinovna

ONANING O'ZI HAQIDAGI TASAVVURLARINING FARZAND MUNOSABATIGA ALOQADORLIK XUSUSIYATLARI 49
Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna

AVLODLAR KONTEKSTIDA MOLIYAVIY XULQ-ATVOR: PUL PSIXOLOGIYASINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TAHLILI 53
Umarova Navbahor Shokirovna

EMOTIONAL BURNOUT AND STRESS AS PSYCHOLOGICAL RISKS OF A NOTARY'S PROFESSIONAL ACTIVITY 56
Arystanbek Aiymzhan, Aitysheva Aigul Mukataevna

UYUSHMAGAN YOSHLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MOSLASHGANLIGINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI 59
Atabayeva Nargis Batirovna

MUAMMOLI PEDAGOGIK VAZIYATLARDA O'QITUVChI QAROR QABUL QILIShINING DIFFERENSIAL XUSUSIYaTLARI 61
P.S.Ergashev

SPORT BOSHQARUVI SOHASIDAGI DAVLAT FUQAROLIK XIZMATCHILARIDA OILAVIY VA KASBIY TOLERANTLIK 64
O.E. Hayitov

O'QUVCHILARDA KOGNITIV JARAYONLARINING RIVOJLANISHI INTELLEKT SHAKLLANISHINING MUHIM OMILI SIFATIDA 67
Ashurov Ramzidin Ramazonovich

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

INKLYUZIV PSIXOLOGIYA KONSEPSIYASI: IMKONIYATI CHEKLANGAN SHAXSLARNING PSIXOLOGIK RIVOJLANISHINI O‘RGANISHDA ZAMONAVIY METODOLOGIK YONDASHUVLAR 70
Abdullayeva Yulduz Muftillo qizi

OILAVIY MUNOSABATLAR TRANSFORMATSIYASI JARAYONLARIDA YOSH OILA VAKILLARI XULQIDAGI AYRIM MUAMMOLAR 72
V.M. KARIMOVA

UMUMIY O‘RTA TA’LIM TIZIMIDAGI PSIXOLOGIK XIZMATNI TAKOMILLASHTIRISH ZARURATI MASALALARI 75
Akramova Feruza Akmalovna

TALABALARDA ALTRUIZM NAMOYON BO‘LISHIGA SHAXS XUSUSIYATLARINING TA’SIRI 77
Kamolova Nilufar Davir qizi

PEDAGOGLARDA KASBIY STRESS VA UNING OQIBATLARI 82
Karshiyeva Dilafruz Suyunovna

SINERGETIK TAFAKKUR — ZAMONAVIY TA’LIM JARAYONINING INNOVATSION YO‘NALISHI 84
Masharipova Farog‘at Matrasulovna

OILADA MA’NAVIY, AXLOQIY VA MADANIY MALAKALARNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI 88
Mirabdullayeva Shoiraxon Abdulxayevna

OLIY TA’LIM MUASSASASI IMIJINI BELGILOVCHI ASOSIY BIXEVIORISTIK KOMPONENTNING ILMIY-NAZARIY TAHLILI 91
Mirashirova Nargiza Anvarovna

SPORTCHILAR PSIXOFIZIOLOGIK HOLATINI BAHOLASHDA TEPPING-TEST METODIKASI 94
S.U.Nazarov

ILK O‘SPIRINLARDA HAVAS KASB TANLASH MOTIVI SIFATIDA 98
Nishanova Zamira Taskayevna

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ 101
Останов Шухрат Шарифович

TALABALAR O‘ZINI O‘ZI FAOLLASHTIRISHI MUAMMOSINING MAHALLIY MUHITDA TADQIQ ETILISHI 106
Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li

VOYAGA YETMAGANLAR O‘RTASIDA NAZORATSIZLIK VA HUQUQBUZARLIKLAR PROFILAKTIKASI MASALALARI 109
Qodirov Obid Safarovich, Raxmatov Faxriddin Umarovich

PSIXOLOGLARNING PROFESSIONAL TAFAKKURI 114
Ra’no Ismaylova

O‘ZBEKISTON VA JAHON MAMLAKATLARIDAGI OILAVIY AJRALISHLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARIDAGI O‘ZIGA XOSLIKLARNING EMPIRIK TAHLILI 118
Ro‘ziqulov Faxriddin Rasulovich

SHAXS NAZARIYASIGA MAHALLIY PSIXOLOGLAR TOMONIDAN KOGNITIV YONDASHUV 121
Tursunov Lutfulla Sayfullayevich

BO‘LAJAK MUTAXASSISLARNING KASBIY RIVOJLANISHIGA QARATILGAN ILMIY TADQIQOTLAR TAXLILI 123
Tuychiyeva Saodat Melikuziyevna

TA’LIM MENEJMENTIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLAR - MUVAFFAQIYATLI BOSHQARUVNING ASOSIY OMILI SIFATIDA 126
Umarova Navbahor Shokirovna, Jalolova Nafisa O‘ktam qizi

TALABALARDA RUHIY SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ROLI 128
Xajiyeva Iroda Adambayevna

ZAMONAVIY GLOBAL MUAMMOLARDA ALTRUIZMNING ROLI 131
Xatamova Ferangiz Ibodulloyevna

QUROLLI TO‘QNASHUVLARDAN OLIB KELINGAN BOLALARNI PSIXOLOGIK REABILITATSIYA QILISH MUAMMOLARI 134
S.R.Yuldashev

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЫСЛИТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 137
Алимова Гулчехра Кабелевна

O‘QUVCHILARDA MUVAFFAQIYAT MOTIVATSIYASINI KUCHAYTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 139
Karimov Sherzod Abdurasulovich

HARBIY XIZMATCHILAR OILALARIDAGI INQIROZLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 142
Sh.S.Kurbanova

AUDITORLIK QOBILIYATI RAHBAR KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIGI KO‘RSATKICHI SIFATIDA 145
Xolmurodova Dilnoza Xolmurodovna

САМОРЕГУЛЯЦИЯ У СТУДЕНТОВ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН 149
Махмудова Д.А., Махманова К. Д.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ 151
Султанова Амина Анваровна, Djon Муминова Дильфуза

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ 154
Тиллашайхова Хосият Азаматовна

2-Sho‘ba. Zamonaviy shaxs rivojlanishining ijtimoiy-psixologi muammolari 159

ВЛИЯНИЕ ИНТЕНСИВНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У ПОДРОСТКОВ 160
Е.Г.Алимова

ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHIDA OMMAVIY AXBOROT VOSITALARINING TA’SIRI 163
Abdinazarova Bibixonim Rashid qizi

INKLYUZIV TA’LIM TIZIMIDA O‘QUVCHILARNING PSIXOLOGIK MOSLASHUV JARAYONINI QO‘LLAB-QUVVATLASH: SAMARALI PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK YONDASHUVLAR 166
Abdullayeva Yulduz Muftillo qizi, Giyazova Zuhro Sattorovna

ZAMONAVIY BOSHQARUV TIZIMLARIDA QAROR QABUL QILISH SAMARADORLIGI 169
Umarova Navbahor Shokirovna, Artikov Samandar Arzikulovich

IJTIMOIY PSIXOLOGIK TADQIQOTLARDA OILA VA OILAVIY QADRIYATLARNING O‘RGANILGANLIK HOLATI 172
Abibullaeva Perdegul Ongarbaevna

OILAVIY JANJALLAR NATIJASIDA YUZAGA KELUVCHI STRESS VA DEPRESSIV HOLATLARNING PSIXODIAGNOSTIKASI 174
Boboyeva Feruza Azimjonovna

ZAMONAVIY O‘SMIR SHAXSINING EMOTSIONAL INTELLEKTI RIVOJLANISHIDA IJTIMOIY OMILLARNING ROLI 178
Ergashev Dilshod Tirkash o‘g‘li

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DIGITAL INFORMATION USE THAT CONTRIBUTE TO THE EROSION OF SOCIAL NORMS IN THE MINDS OF YOUNG PEOPLE 180
Ganiev Maksudjon Najimovich

ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI 184
Gulnafar Abdullayeva

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA PSIXOLOGIK OMILLARNING AHAMIYATI 187
Hasanova Dilshoda Avazbek qizi

EMOTSIONAL INTELLEKT - ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOIY – PSIXOLOGIK MUAMMOSI SIFATIDA 190
Ismailova Nilufar Baxadirovna

OILALARDA INTERNETGA TOBELIKNING BUGUNGI KUNDAGI HOLATI 193
Kushakova Nargiza Islambayevna, Ergasheva Sarvinoz Shavqiddin qizi

AKADEMIK PROKRASTINATSIYANI O‘RGANISH BO‘YICHA XORIJIY OLIMLAR TAHLILI 196
Mardiyeva Shaxnoza Amirovna

STEAM TA’LIM VOSITASIDA O‘QUVCHILARNING KREATIV QOBILIYATINI RIVOJLANTIRISHNING AHAMIYATI 199
Matkarimova Nilufar

MAKTABGACHA YOSHDA BOLANING MUVAFFAQIYATLI IJTIMOIYLASHUVI MEZONLARI 203
Norbosheva Maqsuda Achilovna

DEVIANT XULQ-ATVORLI O‘SMIR QIZLARDA HIMOYA MEXANIZMLARINING IJTIMOIYLASHUVGA TA’SIRI 206
Parpiyeva Shaxnoza

PSIXOLOGIYADA O‘ZINI O‘ZI FAOLLASHTIRISH FENOMENIGA NISBATAN ILMIY YONDASHUVLAR 209
Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li, Istamburiyev Muhammadali Abdulazizovich

VELOSIPED SPORT TURI BILAN SHUG‘ULLANUVCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 212
Raxmonova Go‘zal Bobir qizi

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENTS’ INTERPERSONAL COMMUNICATION 215
Salomov Shamsiddin Sabokhiddin ugli

RUHIY SALOMATLIKNI QO‘LLAB-QUVVATLASH ORQALI BO‘LAJAK LOGOPEDLARNING INKLYUZIV FAOLIYATGA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH 219
Sharifova Maxliyo Zarif qizi

TALABALARDA TA’LIM JARAYONIGA MOSLASHISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 222
Ubaydullayev Nuriddin Toxir o‘g‘li

PEDAGOGIK JAMOALARDA PROJECT MANAGEMENT METODLARINING JAMOAVIY MOTIVATSIYAGA TA’SIRI 225
Umarova Navbahor Shokirovna, Ashurov Muhammad Zokir o‘g‘li

AYOLLARDA KASB VA OILA MUVOZANATINI TA’MINLASHNING PSIXOLOGIK OMILLARI 227
Zuxra Mansurxonova

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ВЫЯВЛЕНИЯ КРИМИНАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ 230
Пардаева Умида Мухтар қизи

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE LIFE POSITION OF UNORGANIZED YOUTH 234
Atabayeva Nargis Batirovna, Alimjonova Durdona Yunusjon qizi

YOSHLARNI OTA-ONALIK MAS’ULIYATIGA TAYYORLASH - PSIXOLOGIYANING DOLZARB MUAMMOSI SIFATIDA 238
Bilolova Zamira Baxtiyarovna

OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINI TADQIQ ETISHNING NAZARIY JIHATLARI 241
D.U.Abdullayeva, I.X.Panjiyeva

SHAXS IJTIMOIY MOSLASHUVIGA TA’SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLARNING O‘ZIGA XOSLIGI 244
Dusboyev Asliddin Turgunovich

PSYCHOLINGUISTIC FOUNDATIONS OF SOCIOLINGUISTIC COMPETENCE AND ITS STRUCTURAL COMPONENTS 247
G.A.Valiyeva

YOSH OILALARNING MUSTAHKAMLIGIGA ZAMONAVIY AXBOROT VOSITALARIDAN FOYDALANISHNING TA’SIRI 250
Kushakova Nargiza Islambaevna

TALABALARDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK KOMPETENTLIK SHAKLLANISHINING DINAMIK XUSUSIYATLARI 253
Nazarova Malohat Axmedovna

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENTS’ INTERPERSONAL COMMUNICATION 255
Salomov Shamsiddin Sabokhiddin ugli

OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINI BARQARORLASHTIRISHDA AFILIATSIYA MOTIVINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 259
Samatova Sevara G‘ayratovna

GENDER STEREOTIPLARI - QABUL QILINGAN ME’YOR VA QOIDALARGA XULQ-ATVORINI MOSLASHTIRISH 263
Saribayeva Umida Sattarovna

DINIY MUTAASSIBLIK, EKSTREMIZM VA TERRORCHILIKNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 266
Sobirov Jamoliddin, Nazarov A.S.

O‘QUVCHI YOSHLARNING O‘ZARO MUNOSABATLARDA TEAM BUILDING TA’SIRI VA AHAMIYATI 267
Turayev Nurmuhammad Alibek

O‘SMIRLARDA DEVIANT XULQNING KONATIV ASPEKTLARI BO‘YICHA PSIXODIAGNOSTIK TAHLIL (HUDUDIY VA GENDER FARQLARI MISOLIDA) 269
Turayeva Gulchehra Urayimovna

TALABALAR IJTIMOIY FAOLLIGINI OShIRIShNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI 273
Umarov Saidnemat Burxanovich

O‘SMIRLIK DAVRIDA DEVIANT XULQ-ATVOR NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 275
Umarova Navbahor Shakirovna, Xalilova Sarvinoz Qodirali qizi

TA’LIM MUASSASALARIDA BOSHQARISHDA KOGNITIV MENEJMENT YANGI MODELI SIFATIDA 278
Umarova Navbahor Shokirovna, Sadinova Marjona Akmal qizi

SPORTCHILAR OILASIDAGI SIBLINGLAR MUNOSABATLARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 281
G.H.Usmonova 281

YOSHLAR PSIXOLOGIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA QADRIYATLAR TIZIMI VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARNING O‘ZARO TA’SIRI: NAZARIY ASOSLAR VA EMPIRIK TAHLIL 283
X.A. Bobanov

KIBERIJTIMOIYLASHUV IJTIMOIY PSIXOLOGIK HODISA SIFATIDA 287
Yuldashev S.R., Muhiddinova M.N

MILLIY VA DINIY URF-ODAT VA AN’ANALARDA AXLOQ NORMALARINING MUJASSAMLASHGANLIGI 289
D.Sh.Yuldashova, Miraliyeva Zulayxo Abdurauf qizi, Xidirova Gulhayo Muhiddin qizi

РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ 292
Аскарова Гулрух, Ашурова Анастасия

КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА 296
Аскарова Гулрух, Рахимова Робиябону

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА «Я» У ПОДРОСТКОВ 300
Махмудова Диларом Ахмадовна, Сафаев Музаффар Зафар угли

СЕМЕЙНАЯ СИНЕРГИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ “Я-КОНЦЕПЦИИ” В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ 303
Одилова Наира Гулямовна

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

3-Sho‘ba. Yosh va pedagogik psixologiya: ta’lim-tarbiya jarayonidagi muammolar 307

TA’LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK KONTRAKTNI MUSTAHKAMLASH UCHUN TASHKILIY-PSIXOLOGIK INTERVENSIYALAR 308
Umarova Navbahor Shokirovna, Bayzaqova Madina Ibragimovna

TA’LIM OLISH JARAYONIDA STRESSGA BARQARORLIK NAMOYON BO‘LISHINING YOSH PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 312
N.Z.Ismoilova, M.K.Ismoilova

BOLALARDA AXBOROT TEXNOLOGIYALARINING PSIXOLOGIK TA’SIRI 315
Aliyeva Kamola Saidnegmatovna, Tulqunova Barnooy Behzodjon qizi

PEDAGOGLARDA KASBIY STRESSNING NAMOYON BO‘LISH XUSUSIYATLARI 317
Boymirzayeva Nafisaxon Baxodir qizi

O‘ZBEKISTONDA STEAM TA’LIM TEXNOLOGIYASINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK XUSUSSIYATLARI 321
G.M.Qurbonova

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DIGITAL INFORMATION USE THAT CONTRIBUTE TO THE EROSION OF SOCIAL NORMS IN THE MINDS OF YOUNG PEOPLE 324
Ganiev Maksudjon Najimovich

TALABALARDA PROKRASTINATSIYA DARAJASINI KAMAYTIRISH VA OLDINI OLISHNING NAZARIY TAHLILI 328
Ismailov Sanjarbek Sherzod o‘g‘li

O‘SMIRLARDA DEVIANT XULQ SHAKLLANISHINING OTA-ONA MUNOSABATLARI BILAN BOG‘LIQLIGI 331
Mo‘minova Dilrabo Murodillayevna

O‘SMIRLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI 334
N.Z.Ismoilova, S.S.Berdiyeva, H.T.Baxriddinova

ZO‘RAVONLIKKA UCHRAGAN O‘SMIRLAR ORASIDA COPING STRATEGIYALARINING SHAKLLANISHIGA IJTIMOIY QO‘LLAB-QUVVATLASH OMILLARINING TA’SIRI 337
Nishanova Zamira Taskarayevna, Komilova Komila Inomjon qizi

O‘SMIRLARNI AGRESSIV XULQ-ATVOR FENOMENINI PSIXOLOGIK JIHATLARINI O‘RGANISH 339
Norqulova Dildora Shavkat qizi

OLIY TALIM PEDAGOGLARDA FRUSTRATSION TOLERANTLIKNI NAMOYON BOLISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 342
Nurmatov Nurhayot Nurziyot o‘g‘li

TALABALAR O‘ZINI O‘ZI FAOLLASHTIRISHI MUAMMOSINING MAHALLIY MUHITDA TADQIQ ETILISHI 345
Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li

TALABALARDA TADQIQOTCHILIK QOBILYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 348
Saidakbarova Nigora

O‘SMIRLIK DAVRIDA DEVIANT XULQNING SHAKLLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI OMILLAR 351
Sattarova Shahnoza Qo‘chqarovna, Erkinjonova Raximaxon Baxtiyor qizi

TA’LIM TASHKILOTLARIDA “WELL-BEING MANAGEMENT” TIZIMINI JORIY ETISH: IJTIMOIY-PSIXOLOGIK YONDASHUV DOIRASIDAGI TAHLIL 353
Umarova Navbahor Shokirovna, Muminov Temurbek Uralbaevich

GLOBALLASHUV DAVRIDA O‘SMIRLARNING HAYOTIDA PSIXOLOGIYANING AHAMIYATI 356
Xolmuratova Mahbuba Maxmudovna, Mannonov Hamid Xolmurod o‘g‘li, Isroilova Sevinch Sobirjon qizi

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПЕДАГОГОВ В СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЯХ 359
Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Халматова Мумтоза Зафаржон кизи

ВЛИЯНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ 363
Лутфуллаева И.А.

RIVOJLANGAN XORIJIY MAMLAKATLAR TA’LIM TIZIMIDA MAKTAB DIREKTORLARINING BOSHQARUV MADANIYATI 365
Abdulxayeva M.B.

INNOVATSION TALIM TIZIMIDA TALABALARNI KREATIV TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI 369
Masharipova Saida Rahimovna, Jiyanboeva Sadokat Shonazarovna

FORMATION OF SOCIO-COMMUNICATIVE SKILLS IN STUDENTS THROUGH BILINGUISTICS BASED ON AN INTEGRATIVE APPROACH 372
Najmiddinova Gulnoza Odilovna

O‘QITISH JARAYONIDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI 376
Safarova Dilnoza Kuchkarovna, Kasimova Dildora Xusanovna

ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI 379
Saidakbarova Nigora Abduraxim qizi, Saydiraxmonova Durdona Abror qizi

PEDAGOGLARDA KREATIVLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI 382
Sh.D.Ablakulov

PSYCHOLOGICAL BASES OF POSITIVE PSYCHOLOGY AND POSITIVITY IN PEDAGOGICAL ACTIVITY 385
Shakhnoza Sattarova Kochkarovna

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PROFESSIONAL ADAPTATION 388
Shodiyeva Rayhon Saydullayevna

YOSH VA PEDAGOGIK PSIXOLOGIYA: TA’LIM-TARBIYA JARAYONIDAGI MUAMMOLAR 391
Tuqboyeva Dilshoda Zaynievna, Saliddinova Nilufar Lochin qizi

O‘ZBEKISTON OLIY TA’LIM DASTURLARINI XALQARO AKKREDITATSIYADAN O‘TKAZISH TAJRIBASI 393
Tursunov Tajimurad Mirsaidovich, Berdiqulov Ravshan Shavkatovich

PEDAGOGIK DIAGNOSTIKA PEDAGOGIKANING ILMIY VA AMALIY SOHASI SIFATIDA 396
Umarova Malika Xisabidinovna, Xolboboyeva M.A.

TA’LIM MUASSASALARIDA LIDERLIK KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING ZAMONAVIY YO‘NALISHLARI 399
Umarova Navbahor Shokirovna, Sobirova Shahlo Saminjonovna

O‘QUV MOTIVATSIYASI MUAMMOSI XORIJ PSIXOLOGIYASIDA TADQIQOTLAR PREDMETI SIFATIDA 402
D.Sh.Yuldashova

ПРИМЕНЕНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ОБУЧЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК 405
Алиева Камола Саиднегматовна

ФОРМИРОВАНИЕ КОГНИТИВНОЙ АКТИВНОСТИ КАК ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ НАУЧНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПЕДАГОГА 408
Анварова Хуснора Давронбек кизи

ЗНАЧЕНИЕ И РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ 411
Асанова Гузаль Мухарамовна, Нуруллаев Адхамбек

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЕЖИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ 414
Аскарова Гулрух Оринбасаровна

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФРУСТРАЦИОННОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ 418
Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Рустамова Мубина Эркин кизи

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

УМЕНИЯ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ТРУДОВОМ ЗАДАНИИ У УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 422
Зохидова К.Х.

РОЛЬ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ И ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ 424
М.М.Агзамова, Карпенко А.А.

КОГНИТИВНЫЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ МОТИВАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА У МОЛОДЕЖИ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ (ПОКОЛЕНИЯ Z И ПОКОЛЕНИЯ ALPHA) 427
Мухамеджанова Р.Р.

4-Sho‘ba. Amaliy psixologiya: psixologik xizmat muammolari va innovatsion yechimlari 430

PEDAGOGIK JAMOALARDA PROJECT MANAGEMENT METODLARINING JAMOAVIY MOTIVATSIYAGA TA’SIRI 431
Umarova Navbahor Shokirovna, Ashurov Muhammad Zokir o‘g‘li

ИСТОРИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ПОНЯТИЯ «ОДАРЁННОСТЬ» 433
Байбаева Мухайе Худайбергеновна, Зайниддинова Хилола Абдилвахоб кизи

GLOBALLASHUV JARAYONIDA HUQUQBUZARLIKLAR PSIXOPROFILAKTIKASI MUAMMOLARI 436
Qodirov Obid Safarovich, Utayev Umid Saidaloyevich

TURLI AVLOD VAKILLARIDA KASBIY MOTIVATSIYA VA KASB TANLASH MEXANIZMLARINING PSIXOLOGIK TAHLILI 439
Jabborov Xazrat Xusenovich, Kamola Xodjaeva

STRESS HAQIDA UMUMIY PSIXOLOGIK TUSHUNCHA 442
Aksakalova Nilufar Oybekovna

XOTIN-QIZLARDA OILAVIY ZO‘RAVONLIKDAN KEYINGI STRESS HOLATLARINI OPTIMALLASHTIRISHNING IJTIMOIY PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI 446
Alimova Umida Raxmatillayevna

BOJXONA TIZIMI XODIMLARIDA STRESSGA BARQARORLIKNI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 449
Fayzullayeva Xurshida Erkin qizi

KASBIY O‘ZINI ANGLASH VA O‘ZINI RIVOJLANTIRISH MOTIVLARI 452
G.Andakulova

VIRTUAL MULOQOT VA RAQAMLI IJTIMOIY MUHITDA YOSHLARNING DEVIANT XULQ-ATVORI SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI 455
G‘aniyev Maqsudjon Najim o‘g‘li, Nizomiddinova Feruza Faxriddin qizi, Bahriddinova Hulkaroy Tojiddinova

RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA PSIXOLOGIK OMILLARNING AHAMIYATI 460
Hasanova Dilshoda Avazbek qizi

IJTIMOIY TARMOQLARNING SHAXS RIVOJLANISHIGA TA’SIRI 463
Ismoilova Dilso‘z, Murodjonova Mavzuna Latifjon qizi, Tilapboyeva Rayxona Komiljon qizi

TALABALARDAGI KOMMUNIKATIV VA IJTIMOIY KOMPETENTLIK XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISH 466
Nazarova Malohat Axmedovna

FORMATION OF COMMUNICATIVE SKILLS IN STUDENTS WITH HEARING IMPAIRMENTS 469
Shakhnoza Pulatova

O‘SMIR YOSHIDAGI O‘QUVCHILAR SAMARALI MULOQATDA O‘QITUVCHILARNING KOMMUNIKATIV SIFATLARNI NAMOYON BO‘LISHI 472
Xalmuratova Dilaram Abdikarimovna, Saydazimova Ziyoda Baxtiyor qizi, Nurmuhammedova Mohidil Nodir qizi

RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR ASRIDA TA’LIM JARAYONINI BOSHQARISH INNOVATSIYALARI 475
Mamanazarova Nargiza Komildjanovna, Mirzayeva Shaxida Abdinabiyevna

O‘SPIRINLARNING IJTIMOIY TARMOQLARDAGI MULOQOT MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI. 478
Salomov Shamsiddin Saboxiddin o‘g‘li, Yaxshiboyeva Ruxshona Husniddin qizi, Alimjonova Durdona Yunusjon qizi

MOSLASHUVCHAN XULQ-ATVOR XUSUSIYATI, IFODALANISH MUAMMOLARI 482
Sh.B.Qurbanova

KONCHILIK VA QAZIB OLISH SANOATI SOHASIDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI QO‘LLAB-QUVVATLASH TIZIMI 487
Sh.U. Turobova

SHAXS VAQTINI IDROK ETISH VA BOSHQARISHNING TO‘RT USULI 491
Solayev Og‘abek Ilhombek o‘g‘li

AYBDORLIK HISSINING NAMOYON BO‘LISHI: XORIJ OLIMLARI TADQIQOTLARIDA YORITILISH 494
Sultanova Saida Muhiddin qizi

EDUKOLOGIYA VA KOMMUNIKATSIYANING KESISHGAN NUQTALARI: METODOLOGIK QARASHLAR TAHLILI 496
To‘g‘onboyeva Qizlarxon Ikromjon qizi, Ruzmetova Xilola Abdusharipovna

ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR 501
Tuqboyeva Dilshoda Zaynievna, Mardonova Mardona Farhodovna

CORRECTION OF ANXIETY IN ChILDREN 503
Umarova M.Kh., Sabirova N. I.

PEDAGOGIK DIAGNOSTIKANING MAQSADI VA SHAXS RIVOJLANISHIDAGI O‘RNI 505
Umarova Malika Xisabidinovna, Abdurasulova Ra’no Saloxiddinovna

VIRTUAL MUZEYLAR VA ULARNING TARBIYAVIY IMKONIYATLARI 508
Voxidova N.X., Yusupova M. U.

O‘SMIR YOSHIDAGI O‘QUVCHILAR SAMARALI MULOQATIDA O‘QITUVCHILARNING KOMMUNIKATIV SIFATLARI NAMOYON BO‘LISHI 510
Xalmuratova Dilaram Abdikarimovna, Saydazimova Ziyoda Baxtiyor qizi, Nurmuhammedova Mohidil Nodir qizi

O‘SMIRLARNING PUL HAQIDAGI IJTIMOIY TASAVVURLARI SHAKLLANISHIDA ETNOPSIXOLOGIK QADRIYATLAR VA MADANIY IDENTIFIKATSIYA OMILLARINING O‘ZARO TA’SIRI 512
Xolmuratova Mahbuba Maxmudovna

INSON PSIXIKASI TASHQI MUHIT VA ICHKI HOLAT O‘RTASIDAGI O‘ZARO TA’SIR NATIJASIDA SHAKLLANISHI 515
Xolmurotova Mahbuba Mahmudovna, Ergashova Shaxinabonu Boboqulovna, Safarova Lobar Alisherovna

ОТКЛАДЫВАНИЕ ДЕЛ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ: МЕХАНИЗМЫ И ПРИЧИНЫ ПРОКРАСТИНАЦИИ 518
Асанова Гузаль Мухарамовна, Ганибекова Ситора

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ПОДРОСТКОВ 521
Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Шапранова Милана Павловна

МОТИВАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОСУЖДЕННЫХ К ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОБУЧЕНИЮ В ПЕНИТЕНЦИАРНОЙ СИСТЕМЕ 525
М.А.Сайдуллаева

5-Sho‘ba. Shaxsning ruhiy salomatligi va salomatlik psixologiyasining dolzarb masalalari 529

O‘SMIRLIK DAVRIDAGI BOLALARDA AGRESSIYANING NAMOYON BO‘LISHI VA UNI BARTARAF ETISH USULLARI 530
Jalilova S.X., Aloyeva F., G‘aybullaeva A.

TA’LIM MUASSASALARIDA HR-MENEJMENT TIZIMINI JORIY ETISHNING SAMARADORLIGI 533
Umarova Navbahor Shokirovna, Bekmuratova Kamola Xasanovna

BOLALARNI ZO‘RAVONLIKDAN HIMOYA QILISH MEXANIZMLARI 535
Abbosova Uzrobonu Erkin qizi

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

AUTIZM SPEKTRI BUZILISHI BO‘LGAN MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA VIDEOMODELLASHTIRISHNING IJTIMOIY KO‘NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHDAGI AHAMIYATI 538
Atabayeva Dilrabo Ixtiyor qizi

GLOBAL O‘ZGARISHLAR FONIDA KASBIY STRESS 543
Bog‘bekova Dilnoza Shonazarovna

GIPERTONIYA BILAN OG‘RIGAN BEMORLARDA STRESSNI BOSHQARISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI 546
Eshchanova Nasiba Matnazarovna

SHAXSNING RUHIY SALOMATLIGI VA SALOMATLIK PSIXOLOGIYASINING DOLZARB MASALALARI 549
Inogamova Shaxzoda Raximovna

NEUROPROTECTIVE PROPERTIES OF PROPOFOL AND SEVOFLURAN: POSSIBILITIES OF PREVENTING THE DEVELOPMENT OF DYSFUNCTION IN COGNITIVE PROCESSES 553
Karimova G. Kh., Khodjimurodova M. Yu.

YETUKLIK DAVRIDA INSULT TASHXISLI BEMORLAR BILAN PSIXOKORREKSION ISH OLIB BORISHNING DASTURIY ASOSLARI 556
L.U.Atajanova

SHAXS RUHIY SALOMATLIGINING PSIXOLOGIK VA IJTIMOIY DETERMINANTLARI 558
N.A.Saidakbarova, Karimova Gulnoza

GIPERTONIYA KASALLIGIDA BEMORLARDA NARKOZDAN SO‘NG XOTIRANI O‘ZGARISHI 561
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Axmatova Diyora Donyor qizi, Ulug‘babayeva Soliha G’ayratjon qizi

ZO‘RAVONLIKKA UCHRAGAN AYOLLAR BILAN PSIXOLOGIK MASLAHAT TASHKIL ETISH TAMOYILLARI 564
Nazarova Muharram Yunus qizi

SHAXS RIVOJLANISHI VA SALOMATLIGINI ASRASHDA IJTIMOIY TARMOQLARNING O‘RNI 567
O.M. Zaripov

BULLING VA ZO‘RAVONLIK HOLATLARINING PSIXOLOGIK, IJTIMOIY VA PEDAGOGIK OMILLARI 569
Qarshiyeva Dilafruz, Sattorova Mohinur Sherali qizi

MAHALLIY NARKOZ PAYTIDA TAFAKKURNING YO‘QOLMASLIGI 572
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Nizomova Munisa Amriddinova, Raximova Shaxnoza Ravshanovna

SHAXSNING RUHIY SALOMATLIGI VA SALOMATLIK PSIXOLOGIYASINING DOLZARB MASALALARI 575
Pulatova Gulnoza Murodilovna, Umrzaqova Gulzoda Abdurahmon qizi

NEVROTIK BEMORLARDA XISSIY O‘ZGARISHLAR 578
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Ostonayeva Novbaxor Mamaraimovna, Inomova Odina Abdulvohid qizi

COVID-19 PANDEMIYASINING INSON RUHIYATIGA TA’RISI 581
Qadirova Shahnoza Saidabdullayevna

NARKOZDAN SO‘NG BEMORLARDA XOTIRANI TIKLANISHI 584
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Shukurova Nigora Qudratila qizi

NUTQIDA KAMCHILIGI BO‘LGAN BOLALAR BILAN OLIB BORILADIGAN PSIXOKORREKSION ISHLAR TIZIMI 587
S.A.Mamatisayeva

OPERATSIYADAN SO‘NG SEZGI JARAYONLARINING TIKLANISHI 590
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Tojiyeva Go‘zal Karimjonovna, Ollamova Nargiza Hamdam qizi

TA’LIM MUASSASALARIDA BOSHQARUV TIZIMINING SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA “DIGITAL TWIN” (RAQAMLI EGIZAK) TEXNOLOGIYASI ASOSIDA MODELLASHTIRISHNING ILMIY-AMALIY ASOSLARI 593
Umarova Navbahor Shokirovna, Gaymnazarov Odiljon Kurbanovich

BOLALIKDAGI PSIXOLOGIK JAROHATLARNING O‘SMIR SHAXSIY IDENTIFIKATSIYASI SHAKLLANISHIGA TA’SIRI: RETROSPEKTIV TAHLIL ASOSIDAGI YONDASHUV 596
Xudayberganova Roziya Nurniyazovna

BOLALARDA NARKOZDAN SO‘NG SEZGINI YUQORI BO‘LISHI 599
Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Zakirova Sadoqat Kudaybergenovna, Yangiboyev Zokir Tohir o‘g‘li

НЕВРОЗЫ У ДЕТЕЙ: ПРИЧИНЫ И СИМПТОМЫ 602
Абдурахимов Дониёр Абдусаидович

INVESTIGATION OF THE RECOVERY OF COGNITIVE PROCESSES AND MEMORY FUNCTIONS AFTER GENERAL ANESTHESIA THROUGH NEUROPSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL MEASUREMENTS. 605
Karimova Gulchexra Khamidullayevna

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СЕМЬИ В УСЛОВИЯХ БОЛЕЗНИ РЕБЁНКА 608
Асанова Гузаль Мухарамовна

NARKOZDAN SO‘NG UYQU BUZILISHLARI 612
Karimova Gulchexra Xamidullayevna, Kilichova Gulnoza Bobomurotova, Xalikova Shaxzoda Radjabovna

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕТСКОГО АУТИЗМА: ФАКТОРЫ, ПРОЯВЛЕНИЯ, ПРОБЛЕМЫ 616
Асрарханова Эътибор Абдувахаб қизи

БЕССОННИЦА И ПСИХОЛОГИЯ: ВЫЗОВЫ И ЦИФРОВЫЕ РЕШЕНИЯ (с включением проекта «Веб-приложение для людей, страдающих бессонницей») 620
Туракулова И. Х., Делеверханов С. А.

ILK O‘SPIRINLARDA STRESSNI KELTIRIB CHIQARUVCHI OMILLAR HAQIDAGI TASAVVURLARNING O‘ZIGA XOSLIGI 623
N.Z.Ismoilova

STRESSGA BARDOSHLILIK – SHAXS RUHIY SALOMATLIGINING ASOSI SIFATIDA 626
Ruzmatova Nigina Shotilla qizi

O‘SMIRLIK DAVRIDA XULQIY OG‘ISHLARNI KORREKSIYALASH USULLARI 629
To‘raboyev Azamat Muxamadullayevich

SCIENTIFIC APPROACHES TO THE FORMATION OF STRESS RESISTANCE 632
Tuychiyeva Shakhlo Shavkatovna

TALABALARDA RUHIY SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ROLI 634
Xajiyeva Iroda Adambayevna

MASS-MEDIANI TA’SIRI OSTIDAGI O‘Z JONIGA QASD QILISH: VERTER SINDROMI PSIXOLOGIYASI TAHLILI 637
Xudoyberganova Sharofat G‘ofurjon qizi

NERV KASALLIKLARDA BEMORLARDA HISSIY O‘ZGARISHLARI 641
Xujamova Ruhshona G‘olib qizi

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ 643
Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Абдуллина Аделина Маратовна

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ В СУДЕБНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЕ 647
Мухтарова Азиза Эркиновна

INTROVERT VA EKSTROVERT SHAXSLARNING INGLIZ TILINI O‘ZLASHTIRISHDAGI PSIXOLOGIK FARQLARI 650
Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna, Ochilova Xurshida Bahromovna

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARINING TANQIDIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI 652
Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna, Yusupova Xursanoy Fazliddin qizi

МЕНЕДЖМЕНТ ИММЕРСИВНОЙ ИНКЛЮЗИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ 655
Оманова Гулноза Абдиназаровна

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

KO‘P MILLATLI TA’LIM MUASSASALARIDA YETAKCHILIK USLUBLARINING ETNOPSIXOLOGIK JIHATLARI 658
Umarova Navbahor Shokirovna, G‘ayratova Malohat O‘tkir qizi

TA’LIM TASHKILOTLARIDA QAROR QABUL QILISH JARAYONIDA BIXEVIORIAL MENEJMENT NAZARIYASINING MOHIYATI 660
Umarova Navbahor Shokirovna, Sangirova Nargiza Yuldashevna

RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA PSIXOLOGIK OMILLARNING AHAMIYATI

Hasanova Dilshoda Avazbek qizi
Andijon viloyati, Buloqboshi tumani
“Inson” ijtimoiy xizmatlar markazi, psixolog
E-mail: dilshodaxon@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur tezisda shaxsning ruhiy salomatligini ta’minlash va uni mustahkamlashda psixologik omillarning o‘rni tahlil qilinadi. Jamiyatda kechayotgan ijtimoiy o‘zgarishlar inson ruhiyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu bois, ruhiy salomatlikni saqlashning ilmiy asoslarini ishlab chiqish va psixoprofilaktika tizimini rivojlantirish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Kalit so‘zlar: ruhiy salomatlik, psixologik omillar, stress, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, motivatsiya, refleksiya, psixoprofilaktika, psixologik madaniyat.

Abstract: This thesis analyzes the role of psychological factors in maintaining and strengthening an individual’s mental health. The social changes taking place in society directly affect human psychology. Therefore, developing scientific foundations for mental health preservation and improving the system of psychoprophylaxis are among the urgent issues of today.

Key words: mental health, psychological factors, stress, social support, motivation, reflection, psychoprophylaxis, psychological culture.

Аннотация: В данной тезисе анализируется роль психологических факторов в обеспечении и укреплении психического здоровья личности. Социальные изменения, происходящие в обществе, напрямую влияют на психику человека. Поэтому разработка научных основ сохранения психического здоровья и развитие системы психопрофилактики являются актуальными задачами современности.

Ключевые слова: психическое здоровье, психологические факторы, стресс, социальная поддержка, мотивация, рефлексия, психопрофилактика, психологическая культура.

KIRISH

Ruhiy salomatlik inson hayotining eng muhim jihatlaridan biri bo‘lib, u nafaqat shaxsiy farovonlik, balki jamiyatning ijtimoiy barqarorligi va taraqqiyotida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Insonning ruhiy holati uning qaror qabul qilish jarayoni, munosabatlar sifati, mehnat samaradorligi va hayotdan qoniqish darajasini belgilaydi.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma’lumotlariga ko‘ra, bugungi kunda dunyo bo‘yicha har to‘rt kishidan biri hayotining ma’lum bir bosqichida ruhiy buzilish yoki stress bilan bog‘liq muammolarga duch keladi. Bu ko‘rsatkich jamiyatning psixologik farovonligini ta’minlash masalasini global muammolardan biriga aylantirmoqda.

O‘zbekiston Respublikasida so‘nggi yillarda aholining ruhiy salomatligini mustahkamlash borasida qator davlat dasturlari va huquqiy hujjatlar qabul qilindi. Jumladan, 2023-yil 3-iyuldagi PQ-200-son qarorda aholiga psixologik yordam ko‘rsatish tizimini takomillashtirish, ijtimoiy xizmatlarda psixologlar faoliyatini kengaytirish belgilab berilgan. Shuningdek, 2024-yil 27-dekabrdagi 490-sonli buyruq 2025-yilda o‘tkaziladigan ilmiy-amaliy tadbirlar rejasida psixologik tadqiqotlar va amaliyotlarni rivojlantirishni ko‘zda tutadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Shunday qilib, ruhiy salomatlik masalasi bugungi kunda nafaqat individual, balki davlat va jamiyat darajasida ham dolzarb masalaga aylangan.

1. Ruhiy salomatlik tushunchasi va mohiyati

Ruhiy salomatlik — bu insonning hissiy, aqliy va ijtimoiy jihatdan uyg‘un rivojlanish holatidir. Bu holatda shaxs o‘z hayotidan qoniqadi, maqsad sari intiladi va jamiyat bilan sog‘lom munosabatlar o‘rnatadi.

Psixolog olim R.S. Lazarus ta’kidlashicha, “insonning ruhiy salomatligi – bu stress holatlariga moslashish va hissiy muvozanatni saqlab qolish qobiliyatidir” [3]. Ruhiy barqarorlik shaxsga hayotdagi muammolarga konstruktiv yondashish, ijobiy fikrlash va o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon etish imkonini beradi.

O‘zbekiston sharoitida ruhiy salomatlikning asosiy ko‘rsatkichlari sifatida oilaviy muhit, diniy va milliy qadriyatlarga sodiqlik, ijtimoiy birdamlik, mehr-oqibat va o‘zaro yordam qadriyatlari alohida ahamiyatga ega. Bu omillar milliy mentalitet asosida shakllangan psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi.

2. Ruhiy salomatlikni belgilovchi psixologik omillar

Ruhiy salomatlikka ta’sir ko‘rsatuvchi asosiy psixologik omillar quyidagilardir:

a) Stressni boshqarish va emotsional barqarorlik

Stress — hayotdagi tabiiy reaksiya bo‘lib, insonni o‘zgarishlarga tayyorlaydi. Ammo ortiqcha yoki surunkali stress salbiy oqibatlarga olib keladi. Shuning uchun shaxs stressni boshqarish ko‘nikmalariga ega bo‘lishi zarur. Kognitiv-behavioral terapiya (CBT) usullari stressni kamaytirishda yuqori natija beradi [3].

Shaxsda stressga qarshi psixologik immunitetni rivojlantirish uchun ijobiy fikrlash, vaqtni to‘g‘ri rejalashtirish, nafas mashqlari va meditatsiya amaliyotlari samarali hisoblanadi.

b) Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi

Ruhiy salomatlikni mustahkamlovchi eng kuchli omillardan biri — bu ijtimoiy aloqalar. Oila, do‘stlar, hamkasblar va jamoaning yordam berishi insonda xavfsizlik hissini uyg‘otadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi yuqori bo‘lgan shaxslar stress, tashvish va depressiyaga kamroq duch keladi.

Ijtimoiy aloqalarni kuchaytirish, oila institutini mustahkamlash, jamoaviy faoliyatni rag‘batlantirish ruhiy farovonlikni oshirishda muhim rol o‘ynaydi.

c) O‘zini anglash va refleksiya

Refleksiya — bu shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini, fikrlarini, xatti-harakatlarini tahlil qilishi jarayonidir. Bu jarayon insonni o‘zini tushunishga, o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilishga va hissiy barqarorlikni saqlashga o‘rgatadi.

Refleksiya orqali shaxs o‘z kamchiliklarini anglaydi, ularni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqadi va bu orqali o‘z rivojlanish darajasini oshiradi.

d) Motivatsion barqarorlik

Motivatsiya ruhiy salomatlikning psixologik tayanchidir. Ichki motivatsiya kuchli bo‘lgan inson maqsad sari qat’iy harakat qiladi, muvaffaqiyatsizliklardan qo‘rqmaydi va o‘z hayotidan mamnun bo‘ladi. Psixolog M. Seligman o‘zining “Flourish” asarida baxt va ruhiy salomatlikning bevosita motivatsiya bilan bog‘liqligini asoslab beradi [5].

3. Ruhiy salomatlikni ta’minlashda zamonaviy yondashuvlar

Bugungi kunda ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlashda quyidagi ilmiy yondashuvlar samarali hisoblanadi:

1. Kognitiv-behavioral terapiya (CBT) — salbiy fikrlarni aniqlash va ularni ijobiy fikrlar bilan almashtirish orqali shaxsda stressni kamaytiradi.

2. Mindfulness (ongli kuzatish) — insonni hozirgi onga e’tibor qaratishga, emotsiyalarini boshqarishga o‘rgatadi (Kabat-Zinn, 1990).

3. Psixoprofilaktika dasturlari — o‘quv muassasalari, korxonalar va jamoalarda ruhiy salomatlikni mustahkamlashga yo‘naltirilgan amaliy mashg‘ulotlardir.

4. Psixologik madaniyatni oshirish — aholining keng qatlamlari uchun psixologik maslahat markazlari, onlayn treninglar va ommaviy axborot vositalari orqali ma’lumot berish ruhiy salomatlik madaniyatini kengaytiradi.

4. O‘zbekiston va xalqaro tajriba tahlili

O‘zbekiston tajribasida ruhiy salomatlikni saqlash masalasi so‘nggi yillarda davlat siyosatining ajralmas qismi sifatida shakllandi. “Inson qadri uchun” tamoyili asosida psixologik xizmat tarmoqlari kengaytirilmoqda. Maktablarda psixolog lavozimlari joriy etilgan, “Inson” ijtimoiy xizmat markazlari aholiga psixologik va ijtimoiy yordam ko‘rsatmoqda.

Jahon amaliyotida esa ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlashda “community-based” (jamoaga asoslangan) yondashuv samarali natija bermoqda. Masalan, Skandinaviya mamlakatlarida ruhiy salomatlikni mustahkamlash bo‘yicha dasturlar maktabgacha ta’lim tizimidan boshlab joriy etilgan.

Bu tajribalar O‘zbekiston uchun ham muhim o‘rnak bo‘lib, aholining psixologik savodxonligini oshirish, profilaktik dasturlarni kengaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Ruhiy salomatlik — insonning ichki barqarorligi, emotsional uyg‘unligi va hayotiy maqsadlarga intilishida namoyon bo‘ladigan psixologik holatdir. Ruhiy salomatlikni mustahkamlash uchun quyidagi yo‘nalishlarda tizimli ishlarni amalga oshirish zarur:

1. Ta’lim tizimida psixogigiyena madaniyatini shakllantirish, o‘quvchilarda stressni boshqarish va ijobiy fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirish.
2. Ijtimoiy xizmatlarda psixologik yordam tizimini kengaytirish, ayniqsa yoshlar va ayollar orasida psixoprofilaktika ishlarini kuchaytirish.
3. Psixologik madaniyatni oshirish, OAV va internet tarmoqlari orqali ruhiy salomatlik haqida targ‘ibot olib borish.
4. Milliy qadriyatlar va diniy-ma’naviy asoslardan foydalanish, chunki ular ruhiy barqarorlikning tabiiy manbai hisoblanadi.

Ruhiy salomatlikni saqlash orqali inson o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon etadi, jamiyat esa ijtimoiy barqarorlik va farovonlik sari dadil qadam tashlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-200-son qarori, 2023-yil 3-iyul.
2. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 490-sonli buyrug‘i, 2024-yil 27-dekabr.
3. Lazarus, R. S. (1999). Stress and Emotion: A New Synthesis. Springer Publishing.
4. Kabat-Zinn, J. (1990). Full Catastrophe Living. New York: Dell.
5. Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. Free Press.
6. World Health Organization (2022). Mental health: strengthening our response.