



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston  
Milliy Pedagogika  
Universiteti



№1  
2026

- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

M

# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 130 sahifa,  
5-yanvar, 2026-yil.

## **BOSH MUHARRIR:**

Karimova E'zoza Gapirjanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

## **BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:**

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

## **TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI**

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik  
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik  
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor  
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor  
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)  
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)  
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)  
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)  
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)  
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)  
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent  
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor  
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)  
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent  
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti  
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor  
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)  
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Doniyorov S. M. – "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalarini tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)  
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent  
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori  
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari  
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

**Muassis:** "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

**Hamkorlarimiz:** O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

#### EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

#### DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

#### EDITORIAL BOARD MEMBERS:

**Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician**

**Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician**

**Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor**

**Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor**

**Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)**

**Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)**

**Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)**

**Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)**

**Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)**

**Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)**

**Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor**

**Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)**

**Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor**

**Mirzayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor**

**Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service**

**Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor**

**Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)**

**Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor**

**Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)**

**Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor**

**Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics**

**Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor**

**Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region**

**Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun**

**Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences**

**Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor**

“Maktabgacha va maktab ta’limi” jurnali O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro‘yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo‘yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo‘yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

“Maktabgacha va maktab ta’limi”  
jurnali

26.09.2023-yildan

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti  
Administratsiyasi huzuridagi Axborot  
va ommaviy kommunikatsiyalar  
agentligi tomonidan **№C-5669363**  
reyestr raqami tartibi bo‘yicha  
ro‘yxatdan o‘tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**

# MUNDARIJA

|                                                                                                                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Muhandislik grafikasi bo'yicha raqamli kompetensiyalarni shakllantirishda grafik dasturlardan foydalanish metodikasini yaratish.....                         | 34  |
| <i>Axmatova Asila Akmaljon qizi</i>                                                                                                                          |     |
| Investigation on the Efficacy of Pedagogical Approaches in Virtual Learning .....                                                                            | 37  |
| <i>Burkhonova Zarafroz Qobilovna, Makhmudov Shaxboz Muzzafarovich</i>                                                                                        |     |
| The Role of Input And Interaction in Second Language Acquisition.....                                                                                        | 40  |
| <i>Dilorom Poyonova</i>                                                                                                                                      |     |
| Muhandislik yo'nalishida kartografiya fanini integratsiyalashgan holda o'qitish .....                                                                        | 45  |
| <i>Kazakbayeva Muxabbat Turabayevna</i>                                                                                                                      |     |
| Incorporation of Moocs Into the Digital Educational Framework for the Development of Professional Speech Culture.....                                        | 49  |
| <i>Kudrat-Zoda Kamola Alisherovna</i>                                                                                                                        |     |
| Pedagogical Strategies for Enhancing Students' Creative Thinking Throughout the Learning Process .....                                                       | 52  |
| <i>Makhmudova Ugiloy Baxtiyarovna</i>                                                                                                                        |     |
| Kognitiv yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning media savodxonligini rivojlantirish .....                                                              | 57  |
| <i>Mirzayeva Mayramxon Zaynobiddinovna</i>                                                                                                                   |     |
| Transformatsion yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning sun'iy intellekt savodxonligini rivojlantirish.....                                             | 61  |
| <i>Mirzayeva Ziyoda Uktamjonovna</i>                                                                                                                         |     |
| Maktabgacha yoshdagi bolalarni tanqidiy fikrlashga o'rgatish .....                                                                                           | 65  |
| <i>Qurbonboyeva Gulnoza Mahmud qizi</i>                                                                                                                      |     |
| An Online Service that Integrates Up-To-Date Content From Well-Known Mooc Platforms .....                                                                    | 68  |
| <i>Rakhimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Abdurahmonova Osiyo Jahongirovna</i>                                                                                |     |
| The Fourth Phase of Distance Education: Integrated Technologies and Moocs .....                                                                              | 71  |
| <i>Rahimberdiyev Rustam Abdunasirovich, TaranenkoTatyana Viktorovna</i>                                                                                      |     |
| Gamifikatsiya orqali iqtidorli o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini oshirish .....                                                                          | 74  |
| <i>Rustamova Manzura Mirkamolovna, Xaytbayeva Malika Qobil qizi</i>                                                                                          |     |
| Boshlang'ich ta'lim fanlarini didaktik o'yinlar orqali tushuntirish .....                                                                                    | 77  |
| <i>Rustamova Manzura Mirkamolovna, Shomaxsudova Diyora Dilshod qizi</i>                                                                                      |     |
| O'smirlar orasida alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniya profilaktikasi .....                                                                             | 80  |
| <i>Sh. F. Mustafayeva</i>                                                                                                                                    |     |
| Educational Physics Experiments: Methods and Didactic Strategies for Developing Critical Thinking in Students .....                                          | 85  |
| <i>Turayev Alimjan Bahriddinovich</i>                                                                                                                        |     |
| The Problems of Remote Learning Technology and Global Trends in University Education Development.....                                                        | 88  |
| <i>Tursunov Begzod Sherzodovich, Shukurova Madina</i>                                                                                                        |     |
| A Case Study of Humanities Disciplines Using Massive Open Online Courses as a Resource for Blended Learning .....                                            | 91  |
| <i>Tursunov Begzod Sherzodovich, Eshkabilov Kodirali Davlatmuratovich</i>                                                                                    |     |
| Modern Education and Training Practices for Future Dentists .....                                                                                            | 94  |
| <i>Turumova Marjona Bahodirovna</i>                                                                                                                          |     |
| Kommunikativ yondashuv asosida nutqiy kompetensiyani shakllantirish.....                                                                                     | 98  |
| <i>Tuxtayeva Mehriyo Shavkatovna</i>                                                                                                                         |     |
| Maktabgacha ta'lim jarayonida mutaxassislik fanlarini o'qitishda zamonaviy pedagogik yondashuvlar: amaliy muammolar va ularning innovatsion yechimlari ..... | 102 |
| <i>Xabibulayeva Shaxrizoda O'ktam qizi</i>                                                                                                                   |     |



|                                                                                                                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Maktabgacha ta'lim yo'nalishi talabalarda nutq o'stirish darslari orqali Soft Skills ko'nikmalarini rivojlantirishning nazariy pedagogik psixologik asoslari .....        | 106 |
| <i>Xoldarova Mubina Qudratbek qizi</i>                                                                                                                                    |     |
| Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida rivojlantiruvchi muhit va uning turlari .....                                                                                          | 110 |
| <i>Xolmirzayeva O'g'iloy Murotali qizi</i>                                                                                                                                |     |
| Развитие компетенций студентов-биологов в изучении языков .....                                                                                                           | 114 |
| <i>Абдуллаева Нигора Курбановна</i>                                                                                                                                       |     |
| Формирование интереса и повышение эффективности школьного урока физической культуры .....                                                                                 | 118 |
| <i>Мукимов Олим Эргашевич</i>                                                                                                                                             |     |
| Incorporation of Massive Open Online Courses Into the Higher Education Framework .....                                                                                    | 122 |
| <i>Rakhimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Nasrullayev Javlonbek Tal'atjonovich</i>                                                                                         |     |
| Совершенствование инновационной методики социально-педагогической деятельности будущих педагогов в полилингвальной среде с использованием искусственного интеллекта ..... | 125 |
| <i>Хужаниязова Гузаль Юлдашевна</i>                                                                                                                                       |     |

# O'SMIRLAR ORASIDA ALKOGOLIZM, GIYOHVANDLIK VA TOKSIKOMANIYA PROFILAKTIKASI

Sh. F. Mustafayeva

CAMU (Central Asian Medical University)

"Ijtimoiy fanlar va jismoniy madaniyat kafedrası" o'qituvchisi,  
psixologiya fanlari nomzodi (PhD)

**Annotatsiya:** Maqolada o'smirlar orasida uchraydigan addiktiv xulq-atvor, jumladan, alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniyaning ijtimoiy-psixologik omillari, kelib chiqish sabablari hamda asosiy belgilari tahlil qilingan. Shuningdek, giyohvand moddalarning ayrim turlari va ularning namoyon bo'lish xususiyatlari yoritilib, ota-onalar hamda pedagoglar uchun profilaktik tavsiyalar berilgan. Maqolada keltirilgan amaliy tavsiyalar ijtimoiy pedagog va ota-onalarga addiktiv xulq-atvorni erta aniqlash hamda uni samarali korreksiya qilish imkonini beradi.

**Kalit so'zlar:** alkogolizm, giyohvandlik, toksikomaniya, psixoaktiv moddalar (PAM), profilaktika, korreksiya, ijtimoiy pedagog, psixologik omillar, addiksiya.

**Abstract:** The article analyzes addictive behavior among adolescents, including alcoholism, drug addiction, and substance abuse, as well as their social and psychological determinants, causes, and key manifestations. Particular attention is paid to certain types of psychoactive substances and their characteristic signs. The practical recommendations presented in the article are intended for parents and educators and aim to facilitate the early identification and effective correction of addictive behavior in adolescents.

**Key words:** alcoholism, drug addiction, substance abuse, psychoactive substances (PAS), prevention, correction, social pedagogue, psychological factors, addiction.

**Аннотация:** В статье рассматриваются аддиктивные формы поведения среди подростков, включая алкоголизм, наркоманию и токсикоманию, а также их социально-психологические факторы, причины возникновения и основные признаки. Описаны отдельные виды психоактивных веществ и особенности их проявления. Представленные в статье профилактические и практические рекомендации адресованы родителям и педагогам и направлены на раннее выявление и эффективную коррекцию аддиктивного поведения у подростков.

**Ключевые слова:** алкоголизм, наркомания, токсикомания, психоактивные вещества (ПАВ), профилактика, коррекция, социальный педагог, психологические факторы, аддикция.

## KIRISH

So'nggi o'n yillikda ichkilikbozlik o'smirlar orasida yanada keng tarqalmoqda, ular spirtli ichimliklarni o'yin-kulgining ajralmas qismi, ichkilikbozlikning o'zini esa – mardlik va mustaqillik namoyishi sifatida qabul qilmoqdalar. Ichkilikbozlik deviant xulq-atvoriga ega o'smirlar va voyaga yetmagan huquqbuzarlar orasida anchagina keng tarqalgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlar guruhi qanchalik huquqbuzarlikka moyil bo'lsa, unda ichkilikbozlik shunchalik faol avj oladi.

Ichishni boshlayotgan o'smir uchun motiv asosan taqlid qilishdan iborat bo'ladi, ya'ni o'smir ichkilik tufayli yuzaga keladigan eyforiya va ruhiy komfort uchun emas, balki ko'proq qiziquvchanlikdan ichadi. Bunda mustaqillik, o'z shaxsini namoyon qilishga intilish ham kam bo'lmagan ahamiyatga ega. Ko'p hollarda o'smirlar orasida ichkilikbozlik qarshilik ko'rsatish va erkinlikka intilishni namoyon qilishga xizmat qiladi.

## MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

O'smirlar orasida addiktiv xulq-atvor muammosi zamonaviy psixologiya va pedagogika fanlarida dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Mazkur yo'nalishda V.V. Arishkova tomonidan ishlab chiqilgan tizimli yondashuvga ko'ra, addiktiv xulq-atvor shaxs, muhit va ijtimoiy ta'sirlarning o'zaro uyg'unligi natijasida shakllanadi. Muallif addiksiyaning oldini olishda oilaviy muhit, ijtimoiy nazorat va tarbiyaviy omillarning muhim o'ringa ega ekanini ta'kidlaydi. L.B. Shneyder esa bolalar va o'smirlarda deviant hamda addiktiv xulq-atvorni psixologik jihatdan tahlil qilib, bu holatlarning yosh davri inqirozlari bilan chambarchas bog'liqligini asoslab beradi.



Addiktiv xulq-atvorning psixologik mexanizmlarini yoritishda S. Stepanov va V. Soninning tadqiqotlari muhim ilmiy manba hisoblanadi. Ularning ishlarida shaxsning emotsional beqarorligi, impulsivlik, o'zini namoyon qilishga bo'lgan ehtiyoj va stressga chidamlilikning pastligi o'smirlar orasida alkogol va giyohvand moddalarga moyillikni kuchaytiruvchi omillar sifatida ko'rsatiladi. I.O. Vagin tomonidan taklif etilgan amaliy-psixologik yondashuvlarda esa riskli xulq-atvorning shakllanishida tengdoshlar bosimi va ijtimoiy taqlid mexanizmlarining roli alohida ta'kidlanadi.

So'nggi yillarda addiktiv xulq-atvor profilaktikasiga bag'ishlangan tadqiqotlarda kompleks va amaliy yondashuv ustuvorlik kasb etmoqda. O. Simatova hamda A. Pilipenko va I. Solovyova ishlarida profilaktikaning samaradorligi psixologik yordam, ijtimoiy pedagogik qo'llab-quvvatlash va oilaviy maslahatlar bilan uzviy bog'liq holda ko'rib chiqiladi. Z.A. Xusnutdinova, E.N. Safina va K.V. Maksimov tomonidan bolalar va yoshlar muhitida addiktiv xulq-atvor muammolari tahlil qilinib, o'smirlar bilan ishlashda erta diagnostika va ko'p darajali profilaktika choralarini qo'llash zarurligi ilmiy jihatdan asoslab beriladi.

## TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqotda o'smirlar orasida alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniya bilan bog'liq muammolarni o'rganish maqsadida empirik va nazariy tadqiqot usullaridan foydalanildi. Ma'lumotlar umumta'lim maktablari va ta'lim muassasalarida ta'lim olayotgan o'smirlar, ularning ota-onalari hamda pedagoglar ishtirokida o'tkazilgan so'rovnoma va suhbatlar orqali yig'ildi. Shuningdek, ijtimoiy pedagoglar va maktab psixologlarining kuzatuvlari asosida o'smirlarning xulq-atvoridagi o'zgarishlar tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida psixologik diagnostika elementlari qo'llanilib, addiktiv xulq-atvor belgilarining uchrash chastotasi va ularning ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'liqligi aniqlashtirildi. Olingan ma'lumotlar taqqoslash, umumshtirish va tahlil qilish usullari orqali qayta ishlanib, xavf guruhiga mansub o'smirlar xulq-atvorining o'ziga xos jihatlari aniqlandi. Tadqiqot natijalarini tahlil qilish jarayonida mavjud ilmiy adabiyotlar bilan solishtirish usuli qo'llanilib, profilaktik ishlarining samaradorligini baholash imkonini beruvchi xulosalar chiqarildi.

## TAHLIL VA NATIJALAR

O'smirlar uchun mastlikning o'ziga xos shakllari xarakterli sanaladi:

- *birinchidan*, eyforiya va hotirjamlik o'rniga jahldorlik, agressivlik, uning ketidan keladigan huquqbuzarlik xatti-harakatlari va hatto suitsidal xulq-atvor;
- *ikkinchidan*, harakatchanlik va bo'shashganlik bilan birga to'satdan kutilmagan, impulsiv xulq-atvor;
- *uchinchidan*, hatto katta bo'lmagan dozadagi alkogol qabul qilinganda ham o'zini bilmay qolish darajasi-gacha yetadigan chuqur karaxtlik.

Ichkilikbozlikka ruju qo'yish jarayonida o'smirlar shundoq ham qat'iy bo'lmagan o'qishga bo'lgan qiziqishni tez yo'qotadilar. Spirtli ichimliklarni iste'mol qilish ketidan odatda sababsiz dars qoldirish, uydan ketish, sayoqlik, huquqbuzarlik kabi holatlar kuzatiladi.

O'smirlarda ichkilikbozlik va alkogolizmning shakllanishiga sharoit yaratadigan omillar quyidagilardan iborat:

| Ijtimoiy omillar                                                             | Psixologik omillar                                                                                                                                                           | Biologik omillar                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Atrofdagilarning kundalik turmushi                                           | Kayfiyatdagi keskin ikkilanishlar, o'z imkoniyatlarini yuqori baholash                                                                                                       | Moddalar almashinuvi jarayonining buzilishi                            |
| O'smirning ijtimoiy mavqei (oilaviy sharoit, moddiy ta'minot, turmush tarzi) | Qiziqishlarning beqarorligi, ta'sirchanlik                                                                                                                                   | Markaziy asab tizimi yuqori bo'limlarining to'laonli rivojlanmaganligi |
| Etnik va diniy mansublik                                                     | O'z ruhiy holati to'g'risida ortiqcha o'ylash, uni tahlil qilishga moyillik                                                                                                  | Xarakter patologiyasi; Ayrim ruhiy kasalliklar                         |
| Yaqin atrofdagilarning ta'siri (oila, do'stlar)                              | Bir vaqtning o'zida bir-biriga teskari ruhiy sifatning namoyon bo'lishi (o'ziga ishonch va tez xafa bo'lish, surbetlik va uyatchanlik, muloyimlik va qahri qattqlik va h.k.) | Endokrin tizimidagi buzilishlar                                        |

Ba'zi ma'lumotlarga qaraganda, bolalar va o'smirlarning spirtli ichimliklarga o'rganishi holatlarining 75% oilada, ota-onalar va yaqin qarindoshlar ta'sirida sodir bo'ladi. Agar oilada o'smirlar ichishga ruxsat berilgan bo'lsa, alkogolizm unda bolalar bilan alkogol ichishga yo'l qo'yilmaydigan oilalardagiga nisbatan taxminan 9 marta ko'proq rivojlanadi.

Tadqiqotchilar tomonidan ichuvchi ota-onalar oilasida tug'ilgan bolalar sog'lom ota-onalarning bolalariga qaraganda alkogolizmga tezroq chalinishi haqida guvohlik beruvchi katta hajmdagi dalillardan iborat material to'plangan. Biroq alkogolizmning nasliy kasallik ekanligini asoslash uchun yetarli dalillar yo'q.

Aslida alkogolizmning o'zi emas, balki shaxsning rivojlanishiga imkon yaratadigan xarakter va biologik xususiyatlar nasldan o'tadi.

*O'smir giyohvand moddalarni iste'mol qila boshlaganini qanday bilish mumkin?*

Giyohvandlik va toksikomaniya – bu surunkali kasalliklar bo'lib, ularning sababi odamda alohida o'zgargan holat – narkotik mastlikni chaqiruvchi turli moddalarni iste'mol qilishdir. Organizmda mast qiluvchi moddalar bo'lishiga ruhiy va jismoniy qaramlik odatda juda tez yuzaga keladi.

Giyohvand va toksik moddalarni birinchi marta iste'mol qilganidayoq unda ruhiy qaramlik, ya'ni ushbu o'zgacha holatni yana va yana his qilishga azobli tarzda intilish yuzaga keladi; o'sha preparat, giyohvand moddani yana qabul qilish, o'sha hissiyotlarni yana tuyish haqidagi fikr tinmay xayolda aylanaveradi.

Agar giyohvand, toksik moddalar iste'moli davom ettirilsa, tez orada ushbu moddalarga jismoniy qaramlik yuzaga keladi. Bu giyohvand moddalarning doimiy qabul qilinishi ta'sirida butun organizmning shunga moslashib o'zgarishi oqibatida sodir bo'ladi. Giyohvand modda ta'siri tugashi bilan og'ir holat boshlanadi; uni giyohvandlikka ruju qo'rganlar "lomka", tibbiyot xodimlari esa abstinensiya yoki "bosh tortish sindromi" deb ataydilar. Bu davrda odam o'ta og'ir jismoniy va ruhiy qiynoqlarni boshdan kechiradi.

Giyohvand o'zi iste'mol qilayotgan moddaning quliga aylanadi, shu tufayli tibbiyotda "qaramlik" atamasi bejiz ishlatilmaydi.

*O'smir qanday qilib giyohvand, toksikomanga aylanadi?*

O'smir u yoki bu moddani tatib ko'rishga qaror qiladi. Bunga sabablarning biri – notanish hissiyotni his qilishga qiziqish, muayyan guruhga qabul qilinish istagi. Ko'pincha hayotdan qoniqmaslik, "chegaradan chiqish" istagi o'smirni giyohvandlikka olib boradi.

Odatda toksik yoki giyohvand moddani tatib ko'rishni ushbu "giyoh"ni qabul qiladigan odamlar taklif etadi; ular, shuningdek, uni qabul qilish usulini, preparatlarni qabul qilishda o'zini qanday tutishni ham o'rgatadilar.

Ko'pincha ota-onalar farzandlari giyohvand yoki toksik moddalar qabul qilayotganini juda kech va kutilmaganda bilib qoladilar; aslida esa o'zgarishlarni avvalo uning xulqida oldinroq ham ko'rish mumkin. Bola kamgap bo'lib qoladi, ota-onasidan qochadi, telefonda qandaydir sirli so'zlashuvlar olib boradi; eski do'stlari va mashg'ulotlari, shuningdek, maktab unga endi qiziq emas. Uning kiyimlari pala-partish bo'ladi; cho'ntagida va sumkasidagi narsalar orasida shisha bankalar, paket, shprits, nina, tabletkalarni uchratish mumkin. O'smirning pul xarajatlari ko'payadi, uydan tez-tez narsalar yo'qoladi.

Bolaning uzoq vaqt davomida uyda bo'lmasligi ota-onalarni hushyor torttirishi kerak. U uyga noodatiy holatda kelishi mumkin, axir bu holat – giyohvand moddadan mastlik – giyohvand moddalar qabul qilish maqsadidir. Eng muhimi, giyohvand moddadan mastlikni o'smir ko'pincha uy tashqarisida yoki ota-onasi yo'qligida his qiladi, biroq ushbu holatning boshqa belgilarini giyohvand moddani qabul qilgandan bir necha soat o'tgach ham kuzatish mumkin. Ota-onalar o'smirda noodatiy asabiylik yoki g'azablanishni payqashlari mumkin. Bola lanj va uyqusiragan, xayoli parishon, o'zini tashlab qo'rgan bo'lishi, mudrab turishi mumkin. Yana bo'lsa, noodatiy tarzda vaqti-vaqti bilan besabab quvnoq bo'lishi mumkin. U uyga bu holatda qaytib ochko'zlik bilan ochlik va chanqog'ini qondiradi. E'tibor qiling: bu sizning bolangizga ham xos emasmi, uning doim ham ishtahasi yuqorimi? O'smir qanday harakatlanishiga ham e'tibor qarating: siz qo'pol, keskin, beso'naqay harakatlarni, yurishda o'ziga ishonchsizlikni payqashingiz mumkin.

Bolaning tashqi ko'rinishiga e'tibor qarating. Uning ko'zlariga qarang – unda g'ayrioddiy uchqun yo'qmi? Giyohvand va toksik moddalar qabul qilgandan so'ng ko'z qorachilari noodatiy darajada torayishi yoki aksincha, juda kengayib ketishi mumkin (siz uni xuddi shu xonada, bir xil yoritilgan joyda turgan boshqa odamning qorachig'i bilan solishtirishingiz mumkin). Ko'zning oq pardasi qizarishi, qovoqlar shishishi ehtimoli bor. Terining oqarishi yoki noodatiy qizarishlar ham sergak torttirishi kerak. Ba'zan teri yog' qatlami bilan qoplangandek ko'rinishga kiradi. Nihoyat, bolangizning qo'llariga qarang: tirsak bukilmalari, bilaklar, panjalarning orqa tomonida in'eksiya izlari bo'lishi mumkin. Ba'zida esa o'smirlar in'eksiya izlarini yulish-timdalash orqali yashirishga urinadilar.

Bolani va uning kiyimini hidlab ko'rilganda g'alati hidni payqash qiyin emas. Ba'zida esa hidning yo'qligi ham hushyor torttirishi mumkin: bola mastga o'xshaydi, spirtli ichimlik ichdim deydi, ammo undan alkogol hidi kelmaydi.

Noodatiy holatdan keyingi kuni bola o'zini qanday his qilayotganini tekshiring: u sekin harakat qiladi, lanj, siniq ko'rinadi, mushaklari kuchsiz va bo'shashganini his qilishi mumkin.

Mana shu belgilar orqali ota-onalar bola mast qiluvchi moddalarni iste'mol qila boshlaganidan shubhalanishlari mumkin. Yuqorida qayd etilgan ko'plab belgilarni faqat boshlanish davrida kuzatish mumkin, keyinchalik esa organizm surunkali intoksikatsiyaga moslasha boshlaydi va giyohvand moddalardan mastlikning tashqi belgilarini faqat mutaxassis aniqlay oladi.



Agar siz biror narsadan shubha qilayotgan bo'lsangiz, o'smirlarga qo'pol tanbehlar bilan "tashlanish" va "qat'iy" choralar ko'rish kerak emas. U bilan ishonch bildirgan holda gaplashib ko'ring; har qanday holatda ham shunday qilishga harakat qiling. Uni mutaxassis narkologga olib boring. Bolaga vrach-narkolog maslahati jazo emas, balki giyohvand modda iste'mol qilayotgan insonga real yordam berish imkoniyati ekanligini tushuntirishga urinib ko'ring. Davo kursi qanchalik erta boshlansa, muvaffaqiyatga erishish umidi shunchalik ko'p bo'ladi.

### Ota-onalarga o'smirlarda zararli odatlarning erta namoyon bo'lishi bo'yicha tavsiyalar

O'smirlik yoshida oldingi tarbiyaning nuqson va kamchiliklari namoyon bo'ladi. Shu sababdan, ota-onalarning eng muhim vazifasi – bu bola holatini nazorat qilishdir. U qanday holatda uyga kelganini uyda chiqib ketayotganidagi vaziyat bilan solishtirish va bunga e'tibor qaratish lozim. Bu, masalan, bola birinchi marta chekkanini, alkogol yoki giyohvand modda qabul qilganini vaqtida aniqlashga imkon beradi.

Ijtimoiy pedagog ota-onalarni psixoaktiv moddalar (PAM) – alkogol, tamaki, giyohvand moddalarni qabul qilish simptomlari va bunda bola xulqining tashqi belgilari bilan tanishtirishi mumkin.

#### Alkogol ichimliklar (pivo, vino, aroq va h.k.)

*Simptomlari:* reaksiyaning pasayishi, uyquchanlik, noaniq nutq, shaxsiyatning o'zgarishi (boshqacha qadriyatlarining paydo bo'lishi).

*Tashqi belgilar:* bekirilgan butilkalar, bo'shashib turish, jag'larning osilib qolishi, harakatlarning qasddan qilingandek ko'rinishi, xotiraning pasayishi.

#### Tamaki

*Simptomlari:* jismoniy kuchning pasayishi, harakatlar muvofiqligining yomonlashuvi, tez charchash, kuchsizlanib borish, mehnatga layoqatlilikning pasayishi.

*Tashqi belgilar:* tamaki (tutun) hidi, tez-tez va uzoq vaqt hojatxonada yoki yuvinish xonasida o'tirish, cho'ntakda gugurt, zajigalka, tamaki olib yurish, barmoqlarning sarg'ayib qolishi.

#### Yelim hidlash

*Simptomlari:* agressivlik, yuzning xayol parishon yoki ifodasiz holatda bo'lishi.

*Tashqi belgilar:* mast odamdek ko'rinish, yelim tubalari, qog'oz yoki polietilen paketlar, dastro'mol olib yurish, ust-boshda yelim dog'larining bo'lishi.

#### Marixuana, "giyoh", papiros

*Simptomlari:* uyquchanlik, fikrlarning chalkashligi, ko'z qorachiqalarining kengayishi, harakatlar muvofiqligining buzilishi, shirinlik yeyishga moyillik, ishtahaning yuqoriligi, arang ilg'anadigan gallyutsinatsiyalar.

*Tashqi belgilar:* ko'z ostidagi qizil shishlar, yoqilgan bargdan keladigan o'tkir hid, kiyim tahlamlari va cho'ntaklarda mayda urug' donalari, papiros qog'ozining bo'lishi, barmoqlar terisining rangparligi.

#### Kokain

*Simptomlari:* yuqori arterial bosim, og'riq hissining yo'qolishi, o'zini boshqalardan ustun his qilish, beka-u ko'stlik hissi, yuqori faollik, charchoqni his qilmaslik.

*Tashqi belgilar:* kichik plastik paketlar yoki alyumin folgada oq kristallsimon kukunning bo'lishi, burun shilliq qavati giperemiyasi.

#### Geroin, morfiy, kodein

*Simptomlari:* talvasa, uyquchanlik, ukol izlari, rangpar ko'zlar, ko'ylak yenglarida qon dog'lari, tumov.

*Tashqi belgilar:* teri orasiga in'eksiya qilish uchun ishlatiladigan nina yoki shpritslar, matodan qilingan jgut, chilvir, arqon, kamar, shaffof paketlar olib yurish, ichida olov yoqilgan butilka qopqog'i yoki qoshiq.

#### Krek

*Simptomlari:* depressiya bilan almashinuvchi qisqa muddatli eyforiya, boshlang'ich davrdagi giperfaollik, loqaydlik, to'xtamaydigan tumov.

*Tashqi belgilar:* shisha idish yoki polietilen qopchalardagi kichik toshsimon parchalar, shamlar, ustara olib yurish.

## XULOSA VA TAKLIFLAR

### Profilaktik chora-tadbirlar:

Simptomlarni o'rganib, tashqi belgilarni kuzatganda zararli odatni erta bosqichda payqasak, quyidagilarni amalga oshirish zarur:

- PAM profilaktikasi bo'yicha tadbirlar – ma'ruza, suhbat, trening va h.k.larni o'tkazish;
- interaktiv metodlardan foydalanish, bolalar bilan birgalikda o'zimiz ham hissiy va xulqiy tajribada buni tadqiq qilishga tayyor bo'lish;
- muloqotning axborot qismidan ko'ra, PAMga qaramlikdan bosh tortish ko'nikmalarini shakllantirishga katta e'tibor qaratish;
- zararli odatlarning salbiy ko'rinishlari bilan kurashmasdan, buning o'rniga uning bo'lmasligining ijobiy tomonlarini targ'ib qilish;
- bolalarning PAMga qaramlik profilaktikasini parallel tarzda kattalar PAM qaramligi profilaktikasi bilan birga olib borish zarur;
- PAM qaramlik profilaktikasi kattalar qadriyatlariga emas, o'smir qadriyatlariga asoslangan bo'lishi kerak;
- o'smining bo'sh vaqtida faoliyatini tashkil etish, bu vaqtdagi bandligini ta'minlashga e'tibor qaratish lozim. Profilaktika ishlarini ota-onalar ijtimoiy pedagog, maktab psixologi, narkologlar bilan birga olib borishi kerak.

### Bola birinchi bor uydan ketib qolgan vaziyatda ota-onalarga tavsiyalar:

1. Vahimaga tushmang. Uning ketishidan oldin nima sodir bo'lganligini eslang. Uni oxirgi bo'lib kim ko'rganligini aniqlashtiring. Bolaning ketishdan oldingi xulqi va uning gaplarini tahlil qiling.
2. Turli xil baxtsiz hodisalar ehtimoli tufayli "Tez yordam" va militsiyaga ariza tashlang.
3. Uning do'stlari va tanishlari, bo'lishi ehtimoli bo'lgan joylar haqida ma'lumot to'plang. Ularni tekshirib ko'rishdan erinmang. Bolaning do'stlari bilan so'nggi marta uchrashuvida nima haqida so'zlashganligi, uning o'sha paytdagi o'y-niyatlarini aniqlang.
4. Bolaning qayerda ekanligini aniqlagach, uni uyga kuch bilan qaytarishga shoshilmang – natija kutilganga teskari bo'lishi mumkin. Agar bola u yerda yolg'iz bo'lmasa, o'sha yerdagi barcha bilan suhbatlashib ko'ring, ularni o'zingiz tomonga og'dirishga urinib ko'ring.
5. Bola bilan kelishishga harakat qiling, uni sizni tinglashga ishonitiring va uni ham tinglang. Suhbat jarayonida e'tiborli, chegarasi bilan ochiq va adolatli bo'ling. Bolaning gapini bo'lmang, uni ichidagini gapirib olishira qo'yib bering, hatto bu sizga nisbatan ayblovlardan iborat bo'lsa ham. Agar siz biror sohada aybdor bo'lsangiz, xatoingizni tan olib, uzr so'rang.
6. Yuzaga kelgan vaziyat va uning oqibatlarini muhokama qilmaslikka harakat qiling, uning o'rniga undan chiqib ketish yo'llari va sizning keyingi hayotingiz yo'llari haqida muhokama olib boring.
7. Keyinchalik ham bolani bu mavzuda ayblamang va o'tgan hodisa muhokamasiga qaytmang. Shuningdek, barcha do'stlaringiz va qarindoshlaringizga hamma narsani aytish kerak emas: vaqt o'tishi bilan bolangiz bilan munosabatlaringiz yaxshilanib ketishi ehtimoldan xoli emas, biroq ular nazarida bolangiz uzoq vaqt davomida bebosh bola sifatida saqlanib qolishi mumkin.
8. Bolangizga uzilgan aloqalarni tiklashiga – o'qish, ish va h.k.ga qaytishiga yordam bering. O'z reja va tashvishlaringizni u bilan baham ko'ring. Bu bolaga bo'lgan ishonchingiz belgisidir.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Аришкова В.В. Профилактика зависимого поведения: системный подход. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014.
2. Вагин И.О. Выиграй у судьбы в рулетку. – Москва; Харьков: Питер.
3. Степанов С. Законы психологии. – Санкт-Петербург, 2000.
4. Сонин В. Психологический практикум. – Москва, 1998.
5. Симатова О. Профилактика аддиктивного поведения. – Санкт-Петербург: Лань, 2023.
6. Сельченко К.В. Психология зависимости: хрестоматия. – Минск: Харвест, 2004.
7. Пилипенко А., Соловьева И. Зависимые, созависимые и другие трудные клиенты. – Москва: Издательство Института психотерапии, 2023.
8. Хуснутдинова З.А., Сафина Э.Н., Максимов К.В. Аддиктивное поведение в детско-молодёжной среде: проблемы, профилактика. – Санкт-Петербург: Лань, 2024.
9. Шнейдер Л.Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков: учебник и практикум для вузов. – Москва, 2024.

- 
- 13.00.00 Pedagogika fanlari
  - 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
  - 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
  - 13.00.03 Maxsus pedagogika
  - 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
  - 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
  - 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
  - 13.00.07 Ta'limda menejment
  - 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
  - 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
  - 07.00.00 Tarix fanlari
  - 19.00.00 Psixologiya fanlari
  - 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
  - 02.00.00 Kimyo fanlari
  - 03.00.00 Biologiya fanlari
  - 09.00.00 Falsafa fanlari
  - 10.00.00 Filologiya fanlari
  - 11.00.00 Geografiya fanlari



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

**Mas'ul muharrir:** Ramzidin Ashurov

**Ingliz tili muharriri:** Murod Xoliyorov

**Musahhih:** Alibek Zokirov

**Sahifalovchi va dizayner:** Iskandar Islomov

---

**2026. №1**

---

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.  
**Litsenziya raqami: № 136361.**

**Manzilimiz:** Toshkent shahar, Yunusobod tumani  
19-mavze, 17-uy.