



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIIY 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 IJTIMOY-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 TASHKILY 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 IJTIMOY-PSIXOLOGIK TAHLILI .....	53
Umarova Navbahor Shokirovna	
EMOTIONAL BURNOUT AND STRESS AS PSYCHOLOGICAL RISKS OF A NOTARY'S PROFESSIONAL ACTIVITY .....	56
Arystanbek Aiymszhan, Aitysheva Aigul Mukataevna	
UYUSHMAGAN YOSHLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MOSLASHGANLIGINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	59
Atabayeva Nargis Batirovna	
MUAMMOLI PEDAGOGIK VAZIYATLARDAGI 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	

INKLYUZIV PSIXOLOGIYA KONSEPSIYASI: IMKONIYATI CHEKLANGAN SHAXSLARNING PSIXOLOGIK RIVOJLANISHINI O'RGANISHDA ZAMONAVIY METODOLOGIK YONDASHUVLAR.....	70
<b>Abdullayeva Yulduz Muftillo qizi</b>	
OILAVIY MUNOSABATLAR TRANSFORMATSIYASI JARAYONLARIDA YOSH OILA VAKILLARI XULQIDAGI AYRIM MUAMMOLAR.....	72
<b>V.M. KARIMOVA</b>	
UMUMIY O'RTA TA'LIM TIZIMIDAGI PSIXOLOGIK XIZMATNI TAKOMILLASHTIRISH ZARURATI MASALALARI .....	75
<b>Akramova Feruza Akmalovna</b>	
TALABALARDA ALTRUIZM NAMOYON BO'LISHIGA SHAXS XUSUSIYATLARINING TA'SIRI .....	77
<b>Kamolova Nilufar Davir qizi</b>	
PEDAGOGLARDA KASBIY STRESS VA UNING OQIBATLARI .....	82
<b>Karshiyeva Dilafuz Suyunovna</b>	
SINERGETIK TAFAKKUR — ZAMONAVIY TA'LIM JARAYONINING INNOVATSION YO'NALISHI.....	84
<b>Masharipova Farog'at Matrasulovna</b>	
OILADA MA'NAVIY, AXLOQIY VA MADANIY MALAKALARNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI .....	88
<b>Mirabdullayeva Shoiraxon Abdulkayevna</b>	
OLIY TA'LIM MUASSASASI IMIJINI BELGILOVCHI ASOSIY BIXEVIORISTIK KOMPONENTNING ILMIY-NAZARIY TAHLILI .....	91
<b>Mirashirova Nargiza Anvarovna</b>	
SPORTCHILAR PSIXOFIZIOLOGIK HOLATINI BAHOLASHDA TEPPIG-TEST METODIKASI .....	94
<b>S.U.Nazarov</b>	
ILK O'SPIRINLARDA HAVAS KASB TANLASH MOTIVI SIFATIDA.....	98
<b>Nishanova Zamira Taskayevna</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ.....	101
<b>Останов Шухрат Шарифович</b>	
TALABALAR O'ZINI O'ZI FAOLLASHTIRISHI MUAMMOSINING MAHALLIY MUHITDA TADQIQ ETILISHI.....	106
<b>Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o'g'li</b>	
VOYAGA YETMAGANLAR O'RTASIDA NAZORATSIZLIK VA HUQUQBUZARLIKLAR PROFILAKTIKASI MASALALARI .....	109
<b>Qodirov Obid Safarovich, Raxmatov Faxriddin Umarovich</b>	
PSIXOLOGLARNING PROFESSIONAL TAFAKKURI.....	114
<b>Ra'no Ismaylova</b>	
O'ZBEKISTON VA JAHON MAMLAKATLARIDAGI OILAVIY AJRALISHLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARIDAGI O'ZIGA XOSLIKLARNING EMPIRIK TAHLILI .....	118
<b>Ro'ziqulov Faxriddin Rasulovich</b>	
SHAXS NAZARIYASIGA MAHALLIY PSIXOLOGLAR TOMONIDAN KOGNITIV YONDASHUV .....	121
<b>Tursunov Lutfulla Sayfullayevich</b>	
BO'LAJAK MUTAXASSISLARINING KASBIY RIVOJLANISHIGA QARATILGAN ILMIY TADQIQOTLAR TAXLILI.....	123
<b>Tuychiyeva Saodat Melikuziyevna</b>	
TA'LIM MENEJMENTIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLAR - MUVAFFAQIYATLI BOSHQARUVNING ASOSIY OMILI SIFATIDA .....	126
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Jalolova Nafisa O'ktam qizi</b>	
TALABALARDA RUHIY SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ROLI.....	128
<b>Xajiyeva Iroda Adambayevna</b>	

ZAMONAVIY GLOBAL MUAMMOLARDA ALTRUIZMNING ROLI .....	131
<b>Xatamova Ferangiz Ibodullojevna</b>	
QUROLLI TO‘QNASHUVLARDAN OLIB KELINGAN BOLALARNI PSIXOLOGIK REABILITATSIYA QILISH MUAMMOLARI .....	134
<b>S.R.Yuldashev</b>	
ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЫСЛИТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	137
<b>Алимова Гулчехра Кабелевна</b>	
О‘QUVCHILARDA MUVAFFAQIYAT MOTIVATSIYASINI KUCHAYTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI .....	139
<b>Karimov Sherzod Abdurasulovich</b>	
HARBIY XIZMATCHILAR OILALARIDAGI INQIROZLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI .....	142
<b>Sh.S.Kurbanova</b>	
AUDITORLIK QOBILIYATI RAHBAR KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIGI KO‘RSATKICHI SIFATIDA .....	145
<b>Xolmurodova Dilnoza Xolmurodovna</b>	
САМОРЕГУЛЯЦИЯ У СТУДЕНТОВ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН.....	149
<b>Махмудова Д.А., Махманова К. Д.</b>	
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ.....	151
<b>Султанова Амина Анваровна, Дjon Муминова Дильфуза</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ .....	154
<b>Тиллашайхова Хосият Азаматовна</b>	
<b>2-Sho‘ba. Zamonaviy shaxs rivojlanishining ijtimoiy-psixologi muammolari .....</b>	<b>159</b>
ВЛИЯНИЕ ИНТЕНСИВНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У ПОДРОСТКОВ .....	160
<b>Е.Г.Алимова</b>	
ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHIDA OMMAVIY AXBOROT VOSITALARINING TA’SIRI .....	163
<b>Abdinazarova Bibixonim Rashid qizi</b>	
INKLYUZIV TA’LIM TIZIMIDA O‘QUVCHILARNING PSIXOLOGIK MOSLASHUV JARAYONINI QO‘LLAB-QUVVATLASH: SAMARALI PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK YONDASHUVLAR .....	166
<b>Abdullayeva Yulduz Muftillo qizi, Giyazova Zuhro Sattorovna</b>	
ZAMONAVIY BOSHQARUV TIZIMLARIDA QAROR QABUL QILISH SAMARADORLIGI .....	169
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Artikov Samandar Arzikulovich</b>	
IJTIMOY PSIXOLOGIK TADQIQOTLARDA OILA VA OILAVIY QADRIYATLARNING O‘RGANILGANLIK HOLATI .....	172
<b>Abibullaeva Perdegul Ongarbaevna</b>	
OILAVIY JANJALLAR NATIJASIDA YUZAGA KELUVCHI STRESS VA DEPRESSIV HOLATLARNING PSIXODIAGNOSTIKASI.....	174
<b>Boboyeva Feruza Azimjonovna</b>	
ZAMONAVIY O‘SMIR SHAXSINING EMOTSIONAL INTELLEKTI RIVOJLANISHIDA IJTIMOY OMILLARNING ROLI.....	178
<b>Ergashev Dilshod Tirkash o‘g‘li</b>	
PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DIGITAL INFORMATION USE THAT CONTRIBUTE TO THE EROSION OF SOCIAL NORMS IN THE MINDS OF YOUNG PEOPLE .....	180
<b>Ganiev Maksudjon Najimovich</b>	
ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI .....	184
<b>Gulnafar Abdullayeva</b>	

RUHIY SALOMATLIKNI SAQLASHDA PSIXOLOGIK OMILLARNING AHAMIYATI.....	187
<b>Hasanova Dilshoda Avazbek qizi</b>	
EMOTSIONAL INTELLEKT - ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOY – PSIXOLOGIK MUAMMOSI SIFATIDA.....	190
<b>Ismailova Nilufar Baxadirovna</b>	
OILALARDA INTERNETGA TOBELIKNING BUGUNGI KUNDAGI HOLATI.....	193
<b>Kushakova Nargiza Islambayevna, Ergasheva Sarvinoz Shavqiddin qizi</b>	
AKADEMIK PROKRASTINATSIYANI O’RGANISH BO’YICHA XORIJIY OLIMLAR TAHLILI .....	196
<b>Mardiyeva Shaxnoza Amirovna</b>	
STEAM TA’LIM VOSITASIDA O’QUVCHILARNING KREATIV QOBILIYATINI RIVOJLANTIRISHNING AHAMIYATI .....	199
<b>Matkarimova Nilufar</b>	
MAKTABGACHA YOSHDA BOLANING MUVAFFAQIYATLI IJTIMOYILASHUVI MEZONLARI .....	203
<b>Norbosheva Maqsuda Achilovna</b>	
DEVIANT XULQ-ATVORLI O’SMIYR QIZLARDA HIMOYA MEXANIZMLARINING IJTIMOYILASHUVGA TA’SIRI .....	206
<b>Parpiyeva Shaxnoza</b>	
PSIXOLOGIYADA O’ZINI O’ZI FAOLLASHTIRISH FENOMENIGA NISBATAN ILMIY YONDASHUVLAR.....	209
<b>Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o’g’li, Istamburiyev Muhammadali Abdulazizovich</b>	
VELOSIPIED SPORT TURI BILAN SHUG’ULLANUVCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	212
<b>Raxmonova Go’zal Bobir qizi</b>	
SOCIO-PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENTS’ INTERPERSONAL COMMUNICATION .....	215
<b>Salomov Shamsiddin Sabokhiddin ugli</b>	
RUHIY SALOMATLIKNI QO’LLAB-QUVVATLASH ORQALI BO’LAJAK LOGOPEDLARNING INKLYUZIV FAOLIYATGA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH .....	219
<b>Sharifova Maxliyo Zarif qizi</b>	
TALABALARDA TA’LIM JARAYONIGA MOSLASHISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	222
<b>Ubaydullayev Nuriddin Toxir o’g’li</b>	
PEDAGOGIK JAMOALARDA PROJECT MANAGEMENT METODLARINING JAMOAVIY MOTIVATSIYAGA TA’SIRI.....	225
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Ashurov Muhammad Zokir o’g’li</b>	
AYOLLARDA KASB VA OILA MUVOZANATINI TA’MINLASHNING PSIXOLOGIK OMILLARI .....	227
<b>Zuxra Mansurxonova</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ВЫЯВЛЕНИЯ КРИМИНАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ .....	230
<b>Пардаева Умида Мухтар қизи</b>	
PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE LIFE POSITION OF UNORGANIZED YOUTH.....	234
<b>Atabayeva Nargis Batirovna, Alimjonova Durдона Yunusjon qizi</b>	
YOSHLARNI OTA-ONALIK MAS’ULIYATIGA TAYYORLASH - PSIXOLOGIYANING DOLZARB MUAMMOSI SIFATIDA.....	238
<b>Bilolova Zamira Baxtiyarovna</b>	
OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINI TADQIQ ETISHNING NAZARIY JIHATLARI.....	241
<b>D.U.Abdullayeva, I.X.Panjiyeva</b>	
SHAXS IJTIMOYIY MOSLASHUVIGA TA’SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLARNING O’ZIGA XOSLIGI .....	244
<b>Dusboev Asliddin Turgunovich</b>	
PSYCHOLINGUISTIC FOUNDATIONS OF SOCIOLINGUISTIC COMPETENCE AND ITS STRUCTURAL COMPONENTS.....	247
<b>G.A.Valiyeva</b>	

YOSH OILALARNING MUSTAHKAMLIGIGA ZAMONAVIY AXBOROT VOSITALARIDAN FOYDALANISHNING TA’SIRI.....	250
<b>Kushakova Nargiza Islambaevna</b>	
TALABALARDA IJTIMOY-PSIXOLOGIK KOMPETENTLIK SHAKLLANISHINING DINAMIK XUSUSIYATLARI.....	253
<b>Nazarova Malohat Axmedovna</b>	
SOCIO-PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENTS’ INTERPERSONAL COMMUNICATION .....	255
<b>Salomov Shamsiddin Sabokhiddin ugli</b>	
OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINI BARQARORLASHTIRISHDA AFILIATSIYA MOTIVINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI .....	259
<b>Samatova Sevara G’ayratovna</b>	
GENDER STEREOTIPLARI - QABUL QILINGAN ME’YOR VA QOIDALARGA XULQ-ATVORINI MOSLASHTIRISH.....	263
<b>Saribayeva Umida Sattarovna</b>	
DINIY MUTAASSIBLIK, EKSTREMIZM VA TERRORCHILIKNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	266
<b>Sobirov Jamoliddin, Nazarov A.S.</b>	
O’QUVCHI YOSHLARNING O’ZARO MUNOSABATLARIDA TEAM BUILDING TA’SIRI VA AHAMIYATI.....	267
<b>Turayev Nurmuhammad Alibek</b>	
O’SMIRLARDA DEVIANT XULQNING KONATIV ASPEKTLARI BO’YICHA PSIXODIAGNOSTIK TAHLIL (HUDUDIIY VA GENDER FARQLARI MISOLIDA) .....	269
<b>Turayeva Gulchehra Urayimovna</b>	
TALABALAR IJTIMOY FAOLLIGINI OSHIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK JIHATLARI .....	273
<b>Umarov Saidnemat Burxanovich</b>	
O’SMIRLIK DAVRIDA DEVIANT XULQ-ATVOR NAMOYON BO’LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	275
<b>Umarova Navbahor Shakirovna, Xalilova Sarvinoz Qodirali qizi</b>	
TA’LIM MUASSASALARIDA BOSHQARISHDA KOGNITIV MENEJMENT YANGI MODEL SIFATIDA .....	278
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Sadinova Marjona Akmal qizi</b>	
SPORTCHILAR OILASIDAGI SIBLINGLAR MUNOSABATLARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	281
<b>G.H.Usmonova</b>	
YOSHLAR PSIXOLOGIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA QADRIYATLAR TIZIMI VA IJTIMOY-PSIXOLOGIK MEKANIZMLARNING O’ZARO TA’SIRI: NAZARIY ASOSLAR VA EMPIRIK TAHLIL.....	283
<b>X.A. Bobanov</b>	
KIBERIJTIMOYLAHVU IJTIMOY PSIXOLOGIK HODISA SIFATIDA.....	287
<b>Yuldashev S.R., Muhiddinova M.N</b>	
MILLIY VA DINIY URF-ODAT VA AN’ANALARDA AXLOQ NORMALARINING MUJASSAMLASHGANLIGI.....	289
<b>D.Sh.Yuldashova, Miraliyeva Zulayxo Abdurauf qizi, Xidirova Gulhayo Muhiddin qizi</b>	
РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ .....	292
<b>Аскарова Гулрух, Ашурова Анастасия</b>	
КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА .....	296
<b>Аскарова Гулрух, Рахимова Робиябону</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА «Я» У ПОДРОСТКОВ.....	300
<b>Махмудова Диларом Ахмадовна, Сафаев Музаффар Зафар угли</b>	
СЕМЕЙНАЯ СИНЕРГИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ “Я-КОНЦЕПЦИИ” В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ .....	303
<b>Одилова Наира Гулямовна</b>	

3-Sho'ba. Yosh va pedagogik psixologiya: ta'lim-tarbiya jarayonidagi muammolar .....	307
TALIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK KONTRAKTNI MUSTAHKAMLASH UCHUN TASHKILIY-PSIXOLOGIK INTERVENSIYALAR .....	308
Umarova Navbahor Shokirovna, Bayzaqova Madina Ibragimovna	
TALIM 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 TALIM TEXNOLOGIYASINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI .....	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 IJTIMOYIY 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	
TALIM TASHKILOTLARIDA "WELL-BEING MANAGEMENT" TIZIMINI JORIY ETISH: IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK YONDASHUV DOIRASIDAGI TAHLIL .....	353
Umarova Navbahor Shokirovna, Muminov Temurbek Uralbaevich	
GLOBALASHUV 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
<b>Лутфуллаева И.А.</b>	
RIVOJLANGAN XORIJIY MAMLAKATLAR TA'LIM TIZIMIDA MAKTAB DIREKTORLARINING BOSHQARUV MADANIYATI.....	365
<b>Abdulxayeva M.B.</b>	
INNOVATSION TALIM TIZIMIDA TALABALARNI KREATIV TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI.....	369
<b>Masharipova Saida Rahimovna, Jiyanboeva Sadokat Shonazarovna</b>	
FORMATION OF SOCIO-COMMUNICATIVE SKILLS IN STUDENTS THROUGH BILINGUISTICS BASED ON AN INTEGRATIVE APPROACH.....	372
<b>Najmiddinova Gulnoza Odilovna</b>	
O'QITISH JARAYONIDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI.....	376
<b>Safarova Dilnoza Kuchkarovna, Kasimova Dildora Xusanovna</b>	
ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI .....	379
<b>Saidakbarova Nigora Abduraxim qizi, Saydiraxmonova Durdona Abror qizi</b>	
PEDAGOGLARDA KREATIVLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI .....	382
<b>Sh.D.Ablakulov</b>	
PSYCHOLOGICAL BASES OF POSITIVE PSYCHOLOGY AND POSITIVITY IN PEDAGOGICAL ACTIVITY .....	385
<b>Shakhnoza Sattarova Kochkarovna</b>	
PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PROFESSIONAL ADAPTATION .....	388
<b>Shodiyeva Rayhon Saydullayevna</b>	
YOSH VA PEDAGOGIK PSIXOLOGIYA: TA'LIM-TARBIYA JARAYONIDAGI MUAMMOLAR.....	391
<b>Tuqboyeva Dilshoda Zaynievna, Saliddinova Nilufar Lochin qizi</b>	
O'ZBEKISTON OLIY TA'LIM DASTURLARINI XALQARO AKKREDITATSIYADAN O'TKAZISH TAJRIBASI.....	393
<b>Tursunov Tajimurad Mirsaidovich, Berdiqulov Ravshan Shavkatovich</b>	
PEDAGOGIK DIAGNOSTIKA PEDAGOGIKANING ILMIY VA AMALIY SOHASI SIFATIDA.....	396
<b>Umarova Malika Xisabidinovna, Xolboboyeva M.A.</b>	
TA'LIM MUASSASALARIDA LIDERLIK KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING ZAMONAVIY YO'NALISHLARI.....	399
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Sobirova Shahlo Saminjonovna</b>	
O'QUV MOTIVATSIYASI MUAMMOSI XORIJ PSIXOLOGIYASIDA TADQIQOTLAR PREDMETI SIFATIDA.....	402
<b>D.Sh.Yuldashova</b>	
ПРИМЕНЕНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ОБУЧЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК.....	405
<b>Алиева Камола Саиднегматовна</b>	
ФОРМИРОВАНИЕ КОГНИТИВНОЙ АКТИВНОСТИ КАК ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ НАУЧНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПЕДАГОГА.....	408
<b>Анварова Хуснора Давронбек кизи</b>	
ЗНАЧЕНИЕ И РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ.....	411
<b>Асанова Гузаль Мухарамовна, Нуруллаев Адхамбек</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЕЖИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	414
<b>Аскарова Гулрух Оринбасаровна</b>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФРУСТРАЦИОННОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ.....	418
<b>Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Рустамова Мубина Эркин кизи</b>	

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.	
<b>4-Sho'ba. Amaliy psixologiya: psixologik xizmat muammolari va innovatsion yechimlari.....</b>	<b>430</b>
PEDAGOGIK JAMOALARDA PROJECT MANAGEMENT METODLARINING JAMOAVIY MOTIVATSIYAGA TA'SIRI.....	431
Umarova Navbahor Shokirovna, Ashurov Muhammad Zokir o'g'li	
ИСТОРИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ПОНЯТИЯ «ОДАРЕ́ННОСТЬ».....	433
Байбаева Мухайе Худайбергеновна, Зайниддинова Хилола Абдилвахоб кизи	
GLOBALASHUV 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 IJTIMOY 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 IJTIMOY 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	
IJTIMOY TARMOQLARNING SHAXS RIVOJLANISHIGA TA'SIRI.....	463
Ismoilova Dilso'z, Murodjonova Mavzuna Latifjon qizi, Tilapboyeva Rayxona Komiljon qizi	
TALABALARDAGI KOMMUNIKATIV VA IJTIMOY 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 IJTIMOYIY TARMOQLARDAGI MULOQOT MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOYIY-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: XORIY OLIMLARI TADQIQOTLARIDA YORITILISH.....	494
Sultanova Saida Muhiddin qizi	
EDUKOLOGIYA VA KOMMUNIKATSIYANING KESISHGAN NUQTALARI: METODOLOGIK QARASHLAR TAHLILI.....	496
To'g'onboeva Qizlarxon Ikromjon qizi, Ruzmetova Xilola Abdusharipovna	
ZAMONAVIY SHAXS RIVOJLANISHINING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLAR.....	501
Tuqboeva 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 TARBIVAVIY 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 IJTIMOYIY 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	
<b>5-Sho'ba. Shaxsning ruhiy salomatligi va salomatlik psixologiyasining dolzarb masalalari.....</b>	<b>529</b>
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, Bekmurotova Kamola Xasanovna	
BOLALARNI ZO'RAVONLIKDAN HIMOYA QILISH MEKANIZMLARI.....	535
Abbosova Uzrobonu Erkin qizi	

AUTIZM SPEKTRI BUZILISHI BO'LGAN MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA VIDEOMODELLASHTIRISHNING IJTIMOY KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHDAGI AHAMIYATI.....	538
<i>Atabayeva Dilrabo Ixtiyor qizi</i>	
GLOBAL O'ZGARISHLAR FONIDA KASBIY STRESS.....	543
<i>Bog'bekova Dilnoza Shonazarovna</i>	
GIPERTONIYA BILAN OG'RIGAN BEMORLARDA STRESSNI BOSHQARISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI .....	546
<i>Eshchanova Nasiba Matnazarovna</i>	
SHAXSNING RUHIY SALOMATLIGI VA SALOMATLIK PSIXOLOGIYASINING DOLZARB MASALALARI .....	549
<i>Inogamova Shaxzoda Raximovna</i>	
NEUROPROTECTIVE PROPERTIES OF PROPOFOL AND SEVOFLURAN: POSSIBILITIES OF PREVENTING THE DEVELOPMENT OF DYSFUNCTION IN COGNITIVE PROCESSES .....	553
<i>Karimova G. Kh., Khodjimurodova M. Yu.</i>	
YETUKLIK DAVRIDA INSULT TASHXISLI BEMORLAR BILAN PSIXOKORREKSION ISH OLIB BORISHNING DASTURIY ASOSLARI.....	556
<i>L.U.Atajanova</i>	
SHAXS RUHIY SALOMATLIGINING PSIXOLOGIK VA IJTIMOY DETERMINANTLARI.....	558
<i>N.A.Saidakbarova, Karimova Gulnoza</i>	
GIPERTONIYA KASALLIGIDA BEMORLARDA NARKOZDAN SO'NG XOTIRANI O'ZGARISHI.....	561
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Axmatova Diyora Donyor qizi, Ulug'babayeva Soliha G'ayratjon qizi</i>	
ZO'RAVONLIKKA UCHRAGAN AYOLLAR BILAN PSIXOLOGIK MASLAHAT TASHKIL ETISH TAMOYILLARI.....	564
<i>Nazarova Muharram Yunus qizi</i>	
SHAXS RIVOJLANISHI VA SALOMATLIGINI ASRASHDA IJTIMOY TARMOQLARNING O'RNI.....	567
<i>O.M. Zaripov</i>	
BULLING VA ZO'RAVONLIK HOLATLARINING PSIXOLOGIK, IJTIMOY VA PEDAGOGIK OMILLARI.....	569
<i>Qarshiyeva Dilafruz, Sattorova Mohinur Sherali qizi</i>	
MAHALLIY NARKOZ PAYTIDA TAFAKKURNING YO'QOLMASLIGI.....	572
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Nizomova Munisa Amriddinova, Raximova Shaxnoza Ravshanovna</i>	
SHAXSNING RUHIY SALOMATLIGI VA SALOMATLIK PSIXOLOGIYASINING DOLZARB MASALALARI .....	575
<i>Pulatova Gulnoza Murodilovna, Umrzaqova Gulzoda Abdurahmon qizi</i>	
NEVROTIK BEMORLARDA XISSIY O'ZGARISHLAR .....	578
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Ostonayeva Novbaxor Mamaraimovna, Inomova Odina Abdulvohid qizi</i>	
COVID-19 PANDEMIYASINING INSON RUHIYATIGA TA'RISI.....	581
<i>Qadirova Shahnoza Saidabdullayevna</i>	
NARKOZDAN SO'NG BEMORLARDA XOTIRANI TIKLANISHI.....	584
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Shukurova Nigora Quدراتila qizi</i>	
NUTQIDA KAMCHILIGI BO'LGAN BOLALAR BILAN OLIB BORILADIGAN PSIXOKORREKSION ISHLAR TIZIMI .....	587
<i>S.A.Mamatisayeva</i>	
OPERATSIYADAN SO'NG SEZGI JARAYONLARINING TIKLANISHI.....	590
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Tojiyeva Go'zal Karimjonovna, Ollamova Nargiza Hamdam qizi</i>	
TA'LIM MUASSASALARIDA BOSHQARUV TIZIMINING SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA “DIGITAL TWIN” (RAQAMLI EGIZAK) TEXNOLOGIYASI ASOSIDA MODELLASHTIRISHNING ILMIY-AMALIY ASOSLARI.....	593
<i>Umarova Navbahor Shokirovna, Gaymnazarov Odiljon Kurbanovich</i>	

BOLALIKDAGI PSIXOLOGIK JAROHATLARNING O‘SMIR SHAXSIY IDENTIFIKATSIYASI SHAKLLANISHIGA TA‘SIRI: RETROSPEKTIV TAHLIL ASOSIDAGI YONDASHUV.....	596
<i>Xudayberganova Roziya Nurniyazovna</i>	
BOLALARDA NARKOZDAN SO‘NG SEZGINI YUQORI BO‘LISHI .....	599
<i>Karimova Gulchehra Xamidullayevna, Zakirova Sadoqat Kudayberganovna, Yangiboyev Zokir Tohir o‘g‘li</i>	
НЕВРОЗЫ У ДЕТЕЙ: ПРИЧИНЫ И СИМПТОМЫ.....	602
<i>Абдурахимов Дониёр Абдусаидович</i>	
INVESTIGATION OF THE RECOVERY OF COGNITIVE PROCESSES AND MEMORY FUNCTIONS AFTER GENERAL ANESTHESIA THROUGH NEUROPSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL MEASUREMENTS.....	605
<i>Karimova Gulchexra Khamidullayevna</i>	
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СЕМЬИ В УСЛОВИЯХ БОЛЕЗНИ РЕБЁНКА.....	608
<i>Асанова Гузаль Мухарамовна</i>	
NARKOZDAN SO‘NG UYQU BUZILISHLARI .....	612
<i>Karimova Gulchexra Xamidullayevna, Kilichova Gulnoza Bobomurotova, Xalikova Shaxzoda Radjabovna</i>	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕТСКОГО АУТИЗМА: ФАКТОРЫ, ПРОЯВЛЕНИЯ, ПРОБЛЕМЫ.....	616
<i>Асрарханова Эътибор Абдувахаб қизи</i>	
БЕССОННИЦА И ПСИХОЛОГИЯ: ВЫЗОВЫ И ЦИФРОВЫЕ РЕШЕНИЯ (с включением проекта «Веб-приложение для людей, страдающих бессонницей»).....	620
<i>Туракулова И. Х., Делеверханов С. А.</i>	
ILK O‘SPIRINLARDA STRESSNI KELITIRIB CHIQRUVCHI OMILLAR HAQIDAGI TASAVVURLARNING O‘ZIGA XOSLIGI .....	623
<i>N.Z. Ismoilova</i>	
STRESSGA BARDOSHLILIK – SHAXS RUHIY SALOMATLIGINING ASOSI SIFATIDA .....	626
<i>Ruzmatova Nigina Shotilla qizi</i>	
O‘SMIRLIK DAVRIDA XULQIY OG‘ISHLARNI KORREKSIYALASH USULLARI.....	629
<i>To‘raboyev Azamat Muxamadullayevich</i>	
SCIENTIFIC APPROACHES TO THE FORMATION OF STRESS RESISTANCE .....	632
<i>Tuychiyeva Shakhlo Shavkatovna</i>	
TALABALARDA RUHIY SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHDA STRESSGA BARDOSHLILIK VA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ROLI.....	634
<i>Xajiyeva Iroda Adambayevna</i>	
MASS-MEDIANI TA‘SIRI OSTIDAGI O‘Z JONIGA QASD QILISH: VERTER SINDROMI PSIXOLOGIYASI TAHLILI.....	637
<i>Xudoyberganova Sharofat G‘ofurjon qizi</i>	
NERV KASALLIKLARDA BEMORLARDA HISSIY O‘ZGARISHLARI.....	641
<i>Xujamova Ruhshona G‘olib qizi</i>	
СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ.....	643
<i>Аскарова Гулрух Оринбасаровна, Абдуллина Аделина Маратовна</i>	
СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ В СУДЕБНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЕ .....	647
<i>Мухтарова Азиза Эркиновна</i>	
INTROVERT VA EKSTROVERT SHAXSLARNING INGLIZ TILINI O‘ZLASHTIRISHDAGI PSIXOLOGIK FARQLARI.....	650
<i>Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna, Ochilova Xurshida Bahromovna</i>	
BOSHLANG‘ICH SINFLAR O‘QUVCHILARINING TANQIDIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI .....	652
<i>Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna, Yusupova Xursanoy Fazliddin qizi</i>	
МЕНЕДЖМЕНТ ИММЕРСИВНОЙ ИНКЛЮЗИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ .....	655
<i>Оманова Гулноза Абдиназаровна</i>	

KO'P MILLATLI TA'LIM MUASSASALARIDA YETAKCHILIK USLUBLARINING ETNOPSIXOLOGIK JIHATLARI .....	658
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, G'ayratova Malohat O'tkir qizi</b>	
TA'LIM TASHKILOTLARIDA QAROR QABUL QILISH JARAYONIDA BIXEVIORIAL MENEJMENT NAZARIYASINING MOHIYATI.....	660
<b>Umarova Navbahor Shokirovna, Sangirova Nargiza Yuldashevna</b>	

# SHAXS VAQTINI IDROK ETISH VA BOSHQARISHNING TO‘RT USULI

Solayev Og‘abek Ilhombek o‘g‘li

Abu Rayhon Beruniy nomidagi

Urganch davlat universiteti

“Pedagogika va psixologiya” kafedrası o‘qituvchisi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada vaqtni idrok etishning o‘ziga xos to‘rt turi haqida so‘z boradi. O‘zingizning vaqtni idrok etish turingizni baholash uchun ko‘pincha «vaqt» tushunchasini qandaydir ko‘rinar obraz sifatida tasavvur qilishga urinish tavsiya etiladi. Idrokning har bir turi uchun o‘ziga xos mavhum tasavvurlar to‘plami xos. Kimdir chiziqli daryoni, kimdir soatning aylanma siferblatini ko‘z oldiga keltiradi.

**Kalit so‘zlar:** Chiziqli vaqt, parallel vaqt, davriy vaqt, ijtimoiy vaqt, prokrastinatsiya, Eyzexauer matritsasi, sikl.

**Abstract:** This article discusses four specific types of time perception. To assess your perception of time, it is often recommended to try to visualize the concept of «time» as some kind of visual image. Each type of perception is characterized by a specific set of abstract representations. Some imagine a river with a line, others - a rotating clock face.

**Key words:** Linear time, parallel time, periodic time, social time, procrastination, Eisenhower matrix, cycle.

**Аннотация:** В этой статье рассматриваются четыре специфических типа восприятия времени. Чтобы оценить свой тип восприятия времени, часто рекомендуется попытаться представить понятие «время» как некий видимый образ. Для каждого вида восприятия характерен свой набор абстрактных представлений. Кто-то представляет себе линейную реку, кто-то вращающийся циферблат часов.

**Ключевые слова:** Линейное время, параллельное время, периодическое время, социальное время, прокрастинация, матрица Эйзенхауэра, цикл.

## KIRISH

Vaqt — g‘alati narsa. Ba‘zida u tasavvur qilib bo‘lmaydigan tezlikda o‘tib ketadi, ba‘zida esa quyuq yopishqoq jelega aylanib, chidab bo‘lmas darajada sekin sudraladi. Vaqt sizni qanday xafa qilishni doim biladi. Agar muddatingiz bo‘lsa, loyihani belgilangan vaqtda topshira olmasligingiz uchun ataylab tezlashadi. Agar zerikarli yig‘ilishda o‘tirgan bo‘lsangiz, azobingizni cho‘zish uchun maxsus sekinlashadi. Uzoq kutilgan ta‘til poygachi mashinadek tez o‘tib ketadi, billur vazaning sinishi esa sekinlashtirilgan tasvirday cho‘zilib ketadi [1, 2].

Biz hammamiz ranglarni, tovushlarni va hidlarni turlicha idrok etamiz. Vaqtni his qilish masalasi esa yanada murakkab — chunki insonda uni idrok etadigan maxsus retseptorlar yo‘q. Vaqt juda subyektiv narsa. Uni idrok etish ko‘plab omillarga bog‘liq: tana harorati, yosh, ruhiy va jismoniy holat. Shunday bo‘lsa-da, biz kundalik va ish jarayonlarimizni tartibga solish uchun vaqtdan doimiy ravishda foydalanamiz: ko‘plab jadvallar tuzamiz, muddatlarni rejalashtiramiz, vazifalar tizimida ish vaqtimizni hisoblaymiz. Keyin reja va haqiqiy natijalarni tahlil qilib, hayron bo‘lamiz — nega yana puxta o‘ylangan muddatlarga amal qila olmadik? Sirli vaqt esa bizdan yana qochib ketaveradi.

Shunday beqaror va o‘tkinchi material bilan qanday ishlash mumkin? Nahotki barcha rejalarimiz ma‘nosiz bo‘lib, faqat tartib va nazorat hissini bersa? Vaqt shunchalik shaxsiy bo‘lsa, nima qilish kerak? Bunday hollarda javob ko‘pincha savolning o‘zida yashiringan bo‘ladi. Agar vaqt shaxsiy tushuncha bo‘lsa, unga qat‘iy individual yondashish lozim. Vaqtni boshqarishning yagona universal usulini barcha uchun qo‘llash o‘rniga, har birimiz vaqtni qanday idrok etishimizni tushunishga harakat qilish kerak. “Biz hammamiz turlichamiz” degan fikr bu holda quruq gap emas, balki to‘g‘ridan-to‘g‘ri amaliy ko‘rsatmadir [3].

## ASOSIY QISM

Vaqtni idrok etishning turli xillarini tavsiflash uchun amerikalik antropolog Edvard Xoll va madaniyatlararo muloqot bo‘yicha britaniyalik mutaxassis Richard D. Lyuis tadqiqotlaridan kelib chiqqan qiziqarli nazariya mavjud. Olimlar dastlab o‘z asarlarida turli xalqlar va biznes madaniyatlarida vaqtga bo‘lgan munosabatning o‘ziga xos xususiyatlarini tasvirlaganlar [4, 5]. Masalan, G‘arb madaniyatidagi vaqtni chiziqli idrok etishni Sharq

madaniyatidagi davriy idrok etishga qarama-qarshi qo'yanlar. Biroq asta-sekin bu nazariya o'zgarib, har bir alohida shaxsning vaqtga bo'lgan munosabatiga tatbiq etila boshlagan.

Vaqtning idrok etishning to'rt turi ajratiladi:

1. Chiziqli,
2. Parallel,
3. Davriy,
4. Ijtimoiy.

Aslida, bu ro'yxatdagi turlar vaqt bilan bog'liqlik darajasiga ko'ra joylashtirilgan: vaqt mutlaq qadriyat hisoblangan chiziqli idrok turidan tortib, vaqt shunchaki mavhum tushuncha bo'lgan ijtimoiy idrokgacha.

Nazariyaning kamida ikkita amaliy qo'llanilishi bor:

1. O'z vazifalaringiz bilan ishlashda eng maqbul rejalashtirish usulini tanlash.
2. Jamoa a'zolarining har biri uchun vazifalarni belgilash va nazorat qilishda individual yondashuvni qo'llash.

1. Chiziqli vaqt

Vizual tasvirlar: vektor, oqim, daryo, koordinata o'qi.

Shior: “Vaqt — pul.”

Vaqtning idrok etish: vaqt asosiy obyektiv mohiyatdir, hamma uchun yagona, uzluksiz va tartibli oqim. Bir vaqtning o'zida bir nechta ishni bajarish mumkin emas.

Chiziqli idrok egasi:

- uzoq vaqt ishsiz qola olmaydi;
- vaqtning mutlaq qadriyat deb biladi;
- aniq maqsadlar qo'yadi;
- tartibli va jamlangan bo'ladi;
- rejalashtirishni yaxshi ko'radi.

To'xtatuvchi omillar: ko'p vazifalilik, rejasiz topshiriqlar, muddatlarning o'zgarishi.

Mos vositalar: organayzer, kundalik, vaqtning o'lchash tizimlari.

2. Parallel vaqt

Vizual tasvirlar: parallel oqimlar to'plami.

Shior: “Vaqt inson uchun, inson vaqt uchun emas.”

Parallel idrok egasi:

- bir vaqtning o'zida bir necha ishni bajaradi;
- muddatlardan ko'ra ustuvorlikka e'tibor beradi;
- kechikishlarni salbiy qabul qilmaydi;
- vazifalar o'rtasida erkin o'tadi.

To'xtatuvchi omillar: bir xillik, noaniq vazifalar, qat'iy tartib.

Mos vositalar: ustuvorlashtirish usullari, Eyzexauer matritsasi.

3. Davriy vaqt

Vizual tasvirlar: fasllar, soat siferblati.

Shior: “Ilhom bor — natija bor.”

Davriy idrok egasi:

- qarorlarni uzoq o'ylaydi;
- samaradorlik kayfiyatiga bog'liq;
- ilhom bilan ishlaydi;
- shoshilmaydi va xotirjam.

To'xtatuvchi omillar: ilhomning yo'qligi, tashqi bosim, qat'iy muddatlar.

Mos vositalar: qulay ish sharoitlari, o'zini kuzatish, stressni boshqarish.

4. Ijtimoiy vaqt

Vizual tasvirlar: mavhum.

Shior: “Vaqt meni xafa qilish uchun o'ylab topilgan.”

Ijtimoiy idrok egasi:

- vaqtning mustaqil narsa sifatida ko'radi;
- rejalashtirishni boshqalarga topshiradi;
- jadvallardan qochadi;
- erkin rejimda samaraliroq ishlaydi.

To'xtatuvchi omillar: mustaqil rejalashtirish zarurati, tashqi nazoratning yo'qligi.

Mos vositalar: avtomatlashtirilgan rejalashtirish tizimlari, tashqi nazorat.

Nazariyadan foydalanish bo'yicha ikki qoidasi

1. Turlar sof holda uchramaydi — ular aralash holda bo'ladi.
  2. “Yaxshi” yoki “yomon” tur yo'q — ular shunchaki turlicha.
- Ehtimol, yuqoridagi turlardan o'zingizni yoki hamkasblaringizni tanigansiz [6, 7].

## XULOSA

Nazariyani amalda samarali qo'llash uchun:

1. o'zingizni kuzating va vaqtni idrok etish turingizni aniqlang;
2. har bir tur uchun mos ish uslubini ishlab chiqing;
3. jamoa a'zolarining vaqt idrokini tushunishga harakat qiling;
4. vazifalarni shunga mos taqsimlang;
5. nazorat tizimini shaxsiy xususiyatlarga moslashtiring.

Vaqtning davriy yoki ijtimoiy tarzda idrok etadigan odamlarga qat'iy muddatlar bilan ishlash qiyin bo'lishi mumkin. Ammo nazariya tarafdorlari vaqtning idrok etishning “yomon” turlari yo'qligini ta'kidlaydilar — muammo umumiy qolipga tiqishtirishdadadir. Individual yondashuv esa baribir eng samarali yo'ldir.

Vaqt esa sirli narsa bo'lib qolaveradi — aldovchi, xayoliy sarob. Shunga qaramay, biz hayotimizni unga asoslaymiz. Italiyalik matematik va gumanist Leon Battista Alberti XV asrdayoq: “Kimki vaqtdan unumli foydalana olsa, u nimani xohlasa, o'shanga ega bo'ladi,” — deb bejiz aytmagan.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Warren H.Meck. [Neuropharmacology of timing and time perception](#) // Cognitive Brain Research. — 1996. — Июнь (т. 3, № 3—4). — С. 227—242. — doi:10.1016/0926-6410(96)00009-2.
2. Лебедева Е. В. Особенности восприятия времени людьми пожилого и старческого возраста : дис. — Екатеринбург : [Урал. гос. ун-т им. АМ Горького], 2004.
3. Carstensen, L. L. (2006). The Influence of a Sense of Time on Human Development. *Science*, 312(5782).
4. Мамонов А. И. (2015). Психология времени и временные перспективы личности. Москва.
5. <https://habr.com/ru/articles/723266/>
6. <https://asana.com/ru/resources/how-prioritize-tasks-work>
7. <https://asana.com/ru/resources/pareto-principle-80-20-rule>

