



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



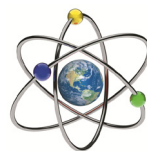
№1
2026

- 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. 276 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" gazetalar 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

Talabalarda tolerantlikni shakllantirish zarurati va samaradorligi.....	28
Bafayev Muxiddin Muxammadovich	
Muhandislik grafikasi bo'yicha raqamli kompetensiyalarni shakllantirishda grafik dasturlardan foydalanish metodikasini yaratish	34
Axmatova Asila Akmaljon qizi	
Investigation on the Efficacy of Pedagogical Approaches in Virtual Learning	37
Burkhonova Zarafuz Qobilovna, Makhmudov Shaxboz Muzzafarovich	
The Role of Input And Interaction in Second Language Acquisition.....	40
Dilorom Poyonova	
Muhandislik yo'nalishida kartografiya fanini integratsiyalashgan holda o'qitish	45
Kazakbayeva Muxabbat Turabayevna	
Incorporation of Moocs Into the Digital Educational Framework for the Development of Professional Speech Culture.....	49
Kudrat-Zoda Kamola Alisherovna	
Pedagogical Strategies for Enhancing Students' Creative Thinking Throughout the Learning Process	52
Makhmudova Ugliy Baxtiyarovna	
Kognitiv yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning media savodxonligini rivojlantirish	57
Mirzayeva Mayramxon Zaynobiddinova	
Transformatsion yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning sun'iy intellekt savodxonligini rivojlantirish.....	61
Mirzayeva Ziyoda Uktamjonovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni tanqidiy fikrlashga o'rgatish	65
Qurbonboyeva Gulnoza Mahmud qizi	
An Online Service that Integrates Up-To-Date Content From Well-Known Mooc Platforms	68
Rakhimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Abdurahmonova Osiyo Jahongirovna	
The Fourth Phase of Distance Education: Integrated Technologies and Moocs	71
Rahimberdiyev Rustam Abdunasirovich, TaranenkoTatyana Viktorovna	
Gamifikatsiya orqali iqtidorli o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini oshirish	74
Rustamova Manzura Mirkamolovna, Xaytbayeva Malika Qobil qizi	
Boshlang'ich ta'lim fanlarini didaktik o'yinlar orqali tushuntirish	77
Rustamova Manzura Mirkamolovna, Shomaxsudova Diyora Dilshod qizi	
O'smirlar orasida alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniya profilaktikasi	80
Sh. F. Mustafayeva	
Educational Physics Experiments: Methods and Didactic Strategies for Developing Critical Thinking in Students	85
Turayev Alimjan Bahriddinovich	
The Problems of Remote Learning Technology and Global Trends in University Education Development.....	88
Tursunov Begzod Sherzodovich, Shukurova Madina	
A Case Study of Humanities Disciplines Using Massive Open Online Courses as a Resource for Blended Learning	91
Tursunov Begzod Sherzodovich, Eshkabilov Kodirali Davlatmuratovich	
Modern Education and Training Practices for Future Dentists	94
Turumova Marjona Bahodirovna	
Kommunikativ yondashuv asosida nutqiy kompetensiyani shakllantirish.....	98
Tuxtayeva Mehriyo Shavkatovna	



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>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kreativ faoliyatini xalq og'zaki ijodi asosida rivojlantirish	130
<i>Abduraximova Muxabbat Allayevna</i>	
Boshlang'ich sinf matematika darslarida o'rganiladigan nostandart masalalar	133
<i>Karimova Kunduz Ruzibayevna, Yo'ldosheva Tojigul Ulug'bek qizi</i>	
Video-marketingning iste'molchilar jalb qilinishiga ta'siri: Tiktok va Youtube misolida.....	138
<i>Rustamova Ma'mura Asqar qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning kognitiv jarayonlarini diagnostika qilish	141
<i>Shorustamboyeva Shahnoza Ulug'bekovna</i>	
The use of Visualization Technology as a New Trend in Teaching the English Language	144
<i>Tursunoy Ortiqova</i>	
Didaktik drama asosida kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda narrativ yondashuvning asosiy tushunchalari tahlili	149
<i>Xolbayeva Dildora Azizovna, Sadiyeva Shaxnoza Xusanovna</i>	
Tibbiyot oliy ta'lim muassasalarida biokimyo fanini o'qitishda work-based learning metodikasini qo'llash ..	153
<i>Mamadaliyeva Zarina Raxmat qizi</i>	
Bo'lajak shifokorlarni tibbiy amaliyotga tayyorlash metodikasini takomillashtirish.....	156
<i>Murtazayeva Nasiba Komiljonovna</i>	
Autizm spektri buzilishi bo'lgan bolalar uchun inklyuziv ta'limni tashkil etish	159
<i>Xusnidinova Saodat</i>	
Muloqot madaniyati asosida liderlik fazilatlarini shakllantirishning samarali usullari	163
<i>Djumayeva Dildora Isroilovna</i>	
Integrating Quizlet, Kahoot, and Padlet Into Vocabulary Instruction: An Experimental Study With Undergraduate Philology Students.....	167
<i>Inoyatova Umida Boxadir qizi</i>	
Advantages and Disadvantages of Teaching Students Via Competent Based Approach in Order to Improve Their Listening and Speaking in Finland	171
<i>Abdukhakimova Kamola Akmalovna, Rahmatova Mohijahon Ahmad qizi</i>	
Kimyo ta'limida iqlim o'zgarishlariga oid ilmiy ma'lumotlar asosida qaror qabul qilish kompetensiyasini rivojlantirish	175
<i>Akbarova Saidaxon Rustamovna</i>	
Tibbiyot oliy ta'limida pediatriya talabalari klinik fikrlashini rivojlantirishda muammoli ta'lim metodlarining roli.....	180
<i>Atadjanova Shaira Xalilovna, Umardulov Muxtorali Islomkulovich</i>	

Individual ta'lim muhiti asosida bo'lajak maktabgacha ta'lim tarbiyachilarini kasbiy-metodik tayyorlashni takomillashtirish.....	185
Azamatova Dildora Shuxrat qizi	
Boshlang'ich ta'lim-tarbiya tizimida raqamli ta'limni joriy etishning innovatsion yondashuvlari va samaradorlik omili.....	189
Babayeva Dilnoz Xaydarovna	
O'qish savodxonligini oshirishda xalqaro tadqiqotlarning o'rni (PISA va PIRLS)	192
Barakayeva Shahnoza Fazliddin qizi	
Yosh rahbarlarda boshqaruv stressining namoyon bo'lishi va boshqaruv faoliyatiga moslashuv muammolari: ta'lim tizimi sharoitida psixologik holat tahlili.....	195
Djavgarova Dilfuza Shuxrat qizi	
Sun'iy intellekt va katta ma'lumotlardan foydalanish asosida oliy ta'lim muassasalarida boshqaruv samaradorligini oshirish strategiyalari.....	199
Duvlayeva Nozigul Xolmuxammad qizi	
Enhancing English Learners' Pronunciation Through AI-Based Language Applications.....	203
Egamova Munisa Khakim kizi	
Maktab ta'lim tizimining dars jarayonlarida elektron qo'llanmalardan samarali foydalanish.....	208
Kodirov Akbar Shuxratovich	
Improving the Methodology of Teaching Biochemistry in Medical Higher Education Institutions Through Virtual Laboratory Tools	213
Mamadaliyeva Zarina Rakhmat kizi	
O'smirlarda kommunikativ tolerantlik muammosining nazariy-metodologik asoslari.....	218
Mirsidikova Aziza Mirvohidovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini tashkil etishning nazariy asoslari	221
Muxtorova Xusnidaxon Abdug'oprovna	
Improving the Theoretical and Methodological Foundations for Integrating Generative Artificial Intelligence Technologies Into English Language Teaching in Higher Education	226
Nigmatova Nozimakhon Ulugbek kizi	
Maktabgacha ta'lim va oila hamkorligi: zamonaviy yondashuvlar va ilmiy asoslar.....	229
Omondavlatova Diyora Otabekovna	
Oliy ta'lim muassasalarida iqtidorli talabalarning ilmiy va ijodiy kompetensiyalarini aniqlashga yo'naltirilgan axborot tizimini yaratish	233
Ovxunov Iqboljon Abdunabiyeovich, Ro'zimatova Saidaxon Abdivoxid qizi	
O'quvchilarni o'zbek xalq og'zaki ijodi namunalari vositasida vatanparvarlik ruhida tarbiyalash pedagogik muammo sifatida.....	237
Qodirqulov Nodirbek Hamroqul o'g'li	
Oliy ta'lim tizimida talaba-qizlarning kasbiy, madaniy va kommunikativ faoliyatlarini samarali tashkil etish	242
Qurbonova G. M.	
Kasbiy tayyorgarlik jarayonida refleksiv yondashuvning metodologik asoslari	245
Raxmatova Shaxnoza Oybek qizi	
Inkluziv ta'limda pedagogik diagnostika: maxsus ehtiyojli o'quvchilarning o'quv yutuqlarini baholash	248
Norqobilova Rayxona Davlatovna	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachilarining umummadaniy kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyalari.....	252
Saidova Nigora Olimovna, Jo'rayeva Nilufar Rustamjon qizi	
Pedagogical Strategies for Enhancing Students' Creative Thinking Throughout the Learning Process	254
Shaymatova Aziza	
Dasturiy-metodik majmuani ishlab chiqish bosqichlari hamda pedagogik talablar.....	259
Soliyeva Gavharoy Yodgorjon qizi	
Nutq kamchiliklarini bartaraf etishda maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda pedagogik metod va o'yinlarning samaradorligi	265



Suyarova Orzigul Sodiq qizi

Yoshlarni nikohga tayyorlashda shaxsiy omillar va psixologik yetuklik..... 269
To'xtamatova Nargizaxon Abdullayevna, Buranova Sevara Sa'dullayevna

O'zbekiston umumiy o'rta ta'lim tizimida rahbarlarning liderlik kompetensiyalarining
hozirgi holatini diagnostika qilish 273
Taylakova Dilnoza Norbekovna, Latifova Mavjuda Xurramovna



YOSH RAHBARLARDA BOSHQARUV STRESSINING NAMOYON BO'LISHI VA BOSHQARUV FAOLIYATIGA MOSLASHUV MUAMMOLARI: TA'LIM TIZIMI SHAROITIDA PSIXOLOGIK HOLAT TAHLILI

Djavgarova Dilfuza Shuxrat qizi

Toshkent shahridagi Puchon universiteti, 2-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada ta'lim tizimi sharoitida faoliyat yuritayotgan yosh rahbarlarda boshqaruv stressining namoyon bo'lishi hamda uning boshqaruv faoliyatiga moslashuv jarayoniga ta'siri psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Boshqaruv stressi yosh rahbar shaxsining kasbiy shakllanish bosqichi, rol va mas'uliyat nomutanosibligi hamda institutsional va emotsional yuklama bilan bog'liq holat sifatida talqin etiladi.

Maqolada stressning emotsional, kognitiv va xulqiy namoyon bo'lish shakllari hamda ularning boshqaruv qarorlarini qabul qilish jarayoni va professional moslashuv samaradorligiga ta'siri asoslanadi.

Kalit so'zlar: yosh rahbar shaxsiyati, boshqaruv stressi, professional va psixologik moslashuv, ta'lim tizimida boshqaruv, stressogen omillar, boshqaruv faoliyatining samaradorligi, rol konflikti.

Abstract: This article provides a psychological analysis of the manifestations of managerial stress among young leaders working in the education system and examines its impact on their adaptation to managerial activities. Managerial stress is interpreted as a condition associated with the stage of professional development of young leaders, role and responsibility imbalance, as well as institutional and emotional workload.

The article identifies emotional, cognitive, and behavioral manifestations of stress and substantiates their influence on managerial decision-making processes and the effectiveness of professional adaptation.

Key words: young leader personality, managerial stress, professional and psychological adaptation, management in the education system, stressogenic factors, effectiveness of managerial activity, role conflict.

Аннотация: В статье с психологической точки зрения анализируются проявления управленческого стресса у молодых руководителей, осуществляющих профессиональную деятельность в системе образования, а также его влияние на процесс адаптации к управленческой деятельности. Управленческий стресс интерпретируется как состояние, связанное с этапом профессионального становления личности молодого руководителя, несоответствием ролей и ответственности, а также институциональной и эмоциональной нагрузкой.

В работе раскрываются эмоциональные, когнитивные и поведенческие формы проявления стресса, а также обосновывается их влияние на процессы принятия управленческих решений и эффективность профессиональной адаптации.

Ключевые слова: личность молодого руководителя, управленческий стресс, профессиональная и психологическая адаптация, управление в системе образования, стрессогенные факторы, эффективность управленческой деятельности, ролевой конфликт.

KIRISH

So'nggi yillarda ta'lim tizimida boshqaruv jarayonlarining murakkablashuvi, tashkiliy talablarning ortishi hamda boshqaruv faoliyatiga yosh mutaxassislarning faol jalb etilishi yosh rahbarlar shaxsiyati bilan bog'liq psixologik muammolarga e'tiborni kuchaytirmoqda.

Ayniqsa, rahbarlik faoliyatining dastlabki bosqichida bo'lgan yosh kadrlar uchun boshqaruv jarayoni nafaqat kasbiy, balki kuchli psixologik moslashuvni talab qiluvchi murakkab jarayon sifatida namoyon bo'lmoqda. Ushbu jarayonda boshqaruv stressi yosh rahbarlarning faoliyat samaradorligi, qaror qabul qilish sifati hamda professional barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillardan biri hisoblanadi.



Ta'lim tizimi boshqaruv faoliyatining o'ziga xosligi bilan ajralib turadi. Bu sohada rahbar nafaqat ma'muriy vazifalarni bajaradi, balki pedagogik jamoa, o'quvchilar, ota-onalar va yuqori tashkilotlar o'rtasida muvozanatni ta'minlovchi shaxs sifatida ham faoliyat yuritadi. Ayniqsa, yosh rahbarlar uchun tajribali pedagoglar bilan ishlash, institutsional talablar va real imkoniyatlar o'rtasidagi tafovut, mas'uliyatning yuqoriligi hamda vakolatlarning cheklanganligi stressogen vaziyatlarning yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin.

Bunday sharoitda boshqaruv stressi faqat tashqi yuklama natijasi emas, balki shaxsning kasbiy shakllanish bosqichi bilan bog'liq ichki psixologik qarama-qarshiliklar natijasi sifatida ham namoyon bo'ladi.

Psixologik tadqiqotlarda boshqaruv stressi ko'pincha emotsional zo'riqish, kognitiv resurslarning pasayishi va xulqiy reaktivlikning kuchayishi bilan tavsiflanadi. Yosh rahbarlarda ushbu holatlar boshqaruv faoliyatiga moslashuv jarayonini murakkablashtirib, professional o'zini anglash va rahbarlik rolini qabul qilishda muammolarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois, boshqaruv stressining namoyon bo'lish shakllarini va uning moslashuv jarayoniga ta'sirini psixologik jihatdan tahlil qilish ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Mazkur maqolada ta'lim tizimi sharoitida faoliyat yuritayotgan yosh rahbarlarda boshqaruv stressining asosiy namoyon bo'lish xususiyatlari hamda uning boshqaruv faoliyatiga moslashuv jarayoniga ta'siri tahlil qilinadi.

Bilamizki ta'lim tizimida yosh rahbarlarning boshqaruv faoliyatiga kirib kelishi ko'pincha yuqori kutilyotgan natijalar va qisqa vaqt ichida samaradorlikni ta'minlash talabi bilan kechadi. Bunday vaziyatda rahbarlik lavozimi nafaqat kasbiy imkoniyat, balki psixologik bosim manbai sifatida ham namoyon bo'ladi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Yosh rahbarlar uchun tashkiliy muhitni tezda anglash, norasmiy ijtimoiy munosabatlarni to'g'ri talqin qilish va mavjud me'yorlarga moslashish jarayoni murakkab kechishi mumkin. Ushbu omillar rahbar shaxsida ichki noaniqlik, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi va qaror qabul qilishda ikkilanish holatlarini kuchaytiradi.

Shuningdek, boshqaruv faoliyatining doimiy nazorat ostida bo'lishi, baholash mexanizmlarining kuchayishi hamda tashqi talablar bilan ichki resurslar o'rtasidagi nomutanosiblik yosh rahbarlarda stressning surunkali tus olishiga olib kelishi ehtimolini oshiradi. Bu holat uzoq muddatda professional charchash, emotsional sovuqlashuv va boshqaruv faoliyatiga nisbatan befarqlik shakllanishiga zamin yaratishi mumkin.

Boshqaruv stressi zamonaviy psixologik tadqiqotlarda rahbarlik faoliyatining ajralmas tarkibiy qismi sifatida e'tirof etiladi. Ayniqsa, yosh rahbarlarda ushbu holat professional faoliyatning dastlabki bosqichlarida yanada keskin namoyon bo'lishi bilan xarakterlanadi. Bu jarayon, avvalo, shaxsning rahbarlik rolini ichki qabul qilishi, o'zini boshqaruv subyekti sifatida anglash darajasi hamda tashkiliy muhitga moslashuv tezligi bilan bevosita bog'liqdir.

Ta'lim tizimi sharoitida esa boshqaruv stressi murakkab ijtimoiy-psixologik omillar majmuasi ta'sirida shakllanadi.

Ta'lim muassasalarida yosh rahbarlar ko'pincha bir vaqtning o'zida bir nechta ijtimoiy rollarni bajarishga majbur bo'ladilar. Ular rahbar sifatida tashkiliy intizomni ta'minlash, pedagog sifatida ta'lim jarayonining sifatini nazorat qilish hamda vositachi sifatida turli manfaatdor tomonlar o'rtasida muvozanatni saqlash vazifalarini bajaradilar. Ushbu rollar o'rtasidagi nomutanosiblik va ularning aniq chegaralanmaganligi boshqaruv stressining kuchayishiga olib keluvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Ayniqsa, vakolat va mas'uliyat o'rtasidagi tafovut yosh rahbarlarda ichki ziddiyatlarni yuzaga keltirib, boshqaruv faoliyatiga moslashuv jarayonini murakkablashtiradi.^[1]

Boshqaruv stressining psixologik namoyon bo'lishi, odatda, bir necha darajada kuzatiladi. Emotsional darajada bu holat doimiy tashvish, asabiylashuv, ichki zo'riqish va emotsional beqarorlik ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Kognitiv darajada esa diqqatning pasayishi, vaziyatni baholashda subyektivlikning kuchayishi, qaror qabul qilishda ikkilanish va noaniqlik holatlari yuzaga keladi. Xulqiy darajada esa boshqaruv uslubining keskinlashuvi, muloqotdagi qattiqqo'llik yoki, aksincha, passivlikka moyillik kuzatilishi mumkin.

Ushbu namoyon bo'lish shakllari yosh rahbarning professional samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Yosh rahbarlarda boshqaruv faoliyatiga moslashuv jarayoni stress bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ushbu jarayonning muvaffaqiyati ko'p jihatdan shaxsning psixologik resurslariga bog'liqdir. Moslashuv jarayoni faqat tashkiliy qoidalarga rioya qilish bilan cheklanmay, balki rahbarlik rolini ichki qabul qilish, o'z imkoniyatlarini real baholash va stressogen vaziyatlarga konstruktiv munosabat bildirishni ham o'z ichiga oladi.

Psixologik moslashuv yetarli darajada shakllanmagan hollarda boshqaruv stressi surunkali tus olib, professional charchash va emotsional sovuqlashuv holatlariga olib kelishi mumkin.^[2]



Ta'lim tizimiga xos bo'lgan yana bir muhim omil – bu ijtimoiy baholashning yuqori darajada bo'lishidir. Yosh rahbarlarning faoliyati nafaqat yuqori tashkilotlar, balki pedagogik jamoa, ota-onalar va keng jamoatchilik tomonidan ham doimiy baholanib boriladi. Ushbu ko'p darajali nazorat va kutilyotgan natijalarning yuqoriligi boshqaruv stressining kuchayishiga sabab bo'ladi.

Natijada rahbar shaxsida o'z faoliyatiga nisbatan ishonchsizlik, xatolardan qo'rqish va tashabbus ko'rsatishdan chekinish kabi holatlar shakllanishi mumkin.

Shu bilan birga, boshqaruv stressining salbiy ta'siri mutlaq xarakterga ega emas. Ma'lum darajada boshqaruv stressi yosh rahbarning professional rivojlanishini rag'batlantiruvchi omil sifatida ham namoyon bo'lishi mumkin.

Biroq bu holat stressning boshqariladigan va shaxs resurslariga mos bo'lgan darajada bo'lishini talab etadi. Aks holda, stress destruktiv tus olib, boshqaruv faoliyatining samaradorligini pasaytiradi. Shu sababli yosh rahbarlarning boshqaruv stressiga moslashuvi masalasini psixologik nuqtai nazardan o'rganish va ilmiy asoslangan qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.^[3]

TAHLIL VA NATIJALAR

Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ta'lim tizimi sharoitida faoliyat yuritayotgan yosh rahbarlarda boshqaruv stressi faqat qisqa muddatli emotsional reaksiya emas, balki boshqaruv faoliyatining murakkab ijtimoiy-psixologik jarayoni ekanligi aniqlanadi. Stress omillari strukturasida eng asosiy komponentlar – vakolat va mas'uliyat nomutanosibligi, tashkiliy talablarning kuchayishi, emotsional yuklama hamda ijtimoiy baholash bosimi hisoblanadi.

Bu omillar birgalikda yosh rahbarlarda tashqi va ichki stress reaksiyalarini shakllantiradi hamda ularning professional moslashuv jarayonini murakkablashtiradi. Ta'lim muassasalari rahbarlarida stress bilan bog'liq holatlar ko'pincha tashkiliy iqlim sharoitining o'zgaruvchanligi, pedagogik jamoa bilan muvozanatni saqlash zaruriyati va yuqori ijtimoiy kutilyotgan talablar bilan izohlanadi.^[4]

Empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, stress holatining kuchayishi yosh rahbarlarda qaror qabul qilish jarayonida sezilarli buzilishlarga olib keladi. Bu natija boshqaruv stressi bilan bog'liq nazariyalarda stressning kognitiv jarayonlarga ta'siri haqida ilgari olingan fikrlarga mos keladi. Masalan, tadqiqotlar stressning qaror qabul qilish samaradorligini pasaytirishi, diqqatni jamlash qobiliyatini yo'qotishi va alternativ variantlarni baholashda noaniqlikni kuchaytirishi haqida dalillarni taqdim etgan.

Shu jihatdan, stress nafaqat emotsional sohada, balki psixologik resurslar bilan bog'liq kognitiv mexanizmlarda ham salbiy ko'rinadi, bu esa boshqaruv vazifalarini bajarishga to'sqinlik qiladi.

Yana bir muhim natija shundaki, yosh rahbarlarning professional moslashuvi ularning stress bilan kurashish strategiyalari darajasiga bevosita bog'liq.

Tadqiqotlarda stressga moslashuvning samarali strategiyalari – masalan, tashkiliy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy yordam tizimlari va shaxsiy stress menejmenti ko'nikmalarini rivojlantirish – rahbarlarning barqaror ishlashiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlangan.

Bu natija stressni boshqarish va moslashuv mexanizmlarini rivojlantirishga qaratilgan kompleks yondashuvlarning ahamiyatini tasdiqlaydi.^[5]

Bu jarayonda shaxsiy stressga chidamlilik resurslarini rivojlantirish bilan bir qatorda, tashkilot ichidagi tartib-qoidalar hamda boshqaruv yondashuvlarini qayta ko'rib chiqish yosh rahbarlarning ijtimoiy va professional muhitga moslashuvini sezilarli darajada yaxshilash imkonini beradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, boshqaruv stressining barcha komponentlari ham salbiy xarakterga ega emas.

Aksincha, uning ayrim shakllari psixologik moslashuvni rag'batlantiruvchi omil sifatida namoyon bo'lishi mumkin. Xususan, stressning me'yoriy darajasi individual motivatsiyaning faollashuviga, muammoli vaziyatlarni qayta baholashga hamda boshqaruv faoliyatida yangi strategiyalarni ishlab chiqishga turtki beradi. Biroq mazkur ijobiy ta'sir faqat stress shaxsning psixologik resurslariga mos keladigan optimal darajada bo'lgandagina kuzatiladi.

Stress darajasining ortishi esa boshqaruv faoliyatida destruktiv oqibatlarga, jumladan, emotsional zo'riqishning kuchayishi, moslashuv jarayonining buzilishi va professional samaradorlikning pasayishiga olib keladi.

Shuning uchun professional moslashuvni oshirish bo'yicha harakatlar stressni butunlay yo'qotishga qaratilgan bo'lishi shart emas, balki uni boshqarish va resurslarga mos ravishda yo'naltirishga asoslanishi lozim.

Shu bilan birga, ta'lim tizimi sharoitida boshqaruv stressi bilan bog'liq jarayonlar shaxsning ijtimoiy muhitiga ham bog'liq ekanligi aniqlanadi. Ijtimoiy baholash bosimi, pedagog jamoa bilan munosabatlar, rahbarning qaror qabul qilishida kollektiv fikrning o'rni stress darajasini oshiradi yoki kamaytiradi. Bu esa, o'z navbatida,



moslashuv mexanizmlarining samaradorligini belgilovchi muhim ijtimoiy-psixologik omil sifatida qaraladi. Bu nuqtayi nazar boshqaruv stressini faqat individual psixologik holat sifatida emas, balki ijtimoiy jarayonlar bilan belgilanadigan tizimli hodisa sifatida tahlil qilish zaruratini ko'rsatadi.

Natijaviy jihatdan, yosh rahbarlarda boshqaruv stressi va uning moslashuv jarayoni kompleks, ko'p omilli fenomen bo'lib, individual psixologik xususiyatlar, tashkiliy sharoit va ijtimoiy kontekst o'rtasidagi o'zaro ta'sir asosida shakllanishini aniqladik. Bu topilmalar ta'lim muassasalari rahbarlarini tayyorlash, ularni qo'llab-quvvatlash va stress menejmenti strategiyalarini ishlab chiqish bo'yicha amaliy tavsiyalarni shakllantirish uchun asos bo'la oladi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

O'tkazilgan tahlil natijalari ta'lim tizimi sharoitida faoliyat yuritayotgan yosh rahbarlarda boshqaruv stressi murakkab va ko'p omilli psixologik hodisa ekanligini ko'rsatdi. Ushbu holat faqat tashkiliy yuklama yoki lavozimga oid mas'uliyat bilan cheklanmay, balki rahbar shaxsining kasbiy shakllanish bosqichi, rol va vakolatlarning nomutanosibligi hamda ijtimoiy muhit bilan o'zaro munosabatlar orqali shakllanishi aniqlandi. Shunday qilib, boshqaruv stressi yosh rahbarlarning professional faoliyatiga moslashuv jarayonida muhim psixologik omil sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqot davomida boshqaruv stressining emotsional, kognitiv va xulqiy namoyon bo'lish shakllari yosh rahbarlarning boshqaruv qarorlarini qabul qilish jarayoni hamda faoliyat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatishi asoslandi. Stress darajasining ortishi professional moslashuv jarayonini sekinlashtirishi, rahbarlik rolini ichki qabul qilishni murakkablashtirishi va uzoq muddatda professional charchash holatlariga olib kelishi mumkinligi aniqlandi. Shu bilan birga, stressning me'yoriy darajasi yosh rahbarlarning faolligi va tashabbuskorligini oshiruvchi omil sifatida ham namoyon bo'lishi mumkin.

Yosh rahbarlarning boshqaruv faoliyatiga moslashuvini ta'minlashda individual psixologik resurslarni rivojlantirish bilan bir qatorda, ta'lim muassasalari doirasida qo'llab-quvvatlovchi tashkiliy muhitni shakllantirish zarurligini ko'rsatadi. Xususan, psixologik tayyorgarlik dasturlarini joriy etish, mentorlik mexanizmlarini rivojlantirish hamda stressni boshqarishga qaratilgan yondashuvlarni amaliyotga tatbiq etish yosh rahbarlarning professional barqarorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Selye Hans. Stress without Distress. New York: Harper & Row, 1974.
2. Lazarus Richard, Folkman Susan. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984.
3. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
4. А.А. Литвинюк (2023). Стресс и профессиональная эффективность руководителя. КиберЛенинка
5. С.М. Шингаев (2008). Управление стрессом в организации. КиберЛенинка

- 
- 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.