



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston  
Milliy Pedagogika  
Universiteti



№4(4)  
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

# AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 440 sahifa,  
22-aprel, 2026-yil.

## **BOSH MUHARRIR:**

Karimova E'zoza Gapijanovna – 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  
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor  
Doniyorov S. M. – “Yangi O'zbekiston” va “Pravda Vostoka” gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
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  
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**

**Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor**

**Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers “Yangi O'zbekiston” and “Pravda Vostoka”, Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate 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**

**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

Pedagog kadrlar tayyorlashda microteaching metodining tashkiliy asoslari va uni samarali qo'llash mexanizmlari.....	10
<a href="#">Abdiqayumova Malika</a>	
Ijtimoiy pedagogik faoliyatning bolalarning moslashuv ko'nikmalarini shakllantirishdagi o'rni .....	14
<a href="#">Abdullayeva Yulduz Qurbon qizi, Xudayberdiyeva Zilola Azamat qizi</a>	
Talabalarning og'zaki nutqini interfaol usullar yordamida rivojlantirish .....	18
<a href="#">Atamirzayeva Ezoza</a>	
English Language Barriers Among Rural Ecotourism Guides in Uzbekistan .....	22
<a href="#">Aminova Asilaxon Sobir qizi</a>	
Совершенствование методов обучения студентов эффективному управлению временем на основе тайм-менеджмента.....	25
<a href="#">Уразова М. Б., Абатова У. Б.</a>	
Zamonaviy ta'limda innovatsion pedagogik texnologiyalarning o'rni va samaradorligi .....	30
<a href="#">Xurramova Dilso'z Baxtiyor qizi</a>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida o'yin asosida ta'limni tashkil etishning pedagogik ahamiyati.....	33
<a href="#">Gaipova Akjunis Qayratovna</a>	
Bo'lajak o'qituvchilarda o'zini o'zi tashkil etish tushunchasi va uning pedagogik mohiyati.....	37
<a href="#">Alimov Bekzod Nematovich</a>	
O'qituvchilarning uzluksiz kasbiy rivojlanish tadbirlarini maktab darajasida boshqarishning integratsiyalashgan yondashuvi .....	41
<a href="#">Ahadova Mushtariybonu Akmal qizi</a>	
Talabalarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishda innovatsion yondashuvlar .....	48
<a href="#">Xurramova Sanobar Mahmatmurod qizi</a>	
Pedagogical Integration as a Factor of Humanization in Professional Teacher Education .....	53
<a href="#">Yusupova Mukhabbat Anatolyevna</a>	
Yoshlarda iqtisodiy tafakkur shakllanishida etnik muhitning ta'siri.....	58
<a href="#">Erkinova Sevara Najmiddin qiz</a>	
Innovative Approaches to Teaching English in Higher Education: a Methodological Study .....	61
<a href="#">Gulsara Khakimova</a>	
Bo'lajak pedagoglarda kognitiv faollikni rivojlantirishda neyropedagogika asoslari.....	63
<a href="#">Hikmatova Jamila Fatox qizi</a>	
Maktabgacha yoshdagi aqli zaif bolalarning eshituv idrokini rivojlantirish texnologiyalari.....	68
<a href="#">I. S. Xamrayeva, Nuriddinova Muxayyo Ishxodjayevna</a>	
Badiiy matn asosida nutqiy ko'nikmalar va ijodiy tafakkur integratsiyasini ta'minlash metodikasi .....	73
<a href="#">Jo'rayeva Sevinch Abdialim qizi</a>	
Etnopedagogik muhitda maktabgacha katta yoshdagi bolalarning nutqini rivojlantirish.....	77
<a href="#">Murodova Farangis G'anisherovna</a>	
Malaka oshirish jarayonida muammoga asoslangan o'qitish vositasida MTT tarbiyachilarining 4K ko'nikmasini rivojlantirish texnologiyasi .....	81
<a href="#">Ravshanova Xafiza Komilovna</a>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida xalq og'zaki ijodi vositalaridan (ertak, maqol, qo'shiq, afsona, doston va boshqalar) foydalanishning nazariy asoslari, xalqaro va milliy tajribasi .....	85
<a href="#">Tog'ayeva Munisa Muxammadiyevna</a>	
Akademik ko'nikmalarni rivojlantirish asosida kelajakdagi o'qituvchining kasbiy kompetensiyasini shakllantirish .....	89
<a href="#">Tursunova Elmira Ulug'bekovna, Rayimova Mushtariy Raup qizi</a>	
Sensor integratsiya autizm spektri buzilishi bo'lgan bolalarning xulq-atvor va hissiy holatiga ta'siri.....	91
<a href="#">Xamidova Muyassar Polsaidovna, Abdullayeva Muslima Shovkat qizi</a>	



Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining mantiqiy fikrlashini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari .....	96
<i>Xoshimova Dilobar Kuchkarovna, Nortosheva Dildora Orif qizi, Avazmurodova Mehribon Sharif qizi</i>	
Инновационная методика нравственного воспитания в начальных классах: подход межпредметной интеграции .....	101
<i>Улугмурадова Шохсанам</i>	
Shaxs o'z-o'zini anglashining ijtimoiy-psixologik jihatlari .....	105
<i>Bobonazarov Oybek Shoyim o'g'li</i>	
Samarqand arxitektura-qurilish instituti va shahar infratuzilmasi rivojlanishi o'rtasidagi bog'liqlik (1950–1990yy).....	108
<i>Abulqosimova Dildora Asrorovna, O'ralov Sodiqjon</i>	
Tabiatshunoslik darslarida steam yondashuvi asosida ta'limni tashkil etish metodlari .....	111
<i>Gulnora Narmatova Tojiyevna</i>	
AI-Mediated Coil in Oral English Teacher Education: a Didactic Model for Developing Intercultural Communicative Competence.....	115
<i>Mukhammadiyeva Khalima Saidakhmadovna</i>	
Pedagogik faoliyatda kasbiy stress jarayonining ijtimoiy psixologik xususiyatlari .....	119
<i>Xotamova Madinabonu Iloxmon qizi</i>	
Pedagogik mahorat fani asosida bo'lajak o'qituvchilarning refleksiv ko'nikmalarini rivojlantirish texnologiyalari.....	123
<i>Xurramova Mohidil Baxtiyorovna</i>	
Bo'lajak kutubxonachilarda ilm-fanga oid bilimlarni o'zlashtirish malakasini shakllantirish .....	126
<i>O'rozov Abdurasul Norboyevich</i>	
Методологические подходы к развитию духовно-творческого потенциала детей младшего школьного возраста .....	130
<i>Хасанова Гулшод Касимовна</i>	
Pedagogik ta'lim transformatsiyasida talabalarning tadqiqotchilik kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyasi.....	134
<i>Rustamova Shoxista Omonjonovna</i>	
O'rta maktab yoshidagi o'quvchilarda voleybol mashg'ulotlarining psixoemotsional holat va ijtimoiy faollikka ta'siri .....	138
<i>Xonimqulova Durdona</i>	
Farzandlar tarbiyasida otalik va onalik hissining shakllanishining o'ziga xosligi .....	141
<i>Tursunboyeva Gavharoy Abdivohid qizi</i>	
O'quv jarayonida raqamli kontent (elektron darslik, multimedia materiallari) yaratish texnologiyalari.....	145
<i>Quvatov Shuxrat Akmurodovich, Rashidov Anvarjon Sharipovich</i>	
Scratch dasturida harflarni vizuallashtirish orqali 1-sinf o'quvchilarining tasavvurlarini rivojlantirish usullarini takomillashtirish.....	150
<i>Normurodova Sadoqat Xoliqulovna</i>	
Vaqtini boshqarish hamda to'g'ri taqsimlashning pedagog hayoti va faoliyatidagi ahamiyati.....	155
<i>Tursunova Nilufar</i>	
Sun'iy intellektning ingliz tili o'qitishdagi roli .....	159
<i>Burxonova Aziza Ikhtiyorovna, Negova Feruza Sharifovna</i>	
Разработка системы адаптивной генерации контрольных вопросов из учебных материалов на узбекском языке на основе гибридного подхода ИИ и таксономии Блума .....	162
<i>Бегалиев Жалолiddин Камолiddинович, Маматов Ислombек Ильесович</i>	
Применение данных беспилотной авиации для обновления картографических данных .....	168
<i>Хакимов Дониёр Бахтиёр угли, Бурунова Муниса Баходировна</i>	
The Role and Significance of the Acmeological Approach in the Managerial Activity of School Principals.....	172
<i>Normurodova Aziza Zuxriddin qizi</i>	
Bo'lajak pedagoglarda tarbiya darslarini samarali tashkil etishga o'rgatish: mazmuni, shakli va metodlari ..	178
<i>Sheraliyeva Nasiba Alimkulovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy xulq-atvorni shakllantirishda ota-ona tarbiya uslublarining pedagogik imkoniyatlari.....	184
<i>Ashurova Aziza Erkinovna</i>	

Mintaqaviy sanoat korxonalarining biznes jarayonlarini tahlil qilish va baholashning zamonaviy usullari (BPM, Lean, Six Sigma yondashuvlari misolida) .....	188
<i>Azimova Maxfuza Rashidovna</i>	
O'zbekistonda turli etnik guruhlarda mehnat motivatsiyasining qiyosiy tahlili.....	193
<i>Erkinova Sevara Najmiddin qizi, Saidakbarova E'zozaxon Muzaffar qizi</i>	
"Geogebra" dasturi yordamida geometriya va matematik analiz kursini o'qitishda vizual tafakkurni rivojlantirish metodikasi.....	196
<i>Fayzullayeva E'zoza O'tkir qizi</i>	
Umumta'lim maktablarida raqamli transformatsiya texnologiyalarini qo'llashning zarurati.....	200
<i>Musurmanova Shodiya Xolmuratovna</i>	
Raqamli ta'lim texnologiyalari va sun'iy intellekt asosida ta'lim jarayonini takomillashtirish.....	204
<i>O'ktamov Madadjon O'ktam o'g'li, Boymurodova Shahzoda Alisher qizi</i>	
Gimnastikada akrobatik mashqlarni rivojlantirish metodikasi .....	208
<i>Raxmatova Nodira Muxtorjon qizi</i>	
Suggestiv metodlar asosida xulqi og'ishgan bolalar uchun tarbiyaviy mashg'ulotlarni loyihalash .....	212
<i>Shermatova Manzura Ikromjanovna</i>	
Tabaqalashtirilgan yondashuv asosida tayyorlov guruh tarbiyalanuvchilarini maktab ta'limiga tayyorlash ...	216
<i>Sanayeva S. B., Toshqulova Z. U.</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida ekologik tafakkurni rivojlantirishning dolzarbligi.....	220
<i>Yaxshiboyeva Nargiza Rustamqulovna</i>	
Понятие искусственного интеллекта в контексте образования и его педагогические функции .....	224
<i>Каримова Сабина Собировна</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda kasbiy barqarorlik ko'nikmalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik omillari....	230
<i>Akramjonova Feruza Akramjonovna</i>	
Demografik yuklama sharoitida maktab pedagogik jamoasini samarali boshqarishning hr-strategiyalari.....	233
<i>Axmadqulova Ozodaxon Hamidullo qizi</i>	
Kasbiy identifikatsiya – shaxsning kasbiy o'zligini shakllantirish omili sifatida .....	236
<i>Bazarov Xayotbek Ne'matovich</i>	
Maktabgacha ta'lim tizimida qoraqalpoq xalq ertaklari asosida multimediyali mahsulotlar yaratish samaradorligi.....	240
<i>Bekimbetova Aynagul Amangeldievna, Ollaberganova Mohira</i>	
Odam anatomiyasi va fiziologiyasi darslarida muammoli ta'lim texnologiyalari orqali talabalarning ijodiy izlanuvchanligini faollashtirish.....	245
<i>Haydarova Pardaxol Boboqulovna</i>	
Chet el va O'zbekiston tajribasida ota-onalar bilan hamkorlikni tashkil etishning metodologiyasi .....	249
<i>Inomova Madina</i>	
Boshlag'ich ta'lim tabiiy fanlarini o'qitishda o'quvchilarning ijodkorligini shakllantirish metodikasi.....	253
<i>Ismatova Zulayho Asadovna, Avazova Gulnoza Qodirjon qizi</i>	
Innovatsion ta'lim muhitida boshlang'ich sinf o'quvchilarida ekologik tarbiyani shakllantirishning samarali yo'llari .....	256
<i>Ismatova Zulayho Asadovna, Xamroyeva Ozoda Norbo'ta qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'qish savodxonligi darslarida o'quvchilarning so'z boyligi va nutqiy ko'nikmalarini shakllantirish .....	259
<i>Mambetova Lobar Mirzavali qizi, Rajabova Nafisaxon Dilmurod qizi</i>	
Kasbiy faoliyatda pedagogik improvizatsiya ijodiy kompetensiya sifatida .....	264
<i>Miraxmedova Dilafro'zxon Nurilloxon qizi, Jo'rayeva Gulshodaxon Ibrohimjon qizi</i>	
Media savodxonlik tushunchasi va uning pedagogik ta'limdagi ahamiyati.....	267
<i>Salomova Lobar Sobir qizi</i>	
Innovatsion ta'lim muhitida boshlang'ich sinf o'quvchilarida estetik tarbiyani shakllantirish metodikasi .....	271
<i>Tursunova Malika Baxtiyor qizi, Aminova Oltinay Davranbek qizi</i>	
STEAM texnologiyasi asosida o'quvchilarning ijodiy tafakkurini rivojlantirish metodikasi .....	274
<i>Xaydarova Dilafuz Abdukurim qizi</i>	



Refleksiv ko'nikmalarni rivojlantirish – bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy faoliyatga tayyorlash bosqichi sifatida.....	279
<i>Jo'rayeva Maftuna Dilshodbek qizi</i>	
Chimyon–Chorvoq kurort-rekreatsiya zonasidagi rekreatsiya obyektlari va ulardan foydalanish holati .....	283
<i>Djurayeva Lobar Vaxitovna</i>	
G'ovlar osha yuguruvchi qizlarning maxsus jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish asosida sport musobaqalariga tayyorlash.....	286
<i>Sattorqulova Fotima Jamol qizi, Sattorqulova Zuhra Jamol qizi</i>	
Grammatika va yozuv ko'nikmasining integratsiyalashuvini ESL o'quvchilarning grammatik ravonligini o'stirishdagi ahamiyati .....	292
<i>Ne'matova Iroda Ilhom qizi, Karimova Xadicha Fazliddin qizi</i>	
Формирование экологической культуры и проектных компетенций молодежи в формате хакатона “Климатон–25” .....	295
<i>Бегмуратова Зоя Асаматдиновна</i>	
Portlovchi kuch sifatini rivojlantirishning nazariy va metodik asoslari.....	298
<i>Xushvaqtov Shaxzod Mamatqul o'g'li</i>	
Enhancing the Writing Skills of Non-Philological Students Through Artificial Intelligence Tools .....	302
<i>Rajabova Rakhimakhon Maksudovna</i>	
Supporting Children With Autism in Inclusive Education: Effectiveness of Multisensory, Visual Scheduling, and Aba Approaches.....	306
<i>Safarova Sanobar Omontashevna, Rakhimova Ozoda Abdurasul qizi</i>	
O'quv topshiriqlari orqali 6-sinf o'quvchilarining pragmatik kompetensiyasini rivojlantirishdagi leksik birliklar bilan ishlashning ahamiyati .....	310
<i>Ashirbayeva Nafisa Aminbayevna</i>	
O'smirlarda nevrotik holatlarning namoyon bo'lish xususiyatlari va ularni diagnostika qilishning nazariy-metodologik asoslari .....	313
<i>Abduraximov Doniyor Abdusaid o'g'li</i>	
Ingliz tilini o'rgatishda talabalarning ijodiy fikrlashini rivojlantirish metodlari.....	317
<i>Abirqulova Nafisa Abdusalamovna</i>	
Yuqori sinf ingliz tili darslarida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning innovatsion metodik modeli .....	321
<i>Ahmadjonova Diyoraxon Dilshod qizi</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini innovatsion yondashuvlar asosida tashkil etish va pedagogik muloqot madaniyati .....	326
<i>Alimov Shavkatbek Shuxratbekovich</i>	
Identification and Systematization of Emotional Intelligence Indicators in Pre-Service Primary School Teachers.....	330
<i>Aminova Nasiba Davlatboy kizi</i>	
Oligofren bolalarda kognitiv jarayonlarni rivojlantirishda o'yin terapiyasining nazariy-metodologik asoslari va pedagogik samaradorligi .....	334
<i>Amirsaidova Sh. M., Jumanazarova Mashhura San'atbek qizi</i>	
Boshlang'ich sinf ona tili va o'qish savodxonligi darslarida matn ustida ishlash metodikasi .....	339
<i>Asilbekova Shoxsanam To'liqin qizi</i>	
O'zbekistonda olimpiya harakatini rivojlantirishning pedagogik asoslari .....	344
<i>Axmadiyeva Gulnoz Ikramovna</i>	
Zamonaviy tibbiyotda hissiyotlarni boshqarishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.....	348
<i>Azgarova Gulsum Alisher qizi</i>	
The Use of Problem-Based Learning Methods in Delivering High-Quality Education in Schools .....	351
<i>Bekmuratova U'mit Ken'esbay qizi, Abdiev Azamat</i>	
Akseleratsiyaning o'quvchilar xulq-atvoriga ta'siri .....	355
<i>Botirova Oydina Vadimovna</i>	
Ta'limda zamonaviy pedagogik innovatsiyalar va raqamli transformatsiya: bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarni tayyorlashning metodologik asoslari .....	361
<i>Eshimova Nasiba Zohiddin qizi</i>	

Kasbiy samaradorlikni oshirishda sun'iy intellektning roli: "KasbNavigator" platformasi misolida .....	365
<i>Isayeva Oylarxon Ro'zimatjon qizi, Sobirov Muslimjon Muxsinjon o'g'li</i>	
Ixtisoslashtirilgan maktablarda o'quvchilarning nutqiy faoliyatini rivojlantirish: integratsiyalashgan ta'lim va ijodiy yondashuv.....	369
<i>Mavlanova Saidaxon Umarovna</i>	
Yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning depressiv holatlarga ta'siri .....	373
<i>Mirzaxmatova Sayyora Saydaxmatovna</i>	
Kiberijtimoiylashuv sharoitida avlodlararo kommunikativ o'zaro ta'sirning psixologik xususiyatlari.....	375
<i>Muhiddinova Mamlakat Nabi qizi</i>	
"Emotsional Learning Analytics"metodi asosida o'qituvchilarning reflektiv kompetensiyasini rivojlantirish ...	380
<i>Omonqulova Diyora Farhod qizi</i>	
Talabalarda milliy identiklikni shakllantirishning nazariy asoslari.....	384
<i>Qudratov Davron Sami o'g'li</i>	
Media kompetentlik va media savodxonlik tushunchalarining ilmiy-pedagogik mohiyati, tarkibi va rivojlanish tarixi.....	388
<i>Rahimova Xosiyat Uralovna</i>	
Yangilanayotgan O'zbekistonda tarix fani oqituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning nazariy va metodik asoslari .....	392
<i>Raxmatova Ondagul Oybek qizi</i>	
Talabalarining kasbiy tayyorgarligida mantiqiy fikrlashini rivojlantirish kompetensiyalarini shakllantirishning pedagogik muamolari.....	395
<i>Raxmonova Mavluda Suvon qizi</i>	
O'smirlarni kiberbulling tahdididan himoya qilishning psixologik mexanizmlari .....	398
<i>Sattorova Mohinur Sherali qizi</i>	
Bolalarda oilaga hurmat va qadriyatli munosabatni rivojlantirish jarayonida ota-ona bilan hamkorlik qilish yo'llari .....	401
<i>Sharofutdinova Nigora Kenja qizi, Usarova Marg'uba Nazar qizi</i>	
O'zbekistonda o'qituvchilar malakasini oshirishning vertikal modeli: tizimli tahlil va cheklovlar .....	405
<i>Toxirova Nafisa Dilshod qizi</i>	
Fizika fanini o'qitishda maxsus ehtiyojli o'quvchilar uchun texnologiyalar va tajribalarning roli .....	409
<i>Tursunov Alisher Isoqovich, G'ulomov Davlatbek Istat o'g'li</i>	
MTTda qadriyatlar kompetentligini rivojlantirish vositalari .....	412
<i>Urinova Rushana Tursunniyozovna, Usarova Marg'uba Nazar qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda nutq o'stirish metodikasini takomillashtirish.....	415
<i>Xakimova Xosiyat Jurayevna</i>	
O'smirlik davrida deviant xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari .....	419
<i>Xalilova Sarvinoz Qodirali qizi</i>	
Ta'lim platformalarida mustaqil ta'lim ma'lumotlarini relyatsion model asosida optimallashtirish .....	422
<i>Xasanov Baxrom Boktiboyevich</i>	
Применение информационных технологий для интеллектуального анализа чрезвычайных ситуаций на основе edge computing и компьютерного зрения.....	426
<i>Мамаражабов Музаффар Абдурасулович, Маматов Ислombек Ильесович</i>	
Индивидуальное интеллектуальное развитие личности – как педагогическая проблема .....	432
<i>Олтибоева Камола Шарофжон қизи</i>	
Представления о реальной и виртуальной дружбе у подростков .....	436
<i>Хамидова Нигора Илхомовна</i>	



# O'SMIRLARDA NEVROTİK HOLATLARNING NAMOYON BO'LISH XUSUSIYATLARI VA ULARNI DIAGNOSTIKA QILISHNING NAZARIY- METODOLOGİK ASOSLARI

Abduraximov Doniyor Abdusaid o'g'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti  
1-kurs tayanch doktranti

**Annotatsiya:** Mazkur maqola o'smirlik davridagi nevroitik holatlarning psixologik tabiatini tahlil qilishga bag'ishlangan nazariy sharhdir. Maqolada nevroz tushunchasining zamonaviy talqinlari, uning nevrasteniya, obsesiv-kompulsiv va isterik namoyon bo'lish shakllari hamda o'smirlarga xos psixologik xususiyatlar tizimli ravishda o'rganilgan. Shuningdek, maqolada sharq allomasi Abu Ali Ibn Sinoning asab-ruhiy buzilishlar borasidagi qarashlari hamda zamonaviy mahalliy olimlarning nevroz patogenezini bo'yicha ilmiy yondashuvlari qiyosiy tahlil qilinadi. Maqola soha mutaxassislar uchun o'smirlar ruhiy salomatligini muhofaza qilishda nazariy manba bo'lib xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** nevroz, o'smirlik, nevrasteniya, obsesiv-kompulsiv buzilish, Abu Ali Ibn Sino, psixoprofilaktika, xavotirlik, ruhiy salomatlik.

**Abstract:** This article is a theoretical review devoted to the analysis of the psychological nature of neurotic states in adolescence. The article systematically examines modern interpretations of the concept of neurosis, its manifestations such as neurasthenia, obsessive-compulsive and hysterical forms, as well as psychological characteristics typical of adolescents. It also provides a comparative analysis of the views of the oriental scholar Abu Ali Ibn Sina on neuropsychiatric disorders and the scientific approaches of modern local researchers to the pathogenesis of neurosis. The article serves as a theoretical resource for specialists in protecting adolescent mental health.

**Key words:** neurosis, adolescence, neurasthenia, obsessive-compulsive disorder, Abu Ali Ibn Sina, psychoprophylaxis, anxiety, mental health.

**Аннотация:** Данная статья представляет собой теоретический обзор, посвященный анализу психологической природы невротических состояний в подростковом возрасте. В статье систематически рассматриваются современные интерпретации понятия невроза, его проявления в форме неврастении, обсессивно-компульсивных и истерических расстройств, а также психологические особенности подростков. Также представлен сравнительный анализ взглядов восточного учёного Абу Али ибн Сины на нервно-психические расстройства и научных подходов современных отечественных исследователей к патогенезу невроза. Статья служит теоретическим источником для специалистов в области охраны психического здоровья подростков.

**Ключевые слова:** невроз, подростковый возраст, неврастения, обсессивно-компульсивное расстройство, Абу Али ибн Сина, психопрофилактика, тревожность, психическое здоровье.

## KIRISH

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya davrida o'smirlar ruhiy salomatligini muhofaza qilish dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. O'smirlik davri biologik, psixologik va ijtimoiy jihatdan murakkab bosqich bo'lib, bu davrda shaxsda ichki ziddiyatlar, emotsional keskinlik va moslashuv qiyinchiliklari ko'proq kuzatiladi.

Nevrozlar - uzoq davom etgan ruhiy zo'riqish natijasida kelib chiqqan va turli neyropsixik kasalliklar bilan namoyon bo'ladigan asab tizimining kasalliklari. Nevrozlar keng tarqalgan kasalliklardir. Ular asab tizimining tug'ma yoki orttirilgan zaifligi bo'lgan odamlarda osonroq paydo bo'ladi <sup>[1]</sup>.

**MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI**

Nevrozlar, amalda keng tarqalgan tasnifga ko'ra, nevrasteniya, isteriya va obsesiv-kompulsiv nevroz (va qo'rquv nevrozi) shaklida namoyon bo'lishi mumkin, ammo esda tutish kerakki, so'nggi yillarda ushbu nevrozlarning "sof" shakllari tobora kamaymoqda. Bu kasallik ko'pincha nevropatologlar tomonidan tashxis qilinadi. Sindromologiya tiliga o'tsak, biz astenik, obsesif (obsessiv), isterik va depressiv sindrom haqida gapirishimiz mumkin. Qoida tariqasida, bu sindromlar birlashtiriladi: agar ulardan biri eng rivojlangan bo'lsa, boshqalari esa o'chirilgan, oddiy shaklda taqdim etiladi.

Olimlar nevrozni shartli ravishda uchga ajratishadi: nevrasteniya, obsesiv-kompulsiv buzilish hamda isteriya.

Nevrasteniya ko'rinishida qo'zg'aluvchanlik va charchoqning kuchayishi hodisalari bilan asteniya va depressiya sindromi eng ko'p ifodalanadi. Nevrasteniya bilan og'rikan bemorlarga xos bo'lgan shikoyatlar:

- asabiylashish, bosh og'rig'i, bosh aylanishi, uyqusizlik, sovuqqa, issiqlikka, o'tkir tovushlarga, yorqin nurga sezgirlikning oshishi;
- yurak sohasida paresteziya, yurakda og'riq hissi, vazomotorlarning tez qizarishi, terlash, dispeptik buzilishlar, ba'zida jinsiy faoliyatning buzilishi ustunlik qiladi.

Asab qo'zg'aluvchanligining kuchayishi bilan bir qatorda ishlashning pasayishi qayd etiladi. Ko'pincha nevrasteniya bemorlarning asabiy jarayonlarning kuchayishi tufayli kundalik, odatiy ish paytida tez charchashni payqashlari bilan boshlanadi. Charchoqning kuchayishi faol diqqatning beqarorligi, chalg'ishi va diqqatni jamlay olmaslikda ham namoyon bo'ladi. Shu sababli xotira zaiflashadi. Charchoqlik katta sabrsizlik bilan ham ifodalanadi. Ularning his-tuyg'ulari ham charchoq va qisqa muddatlilik bilan ajralib turadi. Ham aqliy, ham jismoniy mehnat paytida charchoq kuzatiladi. Ko'pincha qaltirash, ayniqsa oldinga cho'zilgan qo'llarning barmoqlarida, yopiq ko'zlarning qovoqlarida kuzatiladi.

Charchoqning kuchayishi va qo'zg'aluvchanlikning ortishi o'rtasida ichki bog'liqlik mavjud. Bu bir xil holatning ikki tomoni: haddan tashqari qo'zg'atilgan funksiyalar tez tugaydi. Nevrasteniya bilan og'rikan bemor tezda g'azablanadi va tez-tez kayfiyat o'zgarishi bilan ajralib turadi. Bu alomatlarining barchasi bemorning kasalligiga bo'lgan munosabatidan kelib chiqqan ikkilamchi hodisalar bilan birga kechadi. Tushkun kayfiyat paydo bo'ladi. Nevrasteniya uchun prognoz qulay: kasallik to'liq davolanadi va davolanish qanchalik tez boshlansa, nerv faoliyatida haddan tashqari kuchlanishni keltirib chiqaradigan sabablar shunchalik tez va to'liq bartaraf etiladi.

Davolash sifatida umumiy mustahkamlovchi vositalar (temir, glitserofosfat, vitaminlar) buyuriladi. Bemorga qulay shart-sharoitlar yaratish (travmatik vaziyatni bartaraf etish, ishini mo'tadil qilish yoki tanaffus berish, atrof-muhitni o'zgartirish) va rag'batlantiruvchi psixoterapevtik suhbatlar o'tkazish zarur. Toza havoda bo'lish, jismoniy mehnat, iliq vannalar, dush, galvanik bo'yinbog'lar, gimnastika kabi fizioterapevtik muolajalar yaxshi ta'sir ko'rsatadi.

Nevrozning boshqa shakllarida bo'lgani kabi, profilaktika har kuni ertalabki mashqlar, basseynida suzish, toza havoda sayr qilish, jismoniy mehnatni aqliy mehnat bilan uyg'unlashtirish hamda ish-dam olish tartibiga rioya qilish orqali organizmni mustahkamlashdan iborat <sup>[2]</sup>.

Obsesif-kompulsiv nevroz yoki obsesiv nevroz ko'pincha xavotirli va shubhali xarakter xususiyatlariga ega bo'lgan shaxslarda travmatik sharoitlarda yuzaga keladi. Bemorlar doimo o'z harakatlariga ishonchlari komil emas: ular gazni o'chirdimi, chiroqni o'chirdimi, o'z fikrlarini to'g'ri ifodaladimi, kimnidir so'zlari bilan xafa qildimi - bularni eslay olmaydi. Harakatlar va fikrlardagi qat'iyatsizlik, ikkilanish va shu bilan bog'liq holda ba'zida nochorlik kuzatiladi. Bemorlarda noaniqlikni keltirib chiqaradigan vaziyatlarda - masalan, maydonlar va ko'chalarni kesib o'tishda qo'rquv, balandlikdan qo'rqish, infeksiyani yuqtirish qo'rquvi, qizarish va boshqa fobiyalar bo'lishi mumkin.

Obsesif-kompulsiv nevrozning kichik turi sifatida ba'zi mualliflar (E. Kretschmer, D. Ozeretskovskiy) kutish nevrozini ajratib ko'rsatadilar. Bunda bemorda doimiy shubha va yaqinlashib kelayotgan harakatdan qo'rqish kuzatiladi. Asta-sekin bu qiyinchiliklar kuchayib, og'riqli hislar, mushaklarning kuchsizligi, harakatni bajara olmaslik shaklida namoyon bo'ladi. Kutish nevrozining paydo bo'lishiga hatto kichik muvaffaqiyatsizlik yoki kasallik sabab bo'lishi mumkin. Masalan, uyqusiz tunni kutish bilan bog'liq xavotirlik uxlab qolishga to'sqinlik qiladi. Xuddi shu mexanizm jinsiy faoliyat buzilishlarida ham kuzatiladi. Bu holatlarning asosida bir vaqtlar paydo bo'lgan shartli refleks mexanizmining mustahkamlanishi yotadi.

Obsesif holatlarni davolashda yetakchi o'rinni ratsional psixoterapiya egallaydi. Ushbu turdagi nevrozning oldini olishda bolani hayotiy qiyinchiliklarni yengish uchun o'z kuchiga ishonch ruhida tarbiyalash muhim ahamiyatga ega <sup>[3]</sup>.

Bundan tashqari, O'rta Osiyo sharq allomalari asarlarida ham nevroz bilan bog'liq holatlarga to'xtalib o'tilgan. Jumladan, buyuk olim Abu Ali Ibn Sino o'z asarlarida nevrasteniyaning bir qator belgilarini keltiradi:



ortiqcha ta'sirchanlik, o'ynoqi kayfiyat, uyqu va ishtahaning yo'qolishi, tashqi ta'sirlarga (yorqin yorug'lik, qattiq tovush va boshqalar) sezgirlikning oshishi.

"Nevroz" tushunchasi tibbiyotga 1776-yilda shotland vrachi V. Kollen tomonidan kiritilgan. U bu xastalik funksional xususiyatga ega ekanligini ta'kidlab, bosh miya strukturasi organik o'zgarishlar bo'lmashligini bayon qilgan.

Nevrozlar funksional-qaytish xususiyatiga ega bo'lgan xastalik bo'lib, ruhiyatga shikastlovchi omillarga (ko'pincha turmushdagi muammolar, kamroq hollarda kuchli ruhiy zarbalar) shaxsning reaksiyasi sifatida yuzaga keladi. Nevroz hosil bo'lishiga boshqa omillar ham ta'sir qiladi, jumladan shaxsning kasallikdan oldingi holati: astenik va astenik-psixopatik tiplar, zaharlanish (alkogolizm), uzoq davom etgan charchoq va uyqu yetishmasligi. Ko'pincha nevroz belgilari asta-sekin, kamroq hollarda esa to'satdan yuzaga chiqadi.

## TADQIQOT METODOLOGIYASI

Ushbu maqolaning metodologik asosi o'smirlik davridagi nevrozlar muammosiga oid mavjud ilmiy nazariyalar va empirik tadqiqotlarning tizimli tahlili hamda qiyosiy-mantiqiy umumlashtirishga tayanadi.

Nevrozlarning quyidagi turlari farqlanadi: nevrasteniya, isterik nevrozlar va miyadan ketmaydigan (obsesif-kompulsiv) nevrozlar.

Nevrasteniya (astenik nevroz, holdan toydiruvchi nevroz) mustaqil kasallik sifatida amerikalik ruhiy vrach D. J. Burd tomonidan 1868-yilda tasvirlangan. U nevrasteniyaning asab sistemasining holdan toyishi, taassurotga chidamsizlik sifatida talqin qiladi. Nevrasteniya kasallik belgilari turli-tumandir.

Nevrasteniyaning klinik ko'rinishida asosiy o'rinni astenik sindrom, serjahlilik bilan birga kuchaygan qo'zg'aluvchanlik, holdan toyish va charchash egallaydi.

Nevrasteniyaning klinik ko'rinishida ikki bosqich farq qilinadi: giperstenik (ko'pincha kasallik boshlanishida kuzatiladi) va gipostenik. Bunday bosqichlarga ajratish shartli hisoblanadi, chunki kasallik rivojida hamma vaqt ham ularni aniq ajratish imkoni bo'lmaydi. Nevrozning dastlabki giperstenik fazasi to'liq namoyon bo'lganda asosiy belgilar - qo'zg'aluvchanlik va ta'sirchanlik, o'zini tutib tura olmaslik, sabrsizlik, asabiylik, ichki kuchlanish hissi, ruhiy va jismoniy charchoqlik bilan qo'shib, ish qobiliyatini pasaytiradi.

Bemorlar ruhiyatiga yengil ta'sir etuvchi holatlar uchun ham jiddiy, tez va kuchli emotsional reaksiya bildiradilar. Atrof-muhitning avval odatda ta'sir chaqirmaydigan omillarini ko'tara olmaslik holati yuzaga keladi. Hatto nozik tovush, eshik g'ichirlashi, soatning chiqillashi, radio va televizor tovushi, telefon qo'ng'irog'i yoki kichik, arzimagan nizolar ham sezilarli affektiv reaksiyalarni keltirib chiqaradi. Bu reaksiyalar shiddatli bo'lib, bemor o'zini boshqara olmaydi, baqiradi, bezovta harakatlar qiladi. Ushbu holat qisqa davom etib, tez o'tadi va keyinchalik umumiy bo'shshish, ko'z yosh bilan yakunlanadi.

Abu Ali Ibn Sino nevrasteniyaning bir qator belgilarini keltirib o'tadi: ortiqcha ta'sirchanlik, o'ynoqi kayfiyat, uyqu va ishtahaning yo'qolishi, tashqi ta'sirlarga (yorqin yorug'lik, qattiq tovush va boshqalar) sezgirlikning ortishi.

Bosh og'rig'ini Ibn Sino ruhiy "tashvishlar", "og'ir ruhiy jarayonlar" yoki badan harakati bilan bog'laydi. Ko'pgina bemorlar o'zlarini ezilgan his qiladilar, bajarilishi kerak bo'lgan ishlarining ko'pligidan ularni oxirigacha yetkazolmaydilar, doimo vaqt yetishmasligini sezadilar va shoshilinch holatda bo'ladilar. Ular tez ta'sirlanuvchan bo'lib, yaqinlari, hamkasblari va hatto notanishlar bilan ham tez-tez janjallashib qoladilar.

Bemorlar jismoniy va ruhiy toliqish, ish qobiliyatining pasayishi, tez charchash, xotiraning susayishi, diqqatning pasayishi kabi shikoyatlarni bildiradilar. Bu holat bosh miyaning organik kasalliklaridan farqli ravishda diqqatning beqarorligi va fikrning tarqoqligi bilan izohlanadi.

Nevrasteniya "uyqu va uyg'oqlik" siklining buzilishi kuzatiladi. Bu uzoq vaqt uxlay olmaslik, yuzaki va bezovta uyqu, kichik shovqindan uyg'onib ketish bilan namoyon bo'ladi. Ko'pincha bemorlar kunduzgi tashvishlarining tushida davom etishidan shikoyat qiladilar. Ertalab esa o'zlarini loqayd, dam olmagan holda his qiladilar. Kun davomida uyqu bosadi, ammo uxlay olmaydilar. Ibn Sino ham uyqusizlikni tushkunlik, tashvish va ruhiy zo'riqish bilan bog'laydi.

Nevrasteniyaning gipostenik fazasida jismoniy va intellektual toliqish, umumiy bo'shshish, tez charchash belgilari ustunlik qiladi. Kayfiyat doimo tushkun bo'ladi, qiziqishlar kamayadi, kundalik faoliyatga nisbatan loqaydlik yuzaga keladi. Bemorlar kunduzi uyquchan, kechasi esa chuqur uxlay olmaydigan holatda bo'ladilar. Oddiy muammolar ham ularga murakkab tuyuladi. Tashqi ko'rinishda charchoq, rangparlik, past ovoz, umumiy holdan toyish seziladi.

Isterik nevroz psixogen kelib chiqishga ega bo'lib, harakat, sezgi (sensor) va somato-vegetativ sohalardagi funksional o'zgarishlar bilan namoyon bo'ladi.

Abu Ali Ibn Sino ruhiy buzilishlarni bayon etar ekan, ularni hozirgi zamon tushunchalariga ko'ra psixoastenik va obsesif holatlar nevrozi hamda kutish nevrozining variantlari sifatida baholash mumkinligini ta'kidlaydi. Bunda bemorlarda "foydasiz fikrlashlar" va qo'rquvga moyillik melanxoliya belgilari bilan uyg'unlashadi. Olim

nevrozlarning kelib chiqish sabablarini ruhiy shikast bilan bir qatorda organizmning umumiy holati - uzoq och qolish, qon yo'qotish, somatik kasalliklar, ayniqsa bosh miya faoliyati bilan bog'laydi.

Mamlakatimiz olimlarining asarlarida ham nevroz turlari atroflicha yoritilgan. Xususan, tibbiyot fanlari doktori, professor Z. R. Ibodullayev nevrozga quyidagicha ta'rif beradi: "Ruhiy jarohat yetkazuvchi omillar natijasida rivojlanadigan asab sistemasining funksional kasalligiga nevroz deyiladi."

### TAHLIL VA NATIJALAR

Umuman olganda, o'smirlardagi nevrozlarning umumiy patogenezini quyidagicha ko'rsatish mumkin:

- organizmning himoya kuchlarini zaiflashtiradigan anti-, peri- va postnatal omillar ta'siri natijasida biotonusning pasayishi va reaktivlikning o'zgarishi;
- sotsializatsiya jarayonini uzaytiradigan va stress omillari ta'siriga moyillikni oshiradigan, asosan sezuvchanlik va kechikish shaklida namoyon bo'ladigan premorbid rivojlanishning o'ziga xosligi, rivojlanishning ichki kuchlari o'rtasidagi muvozanatni buzadigan temperament va xarakter xususiyatlarining qiyin mos keladigan kombinatsiyalarining mavjudligi;
- stress omillari ta'sirida konstitutsiyaviy va genetik xususiyatlarning keskinlashuvi;
- tashvish, zo'riqish va ta'sirchan-himoya javob turi bilan kechadigan muvaffaqiyatsiz shaxsiy tajribaning mavjudligi;
- shaxslararo munosabatlardagi muvaffaqiyatsiz tajriba ta'siri ostida ichki, hal qilib bo'lmaydigan ziddiyatning yuzaga kelishi va buning natijasida shaxs shakllanish jarayonining buzilishi;
- stressli rivojlanish sharoitlari hamda shaxsiy va oilaviy vaziyat ta'sirida organizmning psixofiziologik holati, moslashish qobiliyatining haddan tashqari kuchlanishi va hissiy taranglikning keskin ortishi;
- nevrozning batafsil klinik ko'rinishi yuzaga kelishi bilan yuqori neyroregulyatsiya funksiyalarining "muvaffaqiyatsizligi" [6].

Shuni inobatga olgan holda, birinchi navbatda o'smir shaxsida yuzaga kelayotgan psixologik muammolarning kelib chiqish sabablarini sinf rahbari, maktab psixologi, o'qituvchilar hamda ota-onalar hamkorligida o'rganish, shundan keyingina korreksion ishlarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir.

Demak, nevroz psixogen kasallik hisoblanadi. Nevrozda aniq ifodalangan morfologik buzilishlar kuzatilmas-da, uning aksariyat turlarida vegetativ-trofik o'zgarishlar namoyon bo'ladi [5].

### XULOSA VA TAKLIFLAR

Haqiqatan ham, nevroz psixologik muammo hisoblanadi va bu holatni e'tiborsiz qoldirish natijasida organik o'zgarishlarga sabab bo'luvchi kasalliklar rivojlanishi mumkin. O'rganilgan nazariy ma'lumotlarga tayanib, quyidagi xulosa va takliflarni keltirish mumkin:

*Birinchidan*, nevrozlar va ularning oqibatlari hamda ularni bartaraf etish yo'llariga doir ma'ruzalar tashkil etish, gazeta va jurnallar, televideniye hamda ijtimoiy tarmoqlarda psixologlarning chiqishlarini yo'lga qo'yish.

*Ikkinchidan*, kichik yoshdan boshlab bolalarda o'ziga ishonch hissini oshirishga xizmat qiluvchi, bolalar va kattalar o'rtasidagi muloqotning aniq psixologik tizimini yaratish.

*Uchinchidan*, ota-onalar hamda pedagoglarning nevroz holati bo'yicha yetarli va aniq ma'lumotga ega bo'lishlarini ta'minlash.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. В.М.Блейхер, Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов - Воронеж, 1995.
2. Штульман Д.Р. Нервные болезни - М.,2000.
3. Михеев В.В. Нервные болезни -М.,1974.
4. Abu Ali Ibn Sino. Tib qonunlari 3-kitob. T.-Sharq 2020.- 736 bet
5. Zarifboy Ibodullayev, Tibbiyot psixologiyasi. Toshkent - 2019, bet-293
6. И. Захаров. Психотерапия неврозов у детей и подростков.2000 //31-35-с.

- 
- 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. №4(4)**

---

© 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.**

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